



日の暮れるのが早いですね。調べてみると千葉では日没の一番早いのは12月5日の16時26分40秒です。来年の一番遅いのは、6月29日の18時59分45秒です。ついでに日本で最も遅いのは、与那国島の7月3日で19時41分40秒です。夏と冬では、千葉では日照時間が4時間半も違います。面白いことに、与那国島は日照時間の差は2時間51分しかないのです。

南国では、いつも明るく、関東では暗い時と明るい時の差が激しい、というのは、なにか特徴的です。そういうことが風土や性格にも反映するのでしょうか。都会の夜は、きらきらと輝き、魅惑的に見えますが、街から離れると急に寂しくなります。昼と夜、光と闇、その違いを心に留める人もいれば、無視する人もいます。灯りをつけて光の中で暮らそうと思っても、災害などで電気が付かなかつたら、そうもいきません。

中学校の時、大みそかの10時に前橋駅前を出て赤城の大沼まで友人と3人で登りました。調べてみると28キロで、標高差1350mです。9時間掛かりました。途中からは雪の原で、休む所もなく、保温ポットにいたれたお茶は、カラカラと氷になっていました。絶望の中で見上げた空には、満天の星が輝いていました。星明りと雪の反射で木々も寒さの中、厳かにたたずんでいました。

何故、こんな冒険をしたのだろう、と悔いた想いに、新たな決意が浮かんできました。進むしかない、星が見ている、天が見ている、みつともない愚痴などいうものではない。湖畔で食べたのは、凍った握り飯でした。元旦の早朝は店など開いていない、自動販売機などない時代でした。馬鹿だよなー、と友と語り合いながら、充実した思いと眠さで帰りのバスを待ちました。

暗い時にめげてはいけません。明るい時に調子に乗ってはいけません。そして、喜ぶ者と一緒に喜び、泣く者と一緒に泣く、そのような者でありたい。師走は忙しい。でも、忙しさに埋没してはいけません。ごまかしの光で済ませてはならない。

今年も保育園で3回のアドベントとクリスマス会でお話をします。もう30年以上続けていますが、一年でも難しいお話です。子供たちの心にともしびを灯したい。人を愛し、自分を喜ぶ人生を送って欲しい。忙しくて、子供のペースになかなか見えないのが保育園に預ける親の特徴。恵まれない子もいる。苦しい子もいる。話し相手のいない子もいる。おしゃべりに夢中で、人の話を聞かない子もいる。怒られてばかりで、眉間にシワの寄っている子もいる。ませた子もいる。どうしよう。神様、助けてください。子供は、友達といるときは元気いっぱい。苦しいこと、悲しいことは、ポケットにしまつて、楽しく過ごそうとしている。偉いものです。お説教しようと思つてはならないですね。

事務長

感染症で受診される方へ

発熱やくしゃみ・咳症状のある方、水ぼうそう等伝染性疾患の方は、入口、待合室・診察室、会計の流れが異なります。また、トイレ後のハンドソープによる手洗いにご協力ください。

★ 入口

正面入口横の中央通路のインターホンを押して下さい。

★ 待合室・診察室

2階の、第二待合室です。

★ 会計

疾患によっては、廊下会計となる場合があります。

ヨーゼフのキャンペーン

ビタミンA、ミセルA

2017年1月11日迄

聖書を読む会

12月13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。

- * 年末の診療は12月28日(水)午前まで、年始は1月6日(金)からとなります。病児保育ノアは1月10日(火)からです。
- * インフルエンザの予防接種をしています。熱がない時においでください。小児の方は母子手帳をお持ちください。チメロサルフリー(水銀系防腐剤を使用していない)ワクチンは製造中止のため入荷できませんでした。3歳以上1回3,780円(税込)、3歳未満1回3000円(税込)です。ご希望の方は、午前は9時迄、午後は通常の受付時間内にお越し下さい。千葉市の高齢者助成は満65歳以上で、自己負担1,800円(生活保護、市民税非課税世帯は無料、12月31日まで)です。
- * B型肝炎ワクチンが定期接種化されました。対象者は、H28年4月生まれ以降で生後2ヶ月以上のお子さんです。予約不要です。
- * 病児保育のご利用には、前もって登録をしておいてください。詳細はホームページや配布資料をご覧ください。
- * 栄養指導を当日の予約時間までにご連絡がなく、無断キャンセルした場合、1080円のキャンセル料が掛かります。
- * 体組成計を健康管理にお役立て下さい。体脂肪量や筋肉量を始め、筋肉の左右バランス、内臓脂肪レベル、基礎代謝量、骨量などの測定ができます。栄養指導のご予約を頂いている方は無料で、その他の方は1回3000円(税込)で測定できます。

<医療に関する提言>

マリヤ・クリニックが開業以来提唱してきた機能性低血糖症がようやく認知されてきたように思います。「精製糖の過剰摂取による低血糖は精神・神経に大きな影響を与える。」ということが、今は一般常識になってきました。アメリカでは清涼飲料水の販売や摂取を止める運動が定着し、それらの会社も糖分の含有率をかなり低くするようになってきました(合成甘味料を増やすというのは注意しなければなりません)。精神疾患への多剤処方にも制約がなされるようになりました。情報の共有が、社会を健全にするように働きかけているのです。ですから、私たちは、情報発信や提言を非常に大事なことだと考えています。

現在の日本の医療の課題は、相変わらず障害治療であると考えています。精神障害や発達障害の患者さんは増え続ける一方なのに、診断法は共にアメリカ精神医学会の『精神疾患の診断と統計マニュアル』を用いて、医師が診断しています。つまり、科学的検査ではなく、医師の所見によるのです。そのマニュアル「DSM-5」については、「DSM-4」の作成委員長自身がその妥当性について、『〈正常〉を疑え』で警告を発していることは、私どもの『発達障害の治療の試み』で説明したとおりです。そして、その診断に基づいて、向精神薬の服用は生涯続けなければならないと、基本的には教えられています。「障害は、治療できるものではなく、対処するものである。」と考えられているのが、日本の実情です。

I. 障害治療への内科検査の採用

A. 精神障害の診断と治療

1. OGTT

マリヤ・クリニックでは、精神疾患の原因の一つとして内科的要因(つまり、治療によって治り得る。)を捉え、機能性低血糖症の確認のために、5時間のOGTT(Oral Glucose Tolerance Test)「経口ブドウ糖負荷試験」を4000人以上実施してきました。その診断によって機能性低血糖症が確認できた患者さんは、ご自身の精神症状の原因を解明したことに安心し、治療改善に努めてきました。これまで、「精神疾患は治らない。一生、向精神薬を服用しなければならない。」と指導されてきたことに比べれば、患者さんご本人にとって感動的な原因解明でした。むろん、私どもは、全ての精神症状の原因が機能性低血糖症であると捉えるわけではありません。

2. OAT

マリヤ・クリニックでは、精神症状の原因として機能性低血糖症とは診断できないけれど、何らかの内科的原因があると見られる患者さんの原因究明をしてきました。そして、OAT(Organic Acid Test)「有機酸検査」を海外の研究所に、代謝の結果が現れる尿を送って調べました。体内では代謝が行われると、副産物として様々な有機酸合成物などが生成され、尿中に排泄されます。しかし腸壁に損傷がある患者や自閉症患者、広汎性発達障害者、先天的酵素欠損の体質患者には、酵母菌や他の腸内細菌によって、通常では見られない種類や量の有機酸合成物が尿中に排泄される場合があります。排泄された有機酸合成物の量やバランスは神経系機能、ビタミン活用、体力、エネルギー代謝、ホルモン活用、筋機能の状態を反映していると考えられます。

B. 発達障害の診断と治療

マリヤ・クリニックでOATやその他の海外検査を行っているということを調べて、発達障害児を持つ親から検査依頼がありました。検査結果を診ると、明らかな異常値であり、その改善を試みることにしました。

1. ペプチド検査

ペプチド検査も尿検査です。タンパク質は100個以上のアミノ酸が連なり、分子量10,000以上のものですが、これが分解されて、アミノ酸にまで消化され吸収されます。ところが、消化酵素が不足していたり、腸壁が弱く脆かったりすると、タンパク質とアミノ酸の中間のペプチド(アミノ酸分子が数個から100個程度)のものが腸から吸収されてしまいます。この時に、麦に含まれるタンパク質のグルテンが分解したグリアドルフィンというペプチドと、乳製品に含まれるカゼインというタンパク質が分解したカソモルフィンというペプチドが、脳に悪影響をもたらします。このペプチドは、共に分子量が約800前後と小さく、腸管から血中へと移行し、脳関門を通過し、脳内に到達しやすいことが考えられます。脳内へ到達すると、脳の鎮静受容体と反応します。グリアドルフィンとカソモルフィンはヘロインやモルヒネと同様の働きがあり、脳でのGABAの働きを抑

制し、ドーパミンの分泌を促すことがわかっています。むろん、普通の人は、消化能力や腸壁が健全なので、そのようなペプチドを通すことはなく、影響はないのですが、検査によってこれらのペプチドが確認できるのです。

アメリカではグルテンやカゼインが、自閉症・統合失調症・双極性障害・体調不良に関与していることが多いことが確認され、特にグルテンによる疾患は人口の10%にも達するとされています。テニスで世界ランク一位になったノバク・ジョコビッチがグルテン不耐症であることがわかり、小麦の摂取をやめてから急激に成績を伸ばした自叙伝は有名です。アメリカでは、現在、GFCSF (Gluten Free Casein Free)「小麦と乳が含まれない。」食品が発達障害や精神障害の患者に有効な場合があるとして市販されています。このペプチド検査もマリヤ・クリニックでは、アメリカに検査依頼をしています。

2. IgGアレルギー検査

さらに、このアメリカの研究所では、食物アレルギーの検査もしていることがわかりました。アレルギーについて説明する必要があるでしょう。

人間の体内では、身体にとって悪影響となる異物から身を守るために、様々な仕組みを備えています。微生物や異物(例:花粉、ホコリなど)が体内に侵入したとき、免疫を調節するB-リンパ球から、免疫グロブリンとよばれる抗体を作ります。この抗体は、微生物などによる特別な抗原(人間にとって異物)に抵抗する働きを持ちます。そのほか、抗体はウィルス、酵母菌、寄生物、細菌にも抵抗します。

抗体はタンパク質で作られており、主に5つに分類します(IgA、IgE、IgG、IgD、IgM)。各抗体分類は、化学構成と機能、微生物や食物、化学物質などへどのように対応するかによって分けられています。

- **IgM(免疫グロブリンM)**;微生物が体内に侵入した時、免疫系によって作られる抗体で、初期の防御システムの働きをします。感染症にかかっている場合、IgM抗体の値が上昇します。もしカンジダ菌に抵抗するIgM抗体の値が上昇しているなら、身体がカンジダ菌に抵抗しているといえます。感染後、多くの場合約1ヶ月でIgMは減少します。
- **IgG(免疫グロブリンG)**;同じ微生物による、2回目の体内の侵入時にB-リンパ球が作り出す抗体です。遅発性アレルギーは特に食後、しばらく経過してから症状がでる原因と関連している可能性が考えられます。IgG抗体は、感染症に対する免疫システムの攻撃の後、長期間の抵抗力をつける役目を果たします。
- **IgE(免疫グロブリンE)**;様々な種類の食物アレルギー、特に食後すぐに反応する即時型アレルギーに関連します。肥満細胞、好塩基性細胞を中心に生成されたIgE抗体にアレルゲンが結合して反応が起こります。また、身体を微生物・異物から守る働きもします。血液中のIgE値が高い場合、多くのアレルギーに関連していることが考えられます。
- **IgA(免疫グロブリンA)**;微生物から鼻腔や消化管の粘膜を守る働きをします。
- **IgD(免疫グロブリンD)**;このアレルギーに関しては、未だ不明な点が多いです。

アレルギーには、①食後、数時間で湿疹等が起こる即時型アレルギーと、②通常、食後約24時間～数日経過した後に症状が表れる遅発型のアレルギー(摂取後1～2時間、あるいは5～6時間で症状が出ることもある)の2つの型があります。

蕁麻疹、充血やむくみなどの食後、すぐに現れる症状は、通常IgEの働きに由来します。即時型アレルギーを調べるには、保険適用のIgE検査(13種類)が受けられます。ただ、中にはアレルギーと見られる症状があるにもかかわらず、IgE検査では陰性と結果がでることがあります。そのような場合に、IgG抗体が関与しているとも考えられます。

IgGアレルギーを調べる検査は今のところ、国内では行われておりません。アレルギー反応は、いつもすぐに起こるとは限りません。食品を摂取し、長時間経過してから反応が生じる場合、IgEよりもIgGが原因とも考えられますが、遅発型のため、食品アレルギーと気が付くことは殆どないようです。このアレルギーは、脳にも影響を与え、精神や神経の症状の原因となることがあるとされています。検査をしなくても、ある食物を食べた後、様子がおかしいなど気が付いたら、その食物の摂取をしばらく止めてみると、関係性に気が付くことがあります。発達障害の人は、偏食が多く、この食物アレルギーに異常値が出ていることが多くあります。この検査では、100種類近くの食物アレルギーを調べます。

3. 有害ミネラル検査

人間の身体には、ナトリウム、マグネシウム、リン、イオウ、塩素、カリウム、カルシウム、クロム、マンガン、鉄、コバルト、銅、亜鉛、セレン、モリブデン、ヨウ素など16種類の必須ミネラルが必要とされ、厚生省が摂取基準を定めているのは、イオウ、塩素、コバルトを除く13種類です。ところが、私たちが日常摂取する水、食物、空気などには、身体に悪い影響を与えるカドミウム、水銀、鉛、ヒ素、ベリリウム、アルミニウムなどの有害ミネラルが含まれており、体内に蓄積してしまいます。

歴史上、水銀汚染による水俣病、カドミウム汚染によるイタイイタイ病や足尾銅山の鉱毒被害などがあります。鉱山の土砂から流れ出たヒ素が川や海を汚染し魚介類や海藻に蓄積していることも知られています。マグロ、クジラ、イルカなどの大型魚は生物濃縮によって水銀が多く蓄積するので、厚生省は妊婦に摂食指導を行っています。つまり、有害ミネラルは神経を含めた身体全般にかなり悪い影響を与えるのです。精神障害や発達障害の人には、かなり数値が高い場合が多いようです。

当初は毛髪を海外に送って検査をしておりましたが、しばらく前に国内でも検査する機関が現れました。ただ、毛髪に出たということは、体外に排出を始めたということで、実際には体内の蓄積量を確認することは難しく、特に脳の場合には、一度入ると排出が難しいようです。

II. 障害治療への混合診療の導入

A. 保険診療の限界

日本では、保険診療と自由診療の併用は認められていません。健康保険の範囲内の診療と範囲を超えた診療が同時に行われた場合、範囲外の診療に関する費用を患者さんから徴収することを禁止されています。もし、患者さんから費用を別途徴収した場合は、その疾病に関する一連の診療の費用は、初診に遡って「自由診療」として全額患者さん負担となるルールになっています。

精神障害や発達障害では、基本的に向精神薬を継続的に摂取することとされ、実際上それ以外の治療法は行われていません。最近では、向精神薬の多剤投与が厳しい報告事項になりましたが、それも保険診療額の軽減のためであるような思いがします。精神科や神経科、そして心療内科でも、保険診療上、向精神薬の処方に加えて、自由診療の部分を取り入れることはできないのです。

B. 機能的医学の採用

マリヤ・クリニックでは、5名の管理栄養士が患者さんに検査の理由と結果の意味、診療方針とその理由を説明しています。精神障害や発達障害の治療を栄養医学で進めるには、上記の理由で自由診療による外はなく、だからこそ、患者さんに十分な情報を提供し、治療の結果と状況を確認して、医師の診断と治療を充実させ、患者さんに納得してもらう必要があります。

C. 診療の画一化の変更

日本の保険診療は、誰でも安価に保険で治療を受けることができる非常に優れたものです。しかし、上記のような限界があると共に、保険治療では診療の内容や処方が規格化されており、医師はその範囲でしか治療できません。患者さんも保険適用を優先するので、適切かつ必要な診療であることを説明しても、なかなか治療に踏み切ることができません。アメリカでは、保険診療が定着していないため、却って診療の幅が広がり、それが精神障害や発達障害、そして難治の病気に関する新しい試みとして進展することになっています。保険財政の赤字が問題となっている現在、自由診療の積極的導入が迫られています。

〈 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)