



6月29日に松本市で講演をします。先月のニュースで紹介しましたが、長野県の健康運動は凄く、平均寿命男9位、女2位が45年かけて共に一位になり、老人医療費が最も少ない県になりました。2年前の講演も多くの方が集まってくださいましたが、今回も24の市町村、5つの教育委員会、8つの医師会その他多くの団体が後援してくださいます。テーマは「機能性低血糖症から精神障害及び発達障害治療への展開」です。お近くの方はぜひご参加ください。1000円。

母の日には、カナダの娘一家も含めて16名が集まり、手作り餃子を小麦粉2キロ、ひき肉2キロ、キャベツ2個などで作りました。私たちの誕生日には、息子二人が見事な手巻き寿司を、米を炊き、味噌汁を作り、具を捌いたり調理して作ってくれました。子供の小さい時から、わいわい騒ぎながら皆で一緒に料理を作ってきたことが実ってきたと思います。外食をするお金も時間もなく、食欲盛りの子ども達を楽しく食べさせるのには、男料理が一番です。豪快で量を多く、手間暇を掛けないで素早く作り、団らんの時を大事にすることを心掛けています。息子たちは、料理も片付けもする男らしい父親になってくれています。

「セブン〇〇のおにぎりが美味しい!」「△△のラーメンは絶妙!」などと外食の店のうまさ自慢する人々にはがっかりします。料理は家庭が一番です。美味しい料理を皆で作りに上げることが家庭建設の基本です。そして、人工の味ではない、自然の味覚と美味しさをわかるように育て上げるのが、親のできる子供への大きな遺産ではないでしょうか。子供が独立した今は、私たちも外食が多くなりましたが、若い夫婦が外食に大金を投じているのに驚きます。外食は高いので簡単に済ませ、我が家では大量の材料を安く買ってきて思う存分食べさせてきました。

先月は食育について書いてみました。食事を楽しんでいる人は、生活習慣が全般に良好ということでした。健康でもあり、長野県が長寿日本一になった理由でもあります。そして、その基本は家庭料理です。栄養療法の基本は家庭なのです。そして、栄養というだけでなく、心の成長と安定にも大きな意味をもつのです。

ご自分の家庭を持っていない方もあるかと思いますが、家庭建設の準備に料理を習ったらいかがでしょうか。男は男料理を習うと男らしくなります。女性は、一層美しく明るく健康になるでしょう。

事務長 柏崎久雄

\* 院長の院外出張の為、6月3日(火)の午後は15時からです。

\* 栄養指導や個人的ご相談、セカンド・オピニオンなど、内容をお伝えの上、予約をお願いします。予約がなく、詳細なご説明を求められても、対応ができません。発達障害診察の初診予約枠は平日の午前・午後各一回、再診予約枠は土曜を含めて計6枠あります。その他の栄養指導の枠も増加予定です。発達障害の治療には、説明が必要のため、ご予約がないと対応ができません。キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。栄養指導枠のキャンセル待ちの方がおります。

\* 4月から来年3月末までの期限で、妊娠を希望する成人女性の風疹抗体検査と風疹(麻疹風疹)ワクチン接種が自治体の補助で自己負担3千円(抗体検査は自己負担無し)にて実施できます。対象者についてはお問い合わせ下さい。(申し込み制)

\* 6月29日(日)松本市総合社会福祉センターで、一般社団法人低血糖症治療の会理事長柏崎久雄の講演会があります。

\* ㈱ヨーゼフでは、「ヌクレオBコンプレックスとイノシトールB3」のキャンペーン販売を7月5日まで行います。詳細は店頭にてご確認ください。

感染症又は感染症疑いの方は、入口、診察室、会計の流れが異なります。

風邪、水ぼうそう、おたふくかぜ、インフルエンザ、はしか、風疹等の感染症の方、又はその疑いの方は、来院時は正面入口横の中央通路わきのインターホンで受付までご連絡下さい。問診票を廊下でお渡しします。診察後のお会計は、処方内容が確定してから、1階に降りて下さい。トイレ後のハンドソープによる手洗いの実施にご協力下さい。

### 聖書を読む会

6月17日(火)午後2時~2時20分  
当院待合室にて行います。  
どなたでも参加できます。

## <マリヤ・クリニックの医療の展開>

### A. マリヤ・クリニックと他の医療機関の違い

#### 1. 機能性医学を採用している

機能性医学 (Functional Medicine)は、疾患の原因を探るために、血液検査・ホルモン検査・尿検査などを行い、その食生活・ライフスタイル・遺伝素因を確認して、患者さんの症状や病名ではなく、その身体の機能的不具合を見つけ出して治療をするものです。

機能性医学は医学の基本に立ち返り、生化学や生理学をもとに、人々の個人差を考慮しながら、患者と医師が共に、治療を行ってゆきます。慢性疾患を完全に治癒させることは難しくても、根本にある臨床的アンバランスを補正することで、その人にとっての適性状態をできる限り保ち、病気の進行を緩めてゆくことができます。また、医師主体であったこれまでの医療とは異なり、患者と医師、そして他の医療従事者が同列になって、健康づくりのチームメイトとして、協力してゆく姿勢が重要となります。

#### <機能性医学の6つの原則>

- ① 遺伝要因や環境要因を基本とした、個人個人の生化学的個体差を認識する。
- ② 病気中心ではなく、患者を中心とした医学アプローチを行う。
- ③ その人の身体的・精神的・霊的な状態における、最善のバランス状態を追及する。
- ④ 生理学的要因が、複雑に網の目のように相互作用していることを前提として理解する。
- ⑤ 健康を、疾病が存在しないというだけでなく、生き生きとした生命力に満ちた状態と定義する。
- ⑥ 臓器予備能を向上させ、その人の健康寿命を延長させる

#### 2. 分子整合栄養医学を採用している

分子整合栄養医学とは、必要な栄養素を補給することによって、健康の設計図である遺伝子に描かれた、その人本来の健康な状態へ向けて、回復させる治療法です。病気や症状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、自分が病気と闘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。分子整合栄養医学は、身体のアンバランス・代謝を改善することにより、脳と身体に可能な限り最適な生化学環境をもたらそうとするものです。

具体的な治療法としては、最適な食事と栄養治療、つまり必要なビタミン、ミネラル、タンパク質、必須脂肪酸などを十分に補うことによって行います。私たちの身体を造りだしているのは、薬ではなく、栄養なのです。その栄養素の濃度が、病変の現れる部位の組織において、一定の濃度（至適濃度）以上に達し、その濃度が持続した場合に様態の改善が期待できます。

分子整合栄養医学といっても、他の医療機関では、医薬品に代えてサプリメントを処方しているに過ぎない場合が多いのです。マリヤ・クリニックでは、病気の原因を追究し、その原因を除去し、その障害となっている部分を修復するサプリメントを個人毎に違う処方をしています。分子整合栄養医学とは、機能性医学の採用がなければ、導入適用するのは難しいのです。

#### 3. 精神障害や発達障害に対する考え方が違う

精神科や神経科は、一般的にDSM-5（精神疾患の診断と統計マニュアル）に従って、発達障害を含めて診断と処方を行っています。精神病も発達障害も治ることはないと言われ、単に症状を抑えるために継続的に向精神薬が処方されます。

マリヤ・クリニックでは、分子整合栄養医学と機能性医学を採用して、精神障害や発達障害の原因を探り、必要な栄養素・運動・食事の摂取方法・生活改善・考え方の改善などを行って治療を行っています。分子整合栄養医学はDNA情報に基づいた本来の健康を取り戻すための医学であり、究極的には一般医学よりもダイナミックなものなのです。

#### 4. 侵襲的治療をなるべく控える

どのような医学でも根本的には患者身体の自己修復力やホメオスタシス（生体恒常性）に依存しています。つまり、手術に成功してもその患部を元に戻したり傷口を治すのは、医学の力そのものではないからです。侵襲というのは、病気や怪我で身体を痛めることを言うのですが、手術や医療処置そして薬剤なども、生体を傷つけることがありながら功罪を考慮して用いるので侵襲的治療とされます。

マリヤ・クリニックでは、血液検査は行っていますが、エコーや尿検査も採用し、問診も用いてなるべく身体を痛めないようにしています。子供が抗生物質を長期服用する害は多く確認されており、なるべく抗生物質を少なくするような処方を患者ごとに模索して処方しています。インフルエンザワクチンも、マリヤ・クリニックはチメロサールのないものを採用しています。下剤や胃薬なども、処方すれば良いというものでもありません。侵襲的治療も、効果と身体への害を個人の状態を診ながら採用するようにしています。

#### 5. 予防医学を健康管理に用いる

自覚がなくても病気や障害はあるものですが、血液検査を詳細に分析すると、その人の健康状態と予想される病気や障害がわかるものです。女性の貧血は万病のもとであり、高齢者のタンパク質不足は体力と回復力を衰えさせます。わたしたちは、サプリメントだけでなく、食事指導や運動のアドバイスなどもしています。

#### 6. 病気の回復や健康の定義が異なる

健康とは、病気の症状が現れないのではなく、健康で快適な生活を営み、学業や就業や家事などを健全にこなすことを意味します。私たちは、そのような状態になるように、コーチングを含めた指導やアドバイスを行い、そして低血糖症治療の会などを運営しています。

#### 7. 障害に対する対応が異なる

一般に精神障害や発達障害については、治らないものとして症状の悪化や現れを抑える医薬品の処方がされています。私たちはこれまで、それらの障害について内科的検査をまず行うことの重要性を提唱してきました。症状としては、それらの障害の症状があるとしても、内科疾患が原因のこともあり、内科的治療で治ることもあることを私たちは報告してきました。特に、青少年への向精神薬の処方や多剤処方には違和感を感じます。

### **B. マリヤ・クリニックが進めてきたこと**

#### 1. 治療法を紹介してきました

『栄養療法の手引』、『栄養医学の手引』、『低血糖症治療の手引』、『食べて治すうつ症状』（監修）、『低血糖症と精神疾患治療の手引』、『栄養医学ガイドブック』、『神のデザインによる医療』、『低血糖症治療体験集』、『発達障害の治療の試み』などの書籍を出版して、啓発に努めてきました。

将来的に出版を計画しているものは、『障害治療に取り組んで』（紹介用小冊子）、『低血糖症治療の実際』、『発達障害や精神障害症状緩和の為の食事』、『機能的医学採用の医療の提言』などです。ご要望をお寄せ下さい。

#### 2. 最新の治療法や施設、組織などを採用・紹介・設立してきました。

- 1987年、5時間のOGTT（精密耐糖能負荷試験）の開始
- 1992年、分子整合栄養医学を日本の内科医として初めて採用
- 1992年、ヘリコバクター・ピロリ菌治療を開始
- 2002年、日本で最初に超高濃度ビタミンC点滴療法を開始
- 2004年、株式会社ヨーゼフを創業し、医療用サプリメントの会員制販売を始める。
- 2006年、「低血糖症患者家族会」を始める。
- 2006年、IgGアレルギー、有機酸検査、ペプチド検査をアメリカの研究所に発注開始
- 2007年、発達障害の治療を開始

2008年、ヨーゼフUSAを設立し、発達障害治療のためのサプリメント輸入を開始

2008年、MYビル取得に伴い、機能性医学的医療システムを構築開始

2010年、業務拡大と国内仕入体制の整備によりヨーゼフUSA Corporation 解散

2013年、病児保育ノアを3階に開始

### 3. 医療の在り方と治療法について研究し、啓発活動をしています。

2009年、参議院議員会館にて「機能性低血糖症勉強会」を行い、柏崎久雄低血糖症治療の会理事長・柏崎良子マリヤ・クリニック院長・大沢博岩手大学名誉教授・納光弘元鹿児島大学医学部教授・内田俊郎鹿児島市長の連名で「機能性低血糖症に係る国の取り組みを求める要望書」を、舛添要一厚生労働大臣らに提出しました。その後、治療の会の働きを通して、同じ要望書が全国の地方議会で92以上の議決を得ています。また、院長や理事長が各地で講演会を開いています。

また、院長と柏崎久雄事務長が各地の医療機関や医師に低血糖症や発達障害の治療法を提供していますが、実際には定着していません。ただ、「低血糖症」という病名は、すっかり認識され、大学病院や大病院でも病名診断とOGTTはなされるようになってきました。

### 4. これからの働きとしての模索

機能性低血糖症でも社会復帰が難しい方や、発達障害の方の社会復帰に向けて、医療機関としての方策がないか検討しています。

発達障害の治療法と予防法について、社会に啓発していきたくと考えています。

食育の重要性と、健康についての知識情報の提供手段を考えています。

機能性医学の具体的展開方法を模索しています。

発達障害について現時点での全治可能期（5歳以前）以後の治療法を研究していきます。

私たち夫婦も、体力の衰えを感じて活動の縮小も模索しましたが、そうもいかないようです。これからも皆さんよろしくお願いします。

院長は還暦を迎えました。毎週2回のスポーツクラブ通いで、必死に体力を維持しようとしています。私も痛風対策で必死に減量に取り組んでいます。

(孫に囲まれて)



### 《 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
- ・各種健康診断
- ・小中台小学校校医
- ・栄養療法(分子整合医学)



(携帯サイトへ)