



鳩山政権の失態が大きく取り上げられていますが、問題解決能力、現実適応力、管理能力、そして国民の声を聞く能力に課題があるように思われます。医療機関にとっても、医療能力、管理運営力、患者さんへの対応能力が大事なものです。私は患者さんの個人的症状と治療能力の分析対応が大きな意味合いを持っているように思います。

検査データを見ているとある程度の事前の判断ができませんが、患者さん自身とお話すると現れる症状が全く違う場合や原因が掴めない症状もあります。後で、院長と話しながら、文献を調べ、資料を検討するとわかってくることが多くあります。そのようにして院長診察前に、結果の説明と対応方法の概略を説明すると、非常に喜ばれます。また、明確な治療法がないと言われてきた自閉症や精神疾患についても、丁寧な検査と分析をすると改善がされてきて、御家族も喜ぶことが多くあります。

医療機関の破綻は高額な医療機器を購入したことも因ります。1億円の機材の費用回収には5万円でも2000人を診なければなりませんし他の費用も掛ります。原因分析の為に機材によると多くの経済的・物理的・心理的負担がどちらにも掛ってしまうのです。非侵襲的治療とは身体を傷つけないで治そうとすることですが、患者さんによっては手術などで身体から悪いところをバツサリ切り取り治して欲しいという人も多く、術後に後遺症を持つたり、ケアに多くの犠牲が伴ったりします。身体は労わって治すことが大事なのですが、機材検査や侵襲的治療は危険も大きいのです。

当院の治療がすべてうまくいっていると言うつもりはありません。患者さんの声もなかなか厳しいものがあり、対応に苦慮することも多くあります。しかし、だからといって検査や説明を機材によるシステム化すれば済むというものでもないと考えております。メールや質問が多く、直ぐには答えられないこともあります。ご理解ください。

事務長・柏崎久雄

**\* 感染症の疑いのある方は廊下の入口から**

インフルエンザ、風邪、おたふくかぜ、はしか等が疑われる方は、中央通路わきにあるインターホンでご連絡ください。状況を確認して感染症患者待合室に誘導しています。院内感染を避けるためご協力ください。病態別に隔離して診察しますので、ご安心ください。

**\* H22年度特定健診が始まりました。**

受診は予約不要です。保険証と受診シールを御持参の上、絶食で来院してください。

**\* ビタミンC点滴療法について**

ガン治療の選択肢として、体調維持と治療のため、副作用の無いビタミンC点滴療法があります。

**\* 自費検査が円高の為、かなり割引になりました。**

先月お知らせした自費検査は多くの治療成果が出ていますが、円高の為、かなり割安になりました。

**\* サプリメント購入時の領収書発行について**

（株）ヨーゼフのサプリメントは治療用のものなので、医師処方印を押印しています。医療費控除などに御利用ください。自己判断で購入されたり、経過報告が6ヶ月、診察が1年間間されていない患者さんについては「医師処方」の押印を控えさせていただきますのでご了承ください。

**\* 「聖書を読む会」6月15日（火）2時～2時20分**

待合室にて行います。どなたでも参加できます。

**\* 「回復の会」6月8日（火）11時～4時**

一般社団法人低血糖症治療の会の会員は、1回2000円で柏崎理事長による個別研修を受けることができます。先着順で8名限定です。

**\* 「ティールーム・マーサ」を来院の前後に御利用すると一人50円引きとなります。診察待ちにも御利用できます。**

## 《マリヤ・クリニックの進める分子整合栄養医学とは》

細胞の中にある遺伝子は「生命の設計図」と呼ばれています。栄養医学とはその設計図に描かれたその人の健康な状態を、必要な栄養素を補給することによって本来の姿に回復させていこうという治療法です。病原を直接攻撃するのではなく、細胞に働きかけることにより、自分が病原と戦う自然治癒力を目覚めさせることで治療していこうとします。

こうした医療を私たちはわかりやすくするために「栄養医学」という呼び方をしています。が、その中身は1954年にノーベル賞化学賞、1962年にノーベル平和賞の受賞者であるライナス・ポーリング博士が提唱した「メガビタミン療法」のことで、アメリカやカナダでは「分子整合栄養医学」と呼ばれています。

カナダの分子整合精神医学の権威として世界的に有名な精神科医であったエイブラハム・ホッファー博士は、1960年代に「精神疾患が栄養欠損によって起こる」と唱えました。統合失調症やうつ病に対してナイアシン(ビタミンB<sub>3</sub>)の摂取が有用であるとしています。このホッファー説は、かのライナス・ポーリング博士におおいに影響を与えました。そして、90歳を超えてなお現役医師であるホッファー博士は、現代を「栄養医学の第3の波」の時代であると指摘しています。

**栄養医学の第1の波** 人を病気にさせる食物や植物と、反対に人の病気を癒す食物や植物があることが知られるようになった段階です。私たちの生活に根づいた食物の内容物を、栄養成分ごとに炭水化物、タンパク質、脂肪というふうにグループ分けする発想に至りました。

**栄養医学の第2の波** 1900年代初期、炭水化物、タンパク質、脂肪の三大栄養素以外の未知の成分として「ビタミン」の存在がわかってきました。そして、ビタミンの病気予防効果がとくに注目され、ビタミン欠乏症(脚気、壊血病、くる病、代謝内分泌疾患のペラグラなど)の予防に役立つことが知られるようになったのです。

しかし、この時代の医学の世界では、病気の原因は細菌であるという考え方が主流でした。病気が栄養成分の欠乏によって起こり、健康を維持するには食物に含まれている栄養成分が役に立つ、という考え方はほとんど無視されたのです。

**栄養医学第3の波** 栄養成分は、病気予防だけでなく、完全に治療を目的として使用されるようになりました。分子整合栄養医学が確立したわけです。ビタミンが人工的な化学合成によって作れるようになり、食物だけでは不足しがちな栄養成分をサプリメントとして補うことは、医学治療に使われる薬剤よりもずっと安全なものであるという理解も進んでいます。高容量のビタミン類使用が、その欠乏症と考えられる以外の病気に非常に有効であることを証明した研究論文が数多く出されました。

### <第3の波をめぐる対立>

栄養医学の第3の波が訪れている中で、医療者の中にも高容量ビタミン療法を積極的に取り入れる先進的な動きと、いまだに栄養医学を理解せず背を向ける態度があります。私達の考え方は次のようなものです。

- ・ 食事がどんなに完璧であっても、心理的・生理的ストレスにさらされている人の場合には、食事だけで健康状態を維持するのは難しい。また、加工食品が多くを占めている中心の食生活では完璧な食事を摂ること自体が難しくなっている。
- ・ ビタミン類の栄養サプリメントは、個人や状況そして季節などによって最適量が異なり、心理的・生理的ストレスの質と程度によって補給量を調整しなければならない。
- ・ ビタミン欠乏以外の理由で起こっている病気が、栄養サプリメントを最適量で補給することにより改善される。
- ・ 栄養サプリメントの正しい補給と、最適で完全な食事が人体にとって最高の治療薬になる。

### <発がんや老化をもたらす核酸の損傷>

細胞の中で遺伝子が束になったものを染色体と呼びます。この染色体の末端にある「テロメア」という核酸は、細胞老化の時計の役割を果たしているのではないかといわれるようになりました。テロメアは細胞が分裂を繰り返すたびに短くなることがわかっていて、「命の回数券」とも呼ばれるのです。この回数券を使い切る年齢はおおよそ 120 歳といわれます。ところが、肥満や喫煙はこの回数券の使用速度を速めて老化を促進するということが、わかってきました。

心臓、血液、皮膚をはじめとして、身体を作っているのはタンパク質です。また、生体内で起こるいろいろな化学反応に関与している酵素もタンパク質でできています。そのために、遺伝子の損傷や複製ミス、核酸の損傷によって塩基の組み合わせがひとつでも違ったものになると、発がんや老化の促進もたらされるわけです。逆に細胞が常に正常な細胞を生み出していれば、私たちは健康で長生きできることとなります。その細胞の健全な営みを支えているのが核酸なのです。

### <万病の元となる活性酸素>

私たち動物は皆、酸素と栄養分を取り込み、それを細胞の中のミトコンドリアという部分でエネルギーに変えて活動しています。この過程で、「活性酸素」という非常に反応しやすい分子の破片が生まれるといわれるのです。また活性酸素は紫外線、放射線、タバコなどによっても発生します。活性酸素は体内の細胞を自由に駆けめぐっています。

活性酸素は、細菌やがん細胞などと出会うとこれを殺す役割もありますが、一方では体中に爆弾を仕掛けていくテロリストのような存在です。体の細胞や遺伝子を作っている分子と出会うと、活性酸素は電子的な釣り合いをとろうとして、それとすばやく反応します。その結果、鉄が酸化してサビができるように、体の細胞や遺伝子をサビさせてしまうのです。

じつはがんや心臓病、糖尿病などの生活習慣病も、老化そのものも、こうした活性酸素によって作られた細胞や遺伝子のサビがもとで起こるのではないかと考えられているのです。たとえば糖尿病になると、血液中のブドウ糖がいつも高い状態が続きますが、そのためにブドウ糖とタンパク質がくっつきやすくなり、その時たくさん活性酸素が発生して、体の隅々に張りめぐらされた毛細血管にダメージを与えます。

### <細胞に寄生して増えるウイルス>

ウイルスという生物もまた、遺伝子を傷つけるやっかいものです。ウイルスは自分でタンパク質をつくる力はなく、動物の細胞に寄生しないと増えることができません。細胞は中にDNAを持っていて、外界とタンパク質でできた細胞膜で隔てています。ウイルスは他の生物の細胞に入りこんで、その細胞のDNAを利用して増殖するのです。細胞膜は栄養分を外から膜を通して取り入れたり、要らないものを膜を通して外へ出す役目をしています。このように細胞膜が働く間は細胞も生きていますし、そのことを利用してウイルスも行き続けることができるわけです。細胞は1個から2個へと分裂するので、そのなかのDNAにもぐりこんでいたウイルスも分裂していき、増えることとなります。

ウイルスに感染した細胞は、やがてすべての栄養や機能を吸い取られてやがて死ぬ運命にあります。この時細胞は自分で自殺する覚悟をして、DNAをずたずたに切断する酵素が働いて死んでいきます。このような細胞の自殺現象は、「アポトーシス」と呼ばれるものです。

### <組織再生能力を高める核酸の供給>

細胞分裂のときのDNAのコピーミスなどによる損傷は、1細胞につき1日あたり5万～50万回もの頻度で発生するといわれます。そして細胞内には、このDNAの損傷を修復するしくみがあります。病気になる可能性を抑えられるためには早く正常な状態に戻してしまうことが求められるのです。修復のために肝臓では、アミノ酸などから新たに核酸を合成します。しかし、この修復が不十分であった場合、そうした複製ミスや変化は、変異として遺伝子に固定されてしまいます。DNAの損傷ががんと密接に関連する遺伝子にたった一つ起こっただけで、破滅的な結果をもたらすこともあるのです。そのため、修復が困難な細胞は、一般にはアポトーシス(自然死)を起こしてその死骸は排泄されます。

若い頃には骨折やすり傷も早く治るのに、歳をとると治りにくくなるのは核酸合成能力が低くなるからで

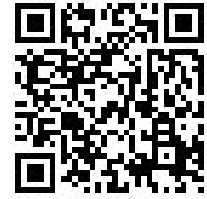
## ＜ 診 療 時 間 ＞

月曜～金曜（午前 8 時 30 分～12 時 10 分、午後 2 時 30 分～5 時 30 分）

土曜（午前 8 時 30 分～12 時 10 分、午後 2 時～4 時）

休診日 木曜、日曜、祝日、年末年始

- ・各種健康保険取扱機関
- ・生活保護指定機関
- ・介護保険取扱機関
- ・特定疾患取扱機関
- ・結核予防法指定機関
- ・自立支援医療機関
- ・身体障害者認定医
- ・小中台小学校校医
- ・各種健康診断
- ・栄養療法(分子整合医学)



(携帯サイトへ)

す。特に 20 歳を過ぎると、核酸合成能力が急激に低下して体内に蓄えられている核酸の量が慢性的に不足します。核酸の合成は肝臓で行われますが、加齢で肝機能が衰えてきたり、飲酒習慣などで肝臓が疲れてくると、核酸の合成能力が低下し損傷組織が再生されにくくなるのです。

また、がん細胞はアポトーシスを起こさない「不死の細胞」と呼ばれます。治療によりがん細胞を完全に取り除くことはきわめて難しく、残ったがん細胞はついに命を奪うまで増殖し続けることがまれではありません。がん細胞が生まれてこないようにするためにも、老化現象や慢性疾患の発生を抑える上でも、DNA 損傷の修復能力、組織再生能力を守ることが重要です。そこで、核酸を栄養として摂取することの意義が理解されるようになってきました。

### ＜DNA修復に必要な栄養素＞

人間の身体は細胞によって構成されています。そして細胞の全ての活動は栄養に依存しているのです。細胞は常に取り壊され再び造られる新陳代謝を続けています。不足している栄養素が補われることによって、新たに造られる細胞はより良い状態になり、症状が徐々に改善されていくのです。

ただし、栄養が足りたり不足したりする不安定な状態では、細胞が病んだ状態を回復するという事は難しいでしょう。違法な設計に基づいて作った欠陥マンションが大きな問題になったことがあります。遺伝子という設計図自体はしっかりしているのですから、十分な原料をきちんと補給し続けることが健康づくりの基本となります。また必要な栄養が補給されていれば傷ついたDNAも修復されやすいわけです。

このようにして栄養医学というのは、薬のように定量を定期的に服用するというのではなく、病状と個体差、そして環境、ストレスなどを考慮して、どんな栄養素が、どのくらいの量必要かを医師と相談しながら、患者自らが管理することが必要とされるのです。このことからKYB(=Know Your Body 健康自主管理)運動というものが起こりました。

### ＜精神疾患診療の落とし穴＞

精神疾患の分野は、現代医学のアキレス腱です。患者数は増大する一方ですが、ほとんどの精神疾患の診断は、他の医科のように客観的に見分けがつけられる検査データではなく、医師の所見(主観)によってなされています。この分野には血液検査や脳波形といった数値でわかる生化学的・病理学的な数値としての決定的な証拠がありません。精神の状態というものを物質に置き換えて科学的に評価することはできないのです。

このように精神疾患は検査データという裏づけがないために、本来は内科などの診療科を受診すべき患者さんまで、精神科の治療を受けるという例が少なくありません。極端な言い方をすれば、青春期の悩み、失敗によるうつ、無理解による興奮、カフェイン摂取による不眠、栄養不足や摂食障害による感情の変動、不眠や病気による頭重・頭痛などの訴えは、精神疾患でなくても起こりうることです。精神科を訪れば抗精神薬や抗うつ剤などの過剰な医療を受けることになる可能性もあるでしょう。

もちろん、すべての精神的症状を内科で診察診断するという判断も誤ったものであるということも言うまでもありません。