

特集 丹羽療法 治療レポート

もういちど見直したい ルイボスの万能力

健康博覧会の特集コラムを4・6ページに掲載

日本
SOD
研究会報

発行元 日本SOD研究会 藤沢
住 所 〒154-0012
東京都世田谷区
駒沢 5-13-1-205
TEL. 03-5787-3498
<http://www.sod-jpn.org/sod>

南アフリカの広大な高原に広がるルイボス畑



十年ほど前、健康ブームのハシリとして「ルイボスティー」がずいぶんもてはやされたことがありました。これさえ飲めば、がんも治る。アトピーも治る。などの言葉が踊り、ルイボスティー飲料がペットボトルで販売され、コンビニの棚に並んだときもありました。ところが、ブームになると必ずと言っていいくらい出てくる便乗商法が乱立。ルイボスティーの成分がまったく入っていない粗悪品や、誇大広告が氾濫し、規正がかかったことがありました。

そんなことがあり、せっかくすばらしい効能を持つ、抗酸化効果の高いルイボスは陰を潜めてしまっていました。もちろん、健康食品を扱うお店では今もルイボスティーは人気の商品。丹羽先生の治療にも欠かせないものとして使用されています。

~~~~~  
ここでそのルイボスティーについて改めて見直し、ご紹介したいと思います。

ルイボスティーの原料は、南ア

フリカ共和国の最南端にある高原にだけ生育する植物で、学名アスパラサス・リネアリスと言います。豆科の植物で、厳密にはお茶ではないのですが、古くから南アフリカの原住民の間で「不老長寿の飲みもの」「さまざまな病気に効くお茶」として伝えられ、飲みつがれてきました。またヨーロッパでも健康と美しさを保つ妙薬として普及し、広く浸透しています。

ルイボスティーの人氣が高まるにつれ、南アフリカ政府はなんとか増産しようと他の地域での栽培を何度も試みましたが全て失敗に終わりました。結局、ケープタウンの北360キロにある、セダルバーグ山脈の傾斜面だけで政府の厳重な品質管理のもと栽培されています。この地域は雄大な高原地帯で、見渡す限りの緑が地平線まで延々と続き、ルイボスはさんさんと降り注ぐ太陽の恵みを受けて育ちます。

その効能等に関しては、花粉症や鼻炎、アレルギーに効くとか、アトピーのかゆみが軽減されたとか、肌のシミが消えたとか、便秘にいいとか、がんを抑制する効果があるとか、とにかく枚挙にいとまがないくらい話を聞きます。実際、医学博士や様々な専門家も高く評価しています。



熊本大学医学部長の前田先生は

「ルイボスティーの抗酸化作用（老化を促進させる過酸化脂質を抑制する働き）と細胞に与える影響を調べるために実験を行いました。試験管の中で人のBリンパ球（血液の細胞成分である白血球の一種）にEBウイルスという細菌より小さい微生物を感染させ培養すると、

イニシエーションと呼ばれる発がんの第一段階を作ることができます。これをがん化させるために活性酸素の一種である脂質ラジカルを加えます。

試験管の中でこのようにがん化のお膳立てをするのですが、ここにルイボスティーの煎じ液を加えると、細胞はがん化されないばかりか、死滅することもないのです。抗がん剤を使用すると、細胞までも死滅してしまうのですが、その兆候がなかったのです。ルイボスティーが活性酸素を中和してがんを防ぎ、細胞にも優しいことが証明されたのです。

活性酸素は、がんの他にも動脈硬化や潰瘍、リウマチ、白内障、アレルギーなどさまざまな病気に影響を及ぼしていることは確かです。抗酸化力が強く、細胞にも優しいルイボスティーを飲み続けていれば好ましい結果が現れてくると考えられます」

と自らの研究の結果を発表しています。

また、京都薬科大学の桜井弘教

## 授も

「ルイボスティーの効能のひとつとして、コレステロール値を下げ、心筋梗塞を予防するというのがあります。心筋梗塞というのは、血管中に血栓という血行を妨げる血の塊ができておこるものです。その治療として、血栓を溶かして遮断されていた血液を再び流れるようにするわけですが、このとき、活性酸素が多量に発生することが判明したのです。活性酸素が発生すれば血管の破壊につながります。そのため、治療はただ血栓を溶かせばいいというのではなく、活性酸素を発生させない方法を考える必要が出て来たのです。

その方法というのが、活性酸素を除去する物質であるSODという酵素なのですが、この酵素は年とともに減少します。それを補ってくれるのが、ルイボスティーなどの活性酸素を除去する効果のあるものです。お茶類には全般にコレステロールを体外に排出する物質が含まれています。しかしコーヒー、紅茶、緑茶には人体に害を



# ◎◎◎◎◎◎ 丹羽先生講演

## 現代医療の限界と

## クスリの副作用

### 漢方のなぞ、同病異治の意味するもの

※ 同病異治 一人の人に効いた漢方が他の人に効かない

どなた様も自由に聴講できます。聴講は無料です。

**2/29(金) 11:00～**  
**東京ビッグサイト**

**健康博覧会 2008**

2月27日～29日(10:00～17:00)

東京ビッグサイト(お台場) 入場料 2,000円

26回目となる今回は、丹羽耕三医学博士の講演が  
29日の11時から12時40分までイベントステージ  
で行われることが決まりました。お見逃しなく!!



及ぼすカフェインやタンニンも含まれています。カフェインは夜飲むと眠れなくなり、タンニンは体内の鉄、カルシウム、マグネシウムなどと結合するので摂りすぎるとミネラル不足になります。その点、ルイボステイにはカフェインは含まれていないし、タンニンも極めて少量ですから、最良のお茶といえるでしょう。

さらにルイボステイには生体微量元素といわれる鉄、銅、亜鉛、マンガンなども多く含まれるので、貧血や肌荒れにも効果的ですね」とその良さを力説しています。

もちろん、丹羽療法でもルイボステイは欠かせないものです。

「もともとは私の研究所にその作用や効能がほんとうにヨーロッパなどで言われているように様々な疾患に効く物なのかどうか調べてほしいという依頼があったんです。それで数ヶ月にわたって私の実験室で調べ、さらに適切な患者さんを選んでお茶代わりに飲んでもらったんです。そうしたところ、

それは、活性酸素を強力に除去

するということです。患者への効果は、医薬品や私の開発したSOD様作用食品と比較すると即効性がなく、徐々に効いてくるのですが、リポオキシゲネー스를抑え、一方「悪さ」をする活性酸素を除去することによって、痛み、腫れ、発熱などの一般の炎症反応だけでなく、喘息などのアレルギーの病気にも効果が期待出来るという結果が得られたのです」

その含有成分等について、丹羽先生の研究の過程をお話し頂きました。

「まずこのルイボステイの含有成

分を分析すると、低分子の活性酸素過酸化脂質除去物質であるフラボノイドが非常に多く含有されていることが分かりました。このフラボノイドの研究と実際の患者への使用は、西ドイツで盛んに行われ、その研究報告によると、フラボノイド効果のある疾患として、アレルギー疾患、がん、糖尿病、炎症、頭痛、ウイルス感染、胃潰瘍、歯周炎などをあげています。そして、アスピリンなどの鎮痛解熱作用を始め、ステロイド剤のように広い作用を持った物質だと述べています。

このように広い作用を持ったフラボノイドを大量に含んでいるルイボスティーについて次のような実験を行いました。

まず活性酸素に対する作用ですが、活性酸素  $O_2$  と  $\cdot OH$  (ヒドロキシラジカル) を発生させた試験管の中に少しずつルイボスティーを入れていくと、試験管中の  $O_2$  と  $\cdot OH$  は低下していきます。

つまり、その作用は、一般に市販されている漢方薬よりもはるかに強く、私が自然の穀物や植物に特殊な操作を施して作った SOD 様作用食品に劣らない力を示しています。

ただし、ルイボスティーは、熱を加えず生の葉の状態のものを使用しても強い活性酸素除去効果は見られませんでした。つまり、ルイボスティーを使用する場合は、煎じて飲むことが大切だと言えます。さらに多量に摂取しなければならぬ場合は、葉を粉碎した粉の状態でも内服してもあまり効果が期待出来ませんから、よく煎じて精製されたものを飲むことが大事と言えます」

**治療などの場合はルイボスティーを煎じて濃縮精製したもの(ルイボスTX)を使用するそうです。**

「農薬や殺虫剤を始めとする環境汚染物質に囲まれた生活を余儀なくされている現代人は、活性酸素や過酸化脂質が体の中で増加し、成人病、がん、アレルギーを始めとする多くの病気にかかる危険にさらされています。だから常日頃からルイボスティーを飲むことを習慣にしていくことを勧めます。副作用もなく、作用範囲も SOD 製剤の効く病気にプラスしてアレルギーも抑えるという非常に広い効力を持っている素晴らしい食品であり、健康茶だといえますね」

また、ルイボスティーには飲むだけではない用途がたくさんあります。例えばお米を炊くときに水代わりに入れるといった料理に、そして風呂に入れてしっとり肌に、汚れ落としなどのお掃除に、使用済みの葉を植物の肥料に、と生活の中のとあらゆるものに効果を発揮します。

◆丹羽先生診察ご希望の方は  
御紹介、御予約いたします。  
丹羽メディカル研究所  
0120(731)175  
もしくは  
日本 SOD 研究会  
03(5787)3498  
まで お電話ください。

いよいよ開催間近の健康博覧会。国内外から千を越える健康産業各社が、文字通り一堂に会して行われる健康のための博覧会。その見どころをフォーカスしてみました。

まず、絶対に見逃せないのが SOD 酵素と活性酸素の世界的権威である丹羽靱負医学博士の無料講演。テーマは「現代医療の限界とクスリの副作用」と、誰にも身近で関心のあるテーマ。最終日 29 日の目玉イベントとなるのは間違い

## ここが見どころ！ '08健康博覧会

なく、混雑が予想されます。11 時開演でも、ここは余裕を持っておきたいところ。

朝、10 時のオープンにあわせて、東 2 ホール・ブース番号 2H-02 の丹羽メディカル研究所に直行、資料を入手してからイベントステージに向かうのも手です。丹羽先生の講演を聴いて、もっと知りたくなったところなどをメモしておきましょう。

6 ページに続きます→

SOD愛飲者  
インタビュー

# たった2ヶ月のSODで コレステロール値が激減

水谷昌子さん

今回、取材させていただいたのは、脂質異常症で悩まれていた、栃木県にお住まいの水谷昌子さんです。

水谷さんのお話に入る前に、彼女が悩んでいた脂質異常症という症状について説明しておきましょう。

脂質異常症とは、血液中の脂質（脂肪）、特にコレステロールと中性脂肪が増えた状態のことを言います。この病気は痛くもかゆくもなく、自覚症状がありません。

総理府の調査によると、脂質異常症についての感じ方は糖尿病や高血圧などと比べると怖い病気という認識を持つ人が少ないそうです。しかし、近年、メタボリック症候群の危険性が盛んに言われ始め、なんとなく良くない、といった認識は芽生え始めているようです。

しかし、脂質異常症というのは自覚症状がでたときにはすでに心

臓や脳または下肢の動脈硬化が進み、突然、脳梗塞や狭心症、心筋梗塞などを引き起こすため、サイレント・キラー（沈黙の殺人者）とも呼ばれているとか。

このように記すと、コレステロール値や中性脂肪の値が高いと健康診断で言われた方などは心配されますが、以前、丹羽先生は会報97号のインタビューで

「コレステロールなんか多少基準値よりも高くてもいい。SOD飲んで、食事に気をつけて、適度にウォーキングしていれば問題ない。それよりもコレステロールを抑える薬、これは誰にでも処方されるもののなかで危険な部類に入る薬です。こっちの薬害のほうが高コレステロールよりも危険」

と言ひ、過度にコレステロール値に神経過敏になって、薬に頼つ

たりするほうが、逆に薬害の危険性が高いといひます。

さて、その脂質異常症ですが、原因はやはり生活習慣によるものが多いようです。喫煙、お酒の飲み過ぎ、脂っこい食生活、運動不足などなど。加えて女性の場合は閉経によるホルモンバランスの乱れが原因になります。女性ホルモンであるエストロゲンの減少が血液中の脂質を増やしてしまうのです。



水谷さんも、そんなおひとり。現在60歳の水谷さんが、ひょんなことで血液検査をしたのが、閉経直後、53歳の時でした。

「もともと太めでしたから、仕事場で健康診断を勧められ血液検査をしたところ、コレステロール値が280（基準値140〜220）、中性脂肪が200（基準値50〜149）もあったんです。あと、血圧も140と高めで、さらに

左脳に動脈硬化の気配があると言われたんです」

すぐにお医者さんから脂質異常症の薬が処方されたそうです。そして薬を飲み続けること5年近く。「お薬の名前はよく覚えていないんですが、とにかくコレステロールや中性脂肪の数値がまったく良くなりなかつたのは事実ですね。逆にひどいときなんかコレステロール値が400近くまで上がったときもありました」

薬が効かないのか、自分の体が悪いのか。いやいや、薬が効いているからこそその数値で、飲まなかったらもっと悪くなっているのかも、などと気に病むことしきりだったとか。

丹羽先生のSOD様作用食品と出会ったのは昨年のこと。以前から本などでその名前は知っていて、気になっていたところ、知り合いから勧められ、試しに2箱購入したのです。

「本当に効くのかどうかを知りたくて、その間、お医者さんからもらった薬は飲まないで、SODだけを1日4袋ずつ2ヶ月間飲んだんで

※1 2007年4月より「高脂血症」から「脂質異常症」に病名が変更になりました。



す。薬を飲まない、というのは私にとって冒険でしたが、どうしても効果を知らなかったから」

そうして血液検査をしたところ、コレステロール値も中性脂肪の値も、ものの見事に平常値に下がっていました。

「その数値を見たとき、検査の機械が壊れて間違っているんじゃないかって思いましたね。だって、たったの2ヶ月ですよ。正直、そんなに効くものだなんて思っていましたから、びっくりでした」

そんな水谷さんよりも、かかりつけの内科医の先生のほうがもっと驚かれたとか。

「いやー、ずいぶん食事療法をがんばられたんですねー」

## SOD様作用食品 体験者の声を お聞かせ下さい。

難病で苦しんでいる方たちが少しでも早くいい治療法に行き当たるように、本誌では愛飲者の声を募集しています。お手数ですが、

〒154-0012 東京都 世田谷区  
駒沢 5-13-1-205

日本SOD研究会 藤沢宛  
TEL 03-5787-3498

までご一報ください。

と言われ、いやSODが効いたと言っても信じてもらえないだろうと思いい、「はい」といってしまった水谷さん。でも、頭の中では「間違いなくSODが効いたんだ」と確信したそうです。

「それからは丹羽先生もおっしゃられるように食事にも気をつけ始めました」

お医者さんからも食事療法はしきりと勧められたけれど、ついといさばりがちになってしまふもの。ところが、SODの効果を目の当たりにして、その丹羽先生が食事療法を勧めていると聞けば実行しようという気にもなるというもの。

「もう、嬉しくて嬉しくて、つい娘やお友達に勧めてます。娘はデス

ク作業で、うつむいて仕事をする  
ことが多く、いつも背中が痛いつ  
て言っていたんですが、最近は痛  
くなくなったと言ってます。あと、

娘の友人でひどいアトピーの子が  
いて、その子にも勧めたら、自分  
でもなにやらインターネットで調  
べて納得したみたいで、飲み始め  
ましたよ。ほら、SODは何にで  
も効くというから、みんなに勧め  
てます。この商品を開発してくだ  
さった丹羽先生には本当に感謝の  
気持ちでいっぱいなんです。いつま  
でもお元気で病気で悩んでいる人の  
ためにがんばっていただきたいです」

職場では力仕事も多い日々。水  
谷さんはSODという強い味方を  
つけて、現役まっただ中。

## 健康博覧会 2008

2月27日(水)～29日(金)  
お台場 東京ビッグサイト  
入場料 2,000円 10:00～17:00  
同時開催：シニアライフエキスポ

第26回目を迎える健康博覧会は、  
内外から1,000を越える出展社が  
様々な健康情報を展示します。

《会場へのアクセス》

●りんかい線「国際展示場」

徒歩約7分 大宮・池袋・新宿方面  
からJR埼京線直通(大崎経由)  
で便利です。

●ゆりかもめ「国際展示場正門」

徒歩約3分 会場へすぐです。

●駐車場(有料)もあります。

お台場・13号地・有明 各ランプから5分

●羽田空港より直行の京急バス・  
リムジンバス(大人600円)

◎ イベント情報 ◎

↓4ページからの続き

講演終了後、一息入れてお昼を  
食べながら、資料と講演内容を軽  
くおさらいしてみましよう。

もっと知りたいこと、不明な点  
などを、丹羽メディカル研究所の  
ブースに行って質問しましょう。  
丹羽先生の開発したSOD様食品  
とその効果的な利用法、特に講演  
テーマに関連するアイテムが豊富  
なので、悩み解決に役立つかも。

昼食時、混雑しているようなと  
きは、お弁当を買って東棟2Fテ  
ラスで港を見ながらの食事も一手。  
また、帰りの交通機関なら水上  
バスを利用して、レインボーブリ  
ッヂやフジテレビを遊覧して帰るの  
も、ちよつとしたお楽しみ。

# SOD様作用食品とは・ 丹羽博士の開発

SODとは、スーパーオキシド・デイスムターゼの頭文字をとったもので「活性酸素」を取り除く「酵素」のことです。

最近、健康の力を握る物質として「活性酸素」と「SOD」の働きと役割がクローズアップされてきました。そして、活性酸素が体内に増加すると、がんや成人病など、さまざまな疾病を引き起こすことが明らかになってきました。



存在していて、病気を防ぎ、身体の健康を守ってくれます。ところが、現代社会の弊害（公害、薬害、食品添加物の害）などが、活性酸素を暴走させていて、体内のSODだけでは追いつかなくなっています。

しかし、残念なことにSODという酵素は分子量が大きいために内服しても胃で破壊され、腸から吸収されませんでした。

それを、内服できるように研究されたのが丹羽SOD様作用食品です。

開発した丹羽耕三医学博士は、京都大学医学部を卒業し、医学博士として数々の研究が注目を集めていたときにご子息を白血病で亡くされ、それをきっかけにSODの研究を始めました。副作用がまったくないがん治療薬、がテーマでした。

開発には実に二十年もの歳月が必要でした。

「活性酸素をはじめとする免疫学の研究を通して私が知った。自然の摂理」は、私に大自然のメカニズムの精微さと人間の自己治癒力の偉大さを教えてくれました。病気は自分が治すもの。私は、この理想を患者さんの誰もが実現できるように医師の立場から最大限の努力を続けています」

先生は今も、土佐清水病院院長として、毎日、医療の現場でがん、アトピー、膠原病などの難病に苦しむ患者さん達の治療にあたっています。また、SODなどを始めとする論文は海外でも高い評価を得、日本のみならず海外の学会で講演をしたり、大学病院で特別講演をしたりと、多忙な日々を送っています。

幸いなことに最近、西洋医療と東洋医療などを統合した医療へと世の中の流れが向かっています。代替医療に対する関心や認識も高まり、丹羽博士が40年も前から言っていた、本当の意味での人を診る診療の時代です。

この会報は、そんな丹羽博士の志を受け、誰もが自分の力で健康でいられるように、難病で苦しむ方が少しでもなくなるようにとの願いを込めたものです

## 丹羽療法を知る一冊

### ◆ブックガイド◆

「がん治療 究極の選択」

講談社

「丹羽SOD様作用食品摂取者の体験報告」日本SOD研究会

「活性酸素で死なないための食事学」

廣済堂

「丹羽博士の正しいアトピーの知識」

廣済堂

「天然SOD製剤ががん治療に革命を起こす」

廣済堂

「白血病の息子が教えてくれた医者の心」

草思社

「安心の医療・本当の健康」

みき書房

「クスリで病気は治らない」

みき書房

「医は仁術なり」

至知出版

「丹羽療法 全国のアトピー患者が信頼するこれだけの理由」

リヨン社

「SOD様作用食品の効果」

小冊子





## あしたも元氣 (No.98)

## 日本の食文化 (果物類)

果物は鮮やかな色彩や、さわやかな香り、甘酸っぱい食感があり、食卓に潤いを与える食物です。そして、人間の体にとって欠かすことのできないビタミンC、ビタミンA、糖質、カリウム、食物繊維や、さまざまな酵素や有機酸を多く含んでいます。

日本でおなじみの果物も日本原産といえるものは梨や果ぐらいいで、その他のほとんどは外国から伝えられたといわれています。

現在ではいろいろな果物が日本で栽培され、また世界各国から多様な果物類が輸入され、日本産、外国産を含め年間数百種類のものが流通されているようです。

果物は生で食べる他、ジュース、ジャム、ドライフルーツなど多く利用されています。

## 果物はデザート

果物を食後のデザートとして食べる習慣は江戸時代からあったといわれ、当時は魚や肉を食べた後の「熱」を冷ますためだったようです。なぜ食後に果物を食べるとよいかというと、果物独特のさわやかな香りと甘酸っぱさによって食後の口中がすっきりするということが、果物によつてはタンパク質分解酵素が含まれますので食事中に摂取したタンパク質の消化を促す役目があります。

## 果物の栄養

## ビタミンC

果物はビタミンCの供給源としてとても重要です。ビタミンCの摂取量は近年大きな変化はありませんが、摂取する食品群で見ますと以前はビタミンC摂取量の約50%は果物でしたが最近では果物に代わり野菜類から摂取する割合が大きくなっているようです。

しかし、果物にはビタミンCが豊富に含まれていますので毎日必ず食べるとよいでしょう。ビタミンCには風邪予防、健やかな肌を保つ働き、コラーゲン生成、鉄の吸収促進、脂質代謝の関与などの役割があります。

疲労・喫煙・ストレスなどでビタミンCは多く消耗しますので、積極的に摂取していきたいものです。

## ビタミンCが多く含まれる果物

グアバ・ユズ果皮・イチゴ・ネーブル・柿・キウイ・金柑・パイナップル・レモン・温州みかんなどの柑橘類・アボガドなど……

## ビタミンA

果物にはビタミンAも多く含まれています。

ビタミンAには風邪予防、皮膚の形成保護、目を健全に保つ、ガン予防などの役割があります。

## ビタミンAが多く含まれる果物

マンゴー・あんず・スイカ・びわ・アボガド・ウメ・温州みかん・柿・キウイ・イチゴ・イチジクなど……

●ペクチン  
果物にはペクチンという成分が含まれています。ペクチンとは植物の細胞膜を構成したり細胞を保護する炭水化物の一種です。ペクチンはりんご、柑橘類の皮の部分、すもも、いちじく、バナナなどに含まれていて、主に整腸作用があります。りんご果汁からペクチンを摂ると、腸に刺激を与えず働きを活発にすることができ、風邪気味や疲労のときなどに摂るとよいでしょう。また、ペクチンにはコレステロール低下作用があるともいわれています。ペクチンは繊維と結合していますが酸や糖で分解・加熱するとゲル化します。ジャムやマーマレードはこの性質を利用して作られます。

## 果物と糖

果物の糖分は主に「果糖」「ブドウ糖」「ショ糖」があります。この糖の種類によつて甘味の強さが違うのです。砂糖の主成分であるショ糖の甘みを1とすると、ブドウ糖は0.75、果糖は1.70です。果糖は甘みが強いということになります。

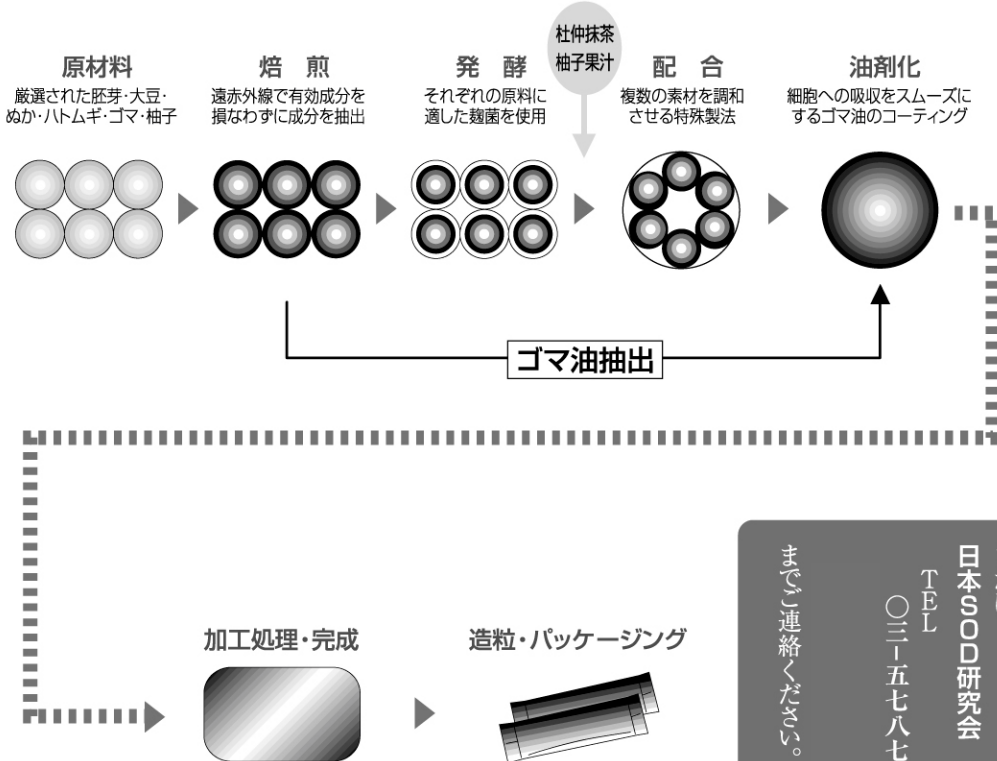
また、果糖にはアルファ果糖とベータ果糖があり、ベータ果糖のほうが甘みが強く、温度が低いとベータ果糖が生成されやすくなるので果物を冷やして食べると甘みを強く感じます。

※果物は1日200gを目安に食べましょう※

【栄養士 高橋広海】

## SOD

## 様作用食品



## バックナンバーについて

日本SOD研究会では、これまで発行した「会報」のバックナンバーを用意しています。様々な疾患と活性酸素の関係について掲載しています。

ご希望の方は、最寄りの取扱店または、

日本SOD研究会

TEL

〇三・五七八七・三四九八

までご連絡ください。