

# ニセ医学の4つの特徴と、だまされないための対策

文責：宇樹義子 2016.12/04  
参考：<https://mamanoko.jp/articles/10936>  
(宇樹が別名義で執筆した記事)

## 1. ものいいが極端で、人の気持ちをおおる

「白砂糖は白い悪魔」「白砂糖は人の身体をむしばむ恐ろしい化学物質」「マーガリンは食べるプラスチック」「薬は石油製品で身体にとって異物」など、極端で恐ろしい表現をして、人の不安や恐怖をおおります。

## 2. かんたんに断言する

「白砂糖は絶対にとってはいけない」「子どもがキれるのはすべて白砂糖のせい」「薬や添加物、ワクチンはすべて百害あって一利なし」など、強い断言口調を使ってバシッと言い切ります。

## 3. 「私が悪いかも」と思わせる

「子どもに白砂糖を与えるのは親の怠慢」「不調の原因が〇〇だと見抜けないのは愛情が足りない」「子どもの障害はあなたのせい」など、誰かの不調や病気、障害について、あなたの心がけや生活が悪いからだと主張します。

## 4. 病院のお医者さんを否定する

「医療業界は金もうけのために人々を薬づけにしている」「病院にかかるとがんばったデトックスがだいなし」「不調は好転反応、効いている証拠」など、病院のお医者さんを信じられない気持ちにさせたり、病院から遠ざけたりします。

**対策：**「〇〇 トンデモ」「〇〇 インチキ」「〇〇 嘘」などといったふうに、「その療法名など+疑いをはさむキーワード」でネット検索してみましょ。信じてしまう前のひと手間を！ 心が強く揺さぶられるような話のウラには何か潜んでるかもと考えるクセを。