

No.243

腸内快覧板

11月 Nov. 2020 年 発行

発行所/おなかいき健康クラブ

福岡県福岡市東区松香台1-2-1

TEL092-674-4788 FAX 092-661-1051

ウイルス除去に腸内細菌が活躍

株式会社 健将ライフ

代表取締役 箕浦将昭



秋が深まり紅葉の美しい季節になりました。皆様はご健勝のことと思います。いつも健将ライフの商品をご愛用下さり有難うございます。

さて、これから寒くなるとインフルエンザやノロウイルスなどが活発化してきます。ノロウイルスの流行は晩秋から増加し始め、12月にピークとなります。新型コロナウイルスでも大変な時なのに、こうした状況では、自分に罹ったのは何のウイルスなのか破天荒な冬を迎えなければならなくなります。困ったものです。

ノロウイルスの感染力は強く、感染しても症状が出ない場合や軽症で済む場合もある一方で、体力が弱っている小さなお子さん、ご高齢の方の場合は、重症化する場合があります。

ありふれた病気ですが、たかが嘔吐下痢症だと軽視すると、非常に危険な状態に陥ることも少なくありませんので、十分な注意が必要です。

ノロウイルスに予防ワクチンはある？

インフルエンザはウイルスの増殖をおさえる抗ウイルス薬がありますが、残念ながら、新型コロナウイルス同様に、ノロウイルスを事前に予防できるような有効なワクチンはありません。特効薬というものはなく、あくまでも吐き気や腹痛、下痢などの症状をおさえる対症療法が基本です。

腸内細菌がノロウイルスを捕まえて除去

毎年多くの胃腸炎患者を発生させるノロウイルスは、その感染経路が完全には解明されておらず、感染拡大を防ぐ有効な手だてを構築できない状態にあります。まさに新型コロナウイルスと同じです。

ところが、北大の佐野大輔准教授らの研究チームは、「人の便の中から、小腸の糖鎖とよく似た糖鎖を表面に持つ腸内細菌を発見した。この細菌を培養してウイルスと混ぜたところ、条件が整えば細菌一つで1万個以上のウイルスを吸着し、細菌ごと除去できることが分かった。この細菌は、人の腸内でよくみられる菌で、ノロウイルスに感染した時に症状を軽くしている可能性がある。」と発表しています。

腸内細菌の偉大な力

新型コロナウイルスの発病も腸内細菌が握っていると言われていています。腸内には善玉菌、悪玉菌、日和見菌がいますが、悪玉菌が増えると日和見菌は悪玉菌に変わり、体に悪さをします。日和見菌の一つ、プレボテラ細菌は新型コロナウイルスに感染すると悪玉菌に変化し、炎症や、血栓を作るなどして呼吸困難を引き起こすと言われていています。

腸内善玉菌が多い良好な腸内環境ではプレボテラ細菌が善玉菌に変わり、悪さをすることはないでしょう。ノロも新型コロナも罹ったとしても症状の軽い、無症状の人もいます。このことは腸内細菌が大いに関係していると思わざるを得ません。まさに腸内細菌の偉大な力は、随所発揮され、私達の健康を守っていることがわかります。

腸内環境を整えよう

「元気の元は胃腸から」と昔から言われています私達の体内にいる腸内細菌を大事に育てることが健康の秘訣です。弱っているなら応援してあげましょう。ウイルス対策に欠かせない腸内善玉菌をしっかりと育てましょう。腸内善玉菌を増やすサプリメントがありますので、必要な方はぜひご利用ください。

朝夕かなり冷え込んでまいりました。風邪などひかぬようご自愛ください。





達磨の経済学



如実知見 (によじつちけん)

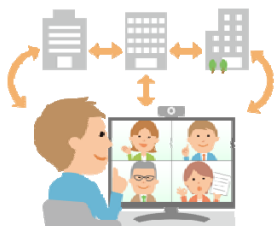
高野山真言宗慈明院住職 吉住大慈

秋が過ぎて冬を迎える。いよいよ今年も残り少なくなってきた。振り返ってみれば世界が変わった一年であった。新型コロナウイルス感染症により、人や物の流れが滞り、仕事や学業においてはオンライン通信による在宅ワークが浸透した。まるで夢を見ているような変化の一年だった。

仏教には『如実知見』(によじつちけん)なる思想がある。これは「物事をあるがままに認識することが重要である」という教えとされる。そして、如実に知見できる智慧を「般若」(はんにゃ)と呼ぶ。この般若(智慧)を獲得することが僧(仏教修行者)の最大の目標である。

物事をあるがままに見る・・・いわば真実は、時に残酷である。末期ガンの患者へのあるがままの告知、全ての人が真実の告知に耐えられる訳ではない。如実知見をすれば、厳しく辛い現実も受け入れなければならない。だからこそ人は如実知見したくないのである。

私の父は肺がんで亡くなった。放射線による治療を行い、しばらくしてガンが再発。その時には手の施しようがなかった。死期を悟った父は医者に行った。「あとどれくらい生きますか?」医者「延命治療して一年くらいでしょうか。」父曰く「ああ、では治療やめて家に帰ります。家で死にます。」



僧であった父は、その時如実知見していたのだろう。家に帰り、在宅医療を受けながら3ヶ月で亡くなった。受け入れがたい真実はこの世にあふれている。しかし、それを受け入れて「自分にウソや偽り、後悔のない生き方」を選んで生きていくことが、如実知見の知恵ではないかと思う。

合 掌

免疫細胞BAK療法ーガンと共生しよう

海老名卓三郎著 光雲社



健将ライフ学術顧問
佐々木 俊雄氏

熱水抽出物タヒボ茶はマクロファージを活性化させ抗腫瘍効果を示すが、精製物のナフトキノンはその作用がありませんでした。セファラチンでも同様の結果が得られました。

セファラチンは特にガン細胞のアポトシスを誘導させる能力が高いこと、タヒボ茶はそれらの作用のほか血管内皮細胞の増殖を抑え、ガンへの栄養の兵糧攻めをする作用があることが分かりました。これら生物製剤、機能性食品を投与あるいは飲食すると体内の免疫担当細胞が活性化するだろうという可能性があるだけで免疫補助療法であることを知っていただきたい。

タヒボ茶の効果

タヒボ茶は色素成分の一種、がガンへ有効に働き、ガン細胞をだけ死滅させ、副作用もない成分のようです。

また、免疫作用において大きな働きをする細胞の活性や増強についても、タヒボエキスの投与によって上昇することが確認されています。

タヒボ茶は元々は鎮痛剤として用いられていたもので、他にも糖尿病の改善や抗炎症作用、抗酸化作用、赤血球の増加作用などがあ

腫瘍マーカーIAPも腫瘍細胞が産生している訳ではなく、主に免疫担当細胞が産生しているのです。腫瘍性のIAPは表面の糖鎖が三本になっている。炎症性IAPの場合は糖鎖が二本である。

IAPが580以上の人は免疫力が完全に落ちていて約半年の命となり、580以下の人はまだ免疫力が残っているので高度進行ガンの人でも平均延命二年になる。白血球数やリンパ球割合などの免疫指標にはグループ差は見られないので、IAPは患者の現在の免疫力を的確に現していることになる。われわれの目標は、「ガンと共生しよう」が目標です。

