

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/>

降圧剤は
血管の詰まりを改善させずに
血圧だけを抑える薬

大。また血管、主に動脈は、高い圧に負けまいとして壁を厚くします。高い圧力によって血液の成分が動脈の内壁に入りこんで、それにコレステロールが加わるなどして動脈硬化を起こします。この動脈硬化は全身に起こり、血液の流れを悪くし、特に多くの血液を必要とする脳や心臓等に害が及ぶこととなります。

心臓の筋肉に酸素と栄養を運ぶのは血管ですが、これが硬くなると血液の流れが滞り、そこに血のかたまりができやすくなります。こうして血管が詰まって心筋が血液不足になるのが、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞）です。

一方、脳の動脈が硬くなると、心筋梗塞と同じようなプロセスで脳梗塞が起こってきます。また、硬くなった細い血管はもろくなり、そこに高い圧力がかかると脳の血管が破れて出血する脳出血にもなります。脳梗塞や脳出血など、脳の血管の障害が原因となって脳が正常に働かなくなるのを、脳卒中といいます。虚血性心疾患と脳卒中、どちらも一度に大きな発作が起こると、命にかかわることがあります。

また、心臓病や脳卒中の陰に隠

れて意外に知られていませんが、腎臓も動脈硬化の影響を大きく受ける臓器です。腎臓は、血液の中からいらぬ老廃物や有害なものを濾過して取り出し、それを尿にして体外に出すという働きを持っている臓器です。そのため腎臓の本質部分は、毛細血管のかたまりのようになっていきます。だから、動脈硬化が起こって血液の流れが悪くなると、腎臓の働きはぐんと落ちてしまいます。

高血圧の治療が進んで、昔にくらべれば腎臓病になる確率は減っているものの、高血圧の人が長生きするようになり、今でも人工透析を受けている人の原因の第3位は高血圧などによる腎硬化症（2002年／不明分を除く）で、1993年からの10年間に2.5倍に増加しています。

高血圧になりやすい人は？

高血圧になりやすくなる危険因子というのがあります。遺伝、肥満、糖尿病予備群、ストレス、喫煙、塩分の多い食事、飲酒の習慣などがその危険因子ですが、これらが多く持っている人ほど、高血圧になりやすいといえます。

両親がそろって高血圧の場合、

その子が高血圧になる確率は約50%、片親だけが高血圧の場合には子が高血圧になる確率は30%前後というデータもあり、遺伝性があるのは確かです。しかし、確率が50%であれば、両親ともに高血圧であっても、子が高血圧になるかならないかは半々です。遺伝があっても、その他の環境的な危険因子をなくせば、高血圧にならないですむというわけです。

その逆に、親が高血圧でなくても、子が高血圧になることもあります。親にも高血圧の体質はあったものの、環境因子が整っていない現れずにいた場合、子どもが不摂生な生活をすれば、高血圧になることは考えられます。

高血圧を予防するには？

今、医療費が高くなっていることが大きな社会問題にもなっています。65歳以上の高齢者で、医療費のいちばん多くを占めているのが、高血圧とその結果である病気が（高血圧・虚血性心疾患・脳血管疾患等）の治療費です。

日本は今後ますます高齢者が増えていくと予想されていますから、高齢者の医療費を減らすことは、大きな課題です。このためには、

高血圧を定期健診などで見つけて血圧をコントロールする二次予防だけでは無理があります。若いうちから日常生活で高血圧のリスクを減らし、高血圧にならないようにすること、つまり一次予防が重要だといえるでしょう。子どものころから、高血圧にならないような生活習慣を身につけることが大切ということです。

血圧というのは年齢とともに上昇する傾向があります。日本人男性で50代になると約59.2%が、女性で60代に約57.6%の人が高血圧になっています。これが70歳以上では、男性の約71.4%が、女性は約73.1%が高血圧となっています（平成18年国民健康・栄養調査より）。

ただし、生活習慣病というのは、長年の生活習慣がもととなって起こる病気なので、急増する年代より前から注意したいものです。高血圧を招く生活習慣はもともと若いうちから始まっているから、子どものうちから高血圧の危険因子を減らして健康的な生活を送るよう心がけてもいいと思います。

生活習慣の改善

塩分を摂り過ぎると血圧が上が

から指摘されてきたことです。たとえば、1998年に報告された、日本を含めた世界32か国の1万人あまりを調査したINTERSAT研究の結果でも、塩分を多く摂っている人ほど血圧が高いということが指摘されています。

今、「日本人の食事摂取基準（2005年版）」において日本人の成人に勧められている1日の塩分摂取の目標値は、男性10g未満、女性8g未満。これも高血圧患者はもっと厳しく、日本高血圧学会の定めた目標では1日6g未満（高血圧治療ガイドライン2009年版）となっています。現在のところ、日本人の塩分摂取量は、平均で1日11～12gくらいですから、高血圧の人は半分近くに減らさなければならぬのです。これがどうしてもムリなら、せめて1日の塩分摂取の目標値は守りたいですね。



西洋医療における 薬による治療

高血圧治療の目的は、血圧を下げることでそのものではなく、将来の心臓や血管の病気と、それらの結果としての虚血性心疾患や脳卒中を防ぐことです。高血圧と同時に、すでに糖尿病や脂質異常症、肥満など、心血管病の多くのリスクをもっている人は、薬による治療を受ければ効果が得られます。もちろん軽症の人は薬を使わずに血圧を下げることでできるし、その後、適正な血圧を維持することも可能かもしれません。

日本高血圧学会の高血圧治療ガイドライン2004年版によると、具体的な治療は、血圧がどの程度高いのか、高血圧以外の心血管病のリスクがどのくらいあるか、によって3つに分けられ、それぞれ治療法が違ってきます。

例えば低リスク群は、生活習慣改善を治療の中心としますが、生活の改善を3か月続けても血圧が140/90mmHg未満に下がらない場合には、薬による治療が併せて行われます。中等リスク群も、まず生活習慣の改善から取り組みますが、低リスク群より早く、1か月後に

140/90mmHg未満に下がらない場合には、降圧薬治療を併せて行います。高リスク群と重症血圧患者は、高い血圧のまま放置すると危険なため、始めから生活習慣の改善と薬物療法を同時に始めます。

薬を用いるとき、使う目的に合った作用を主作用といいます。血圧を下げる薬の主作用はもちろん降圧作用だから、それ以外に起こってくる作用はすべて、副作用といえます。何の薬でもそうですが、高血圧の薬にも副作用があります。降圧薬には多くの種類があり、それぞれに特有の副作用が現われることがあります。主にめまい、立ちくらみ、動悸、息切れ、喘息、吐き気などの副作用があります。薬をもらうときに、医師あるいは薬剤師にしっかりと副作用のことを聞いておきましょう。

降圧剤

どうしても必要なら SODと併用するとい

ここからは丹羽先生に伺いました。SODと高血圧の関連性、薬のことなどについて話していただきました。

——今回は高血圧について伺いたいのですが。

「高血圧というのは、血圧が高いということを指していて、それ自体が病気というわけではない。しかし、血圧が高くなるということは、脳や心臓がやられる、悪くなるんです。どうしてかというところ、まず、末梢の血管が詰まると血圧が高くなる。人の体は、血管が詰まって流れが悪くなると、自己防衛的に血圧を上げて血を流そうとします。その上がった血圧で心臓や脳がやられてしまうというわけです。心臓は、血圧を上げるために無理をする。脳は、血管が圧力に負けて破れてしまう」

——よく、別の疾患のためにSODを飲んでいたら、血圧が平常値になっていた、という話を愛飲者の方から耳にするのですが、SODは高血圧にどのように作用するのでしょうか。

「ああ、他の病気で飲んでいたら、

◆丹羽先生診察ご希望の方は御紹介、御予約いたします。

※自由診療となります。

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。

その病気はたいして良くならないのに、血圧は平常値になったという話も聞きますね。そりゃそうですね。高血圧にSODはものすごくいいです。それは、血管が詰まって細くなって血のめぐりが悪いところにSODを飲むと、まず血の循環が良くなるんです。無理して血圧を上げて流す必要がなくなるんです。そうすると血圧は下がりますね。次に、SODは血管の壁についているゴミなども流すから、血管が広くなります。そうすると詰まっていたゴミを押し出そうとして上がっていた血圧が、押し出す必要がなくなって下がります。と同時に、血管を元気にします。

ただ、たまにストレスや他のホルモンの影響かなにかで血圧が上がっている人がいます。そういう人は、SODを飲んでも血圧が下がらないことがあります。しかし、末梢の血管を元気にするから心筋梗塞や脳出血は起こしにくいんです。血圧が下がっていいなくても飲み続けたほうがいい」

——降圧剤を常用している人も多いですが、これはどうでしょうか。「降圧剤などを飲んでいたら血管がよけいに詰まるだけです。血管の詰まりを改善させないで血圧だけ

を抑える薬ですから、血のめぐりは悪くなる。血流を良くして詰まりをなくさなきゃいけないのに、詰まりはそのまま血圧だけ下げたって意味ない。いいわけがない。あれはね、もう血圧が180や200になって危険な人、血管が破れて今にも脳出血や心筋梗塞を起こしてしまいうような人が一時的に血圧を下げるための薬です。決して高血圧を治す薬ではないんですよ。そのことを分かって飲みなさい。根本的な解決になっていない。常用なんでもってのほか」

——では、降圧剤とSODをいっしょに飲むのはいいのでしょうか「いい。それはいいです。降圧剤の副作用が緩和されます。そして血の巡りも、詰まりも良くしてくれます。高血圧の場合、血管の詰まりや老化だけでなく、さっきも言ったようにホルモン異常などで血圧が下がらない人がいます。だからSODを飲んでも下がらないから、効果がないからやめたというのではなく、下がらなくても飲んだほうがいいです。それは、血管の詰まりがなくなり、血管が元気になるからです。それといつも言っているように、食事、睡眠、適度な運動、ストレスをためないこと」

SOD愛飲歴十数年 整形外科医からみた 人の治癒力

ひらの
整形外科
クリニック

平野薫 院長
インタビュー

今回は、SODを愛飲されているという整形外科医の平野先生にお会いしてきました。先生との出会いは一冊の本でした。昨年末に出版されたばかりの先生の著書「健康長寿のための呼吸法」のなかで、SODが紹介されていたからです。その内容をここに抜粋させていただきます。

「ほとんどの市販品の健康食品は有効成分の吸収が少なく、そのまま体外に排出されてしまうものが多いようですので、容易に宣伝文句に飛びつかないほうが賢明と考えます。私が個人的に信頼しているのが、土佐清水病院の丹羽鞠負医学博士が開発されたSOD活性の高い食品です。体内に吸収された時点での抗酸化作用が非常に高い食品となっており、老化予防のみならず、種々の病からの回復にも有用であり、土佐清水病院では、がんやアトピー、種々の難病などに対する治癒実績も多く報告されています」

このご本を拝見し、これはぜひともお会いしてお話をうかがいたいと、北九州まで先生のクリニックを訪ねました。「ひらの整形外科クリニック」は小倉駅から車で10分ほど。ひととき目を引く白いモダンな建物でした。聞けばクリニックは開業してまだ1年半で、以前は美容クリニックだった建物をそのまま引き継いだそうで、モダンなデザインも納得。中に入ると解放感いっぱい吹き抜けの広い天井。清潔感あふれる白を基調にシンプルで感觸のいいソファたちが患者さんを優しく迎えてくれます。とにかく、クリニックに足を運んだ瞬間から癒される空気が漂っているのです。

——著書、読ませていただきました。先生のおっしゃっている「人が持つ治癒力」や「健康年齢」「呼吸法」など、勉強になることばかりで、ぜひ多くの人に勧めたいなど。平野（敬称略）「ありがとうございます

ます」

——先生は九州大学の医学部を卒業されてからさらに大学院にまで進まれています。これはどうして？

平野「僕の恩師であり、九州大学整形外科名誉教授、元九州大学総長の故・杉岡洋一先生が特発性大腿骨頭壊死症という疾患を研究されていて、その影響です」

——この疾患というのはどのような？

平野「股関節の腿の付け根にある大腿骨頭という骨が、原因不明に血行不良となり死んでしまうという病気なんです。ちょうど40代から50代くらいの男性に多く、壮年期の働き盛りの男性が急に歩けなくなるので社会的影響も大きい疾患です」

——症例は多いんですか？

平野「一般整形をやっている頻繁に見る症例ではないですけど、九州大学では、専門的に研究していることもあって、全国から紹介患者さんがたくさんいらつしゃいました」

——先生はどうして整形外科を専門に選ばれたんでしょうか。

平野「僕は学生時代バレーボール部に入っていて、杉岡先生が顧問

をされていたんです。その関係からバレー部の先輩がたくさん整形に入られており、僕も先輩たちに勧められて入りました。そもそも医学部というのは学生時代は詰め込み教育なんですよ」

——ああ、それは以前、帯津先生（帯津三敬病院名誉院長）もそのよう



平野 薫 先生

におつしゃっていました。覚えなければいけないことがいっぱい詰め込み教育になるのは仕方ないと。医師としての人間教育まで余裕がない。だから卒業してからは人間として心の勉強を怠らないでほしいと。

平野「そうですね。さらに人間の命を扱う外科に興味が向くように

授業が組まれていましたから、学生時代は整形にはあまり興味がなかったんですけど、入ってしまうと逆に面白くなりました。言い方は悪いですけど、患者さんが死なないから、治さなければいけない。痛がっているものを痛くなくなるようにしなければいけない。よい結果を出さなければいけないからやりがいがありました」

——病院に勤められていたときは外科手術もたくさんしていらつしゃったんですよね

平野「元々手術がやりたくて外科系に行つたようなものでしたから、症例があれば毎日のようにしていました」

——それがどういうきっかけで手術よりも免疫力を上げる、人の潜在能力に関心がシフトしていったんでしょう。

平野「十何年も経験を積んできて、同じ手術をしても、すごくよくなる人もいれば、治りが思った以上に悪い人もいます。これはどうしてだろうと疑問を感じるようになってきました。この回復力の差はなんだろうかと、よく前勤務先の部長先生もおつしゃっていました。経験的に、脳天気よく笑う人は手術後の治りがいいんですね。やはり、

人間力の差なんですね。とはいっても、免疫だけに関心が向かったわけではなく、今までやってきた整形外科も勿論大事にしています。今でも手術適応は厳しくしながらも、必要な方には手術を勧めます」

——しかし、すぐなんでもかんでも手術という病院も多いですね。

平野「多いですね。僕が働いていた病院などは、みんなで見解を統一して、手術はなるべく最後の手段だとしてやっていました。開業してみると、たとえば周りの病院のなかにも、信じられないような話を耳にすることがあります。ちよつとしびれがあったので病院に行ったら、画像を撮って、少しでも神経が圧迫されていれば、すぐ手術をしましょうと言う先生もいるようなんです」

——例えば、ちよつとしびれて、神経が圧迫されて手術をした場合、どうなるんですか？

平野「してもしなくてもいっしょだと思えます（笑）。本当にこの神経の圧迫によってひどい麻痺が出ている、または確実に麻痺が進むだろうと予想される場合に限って手術を検討する、というのが正しい考え方だと思います。ただし、られるだけだったら、いろいろな原

因が考えられますから。最初からこの先首がどんどん悪くなつて神経麻痺が進んでいくだろうとの予測だけで手術を勧めるなんてことはできないことです。人間には治る力があるのですから。あと画像に頼ることばかりをずっとやっていると、そういうふうになりがちなんです。画像はあくまで補助診断。診察をきちんと行って、症状の推移をしつかりと見ていきながら、画像を撮つたらやつぱりここが原因である、ということと初めて手術の適応を考えればいいと思うんですよね」

——先に画像があつてはいけないということですね。内科でも検査の数値だけを見ている先生が多いですよね。

平野「そうですね。総合病院にいたときは、僕は整形外科専門なので、他の科のことにはノータッチでした。なにか異常が見つかったら専門の先生に診てもらおうというのが、今の総合病院のあり方ですから。しかし、開業すると、患者さんにとって私が最初に接する医療の場ですから、ある程度は自分が全部診なければならぬ。それから必要な場合は専門医を紹介する、ということになります。そう

いう意味では、血液検査なども、今までより意味をよく考えるようになりましたね。患者さんが血圧が高いということで内科にかかる、内科の専門の先生が薬を出しますよね。数値を重視して薬を出すという医療の流れが、どうしてもあるように感じますね」

——やはり先生のところにも薬を飲んでいらっしゃる方は多いですか？

平野「いますね。血圧だけでもだいたいの3種類は薬を飲んでいますね。ただ、その製薬会社からの説明なども時々聞きますが、まず最初は1種類から始めていいようです。いきなり2つ3つ出す必要はないのではと感じます。

——なのに3つも4つも処方するのは、早く結果が出るからですか？

平野「それもあるかもしれませんがね。血圧を下げれば患者さんは満足するから。しかし、それは本当に治すということではないと思うのです。今まで専門的に勉強してきた分野ではないので、詳しいことは言えませんが、たとえば糖尿病の治療にしても、インスリンで血糖値を下げますが、それだけではだめなんだよ、という先生もいっぱいいます」

——丹羽先生もいつも、病氣は薬

では治らない。薬は症状を抑えるだけ。運動、睡眠、食事、ストレスをためないことをしていかないとダメだといいますよね。

平野「人間は本来そういったものを治す力を持つていると思いますね。僕は最近、すべての病気の根源って同じなのではないのかなと感じるようになりました。今の医療は、臓器別や科別の専門で分かれていますけど、突き詰めればその奥にある細胞の調子が悪くなつて、細胞の不具合が病氣になつて出る。それがたまたま肝臓で起これば肝臓の病名がつくし、運動器で起これば運動器の病名が付くだけなのだと」

——専門でやっている方は意外にそのことを感じないんでしょうか。

平野「感じないですね。さっき言つたように専門外だから、で終わつてしましますね。総合病院でなかなか他の分野に手を出すことはできないし、そんな時間もないのが実情です」

SODは信頼できる いいもの

もつと浸透させたい

——そんななか先生がSODと出会われたきっかけは？

平野「きっかけは十数年前にブログというか、ホームページをやりだしたことですね。当時、テレビで「あるある大事典」とかが流行り、健康食品ブームがありましたよね。

患者さんもよくそういう番組を見ていたんです。それで自分いろいろ調べてみようと思つたのがきっかけですね。それで調べたらSODが出てきた。まずは、患者さんの経験談や丹羽先生のお話とかを読んで、これは信ぴょう性があるなと感じたんです。それで試しに通販で買ったのが最初です」

——飲み始めて変わったことはありましたか？

平野「何かが変わったというよりは、当時、お酒をよく飲んでいたので、お酒、SODを飲むようになって、次の日、まったくきつくなつたんです。それと、風邪をひきにくくなりました。むしろ若いときのほうが毎年風邪を引いていることが多かったですね。若いころは不摂生も多いですから。それを考えると今のほうがはるかに健康だと思います(笑)」

——患者さんでSODを飲まれたことで顕著に効果が出た方はいますか？

平野「ええ、たくさんいらつしや

います。うちにはSODだけ買いに来る患者さんもいます(笑)。最初は整形の患者としていらしたけど、膝・腰が悪いと言っていた人がSODを摂り始めたら効果を感じて、定期的に買いに来るようになって、そのうち診察にはぜんぜん来なくなりました(笑)。「調子どうですか?」と聞いたら、「いいです」と。それは素晴らしいことだと思います。年配の方は結構グルコサミンやコンドロイチンなどを飲んでいらっしやいますよね。世の中にたくさん出回っていますからつい宣伝文句に誘われてしまいがちです。しかし、それらのものはほとんどが、いくら口から摂取しても消化されて分解されるから、有効成分は膝までこないんですよ。一応そう言うって説明するのですが、じゃあ、どうしたらいいんですかとよく相談を受けます。そんなときに、膝などの軟骨成分そのものではないけど、軟骨組織も含めて身体中のすべての細胞の老化を防いでくれるのはSODですよ、と説明しています。それで興味を持ってくれる方がけっこういますね。で、SODについて分かりやすく書かれたもののコピーを渡して読んでもらうんです。そ

うして飲まれる方がぼつぼつと増えてきています。もっと浸透していけばいいと思いますね。本当にいいものだからなおさら」

——そういったことでほかに勧められてるものは?



ひらの整形外科クリニックのロビー

養補給だと思っています。ニーズがあつて年齢とか状態が合うのであれば、更年期障害や体調が悪い方とかに勧めていますね。ぼくのなかではこのふたつがお勧めできるものかなと思います」

——いま先生のクリニックのスタッフは?

平野「今、看護師さんが3人と、理学療法を置いてるので理学療法士が4人、ほか全員で12人います。理学療法を置くとスタッフも増えますね。理学療法士は来春までにはもう3人増える予定です。うちの治療はリハビリがメインです。運動療法によって身体のパラ

ンスがよくなったり、免疫力も上がります。患者さんの年齢層はおのずと高い方が多いですが、最近では運動意識を持っている人が増えていますね。高齢の方ほどよく歩いているという印象があります」

——やはり最後まで自分の足で歩きたいということですよ。また、昔の方は努力家ですよ

平野「そうですね。まさしく」

——今の人は薬に頼って努力しないですよ

平野「ああ、そうですね。逆に薬はいやだという高齢の方が増えてきていますね。昔はなんでもかんでも薬を下さいという患者さんが多かったし、薬をもらわないと不安、注射してもらわないとよくならない、という意識がどこにあつたと思います。医療サイドも、何もしないと患者さんが来なくなる、と(笑)」

——情報を自分で探して勉強する

人とまったくしない人との開きも大きいですよ。

平野「今はネットからなんでも情報を得ることができるから、知っている人はほんとうに詳しいですね」

——整形のニーズはこれから増えますよね

平野「そうですね。高齢化社会にどんどんなっていくますから、運動器疾患は増える一方だと思えます。しかし、みなさん、最近の患者さんは若いですね。80歳代の患者さんがうちにもたくさんいらっしやいますが、みなさん見た目が若い。後で年齢を見てビックリすることが多いです」

——先生も120歳までと著書の中でおっしゃっていますよね(笑)

平野「(笑) ええ、人間の寿命がだいたいそれくらいだと思っていますので」

——まだ半分もいってないですね(笑)

平野「そうですね。60歳からSODの量を増やしてもっと若返るつもりです(笑)」

——いま、何包くらい?

平野「2包ですね」

——丹羽先生は50歳過ぎたら9包から12包飲んでいいぞと言

健康長寿のための呼吸法

平野薫 著 文芸社刊



今回インタビューさせていただいたひらの整形外科クリニック院長の平野先生が昨年11月に出版した本。整形外科医として大病院で辣腕をふるっていた先生が、独立を機に出

版された著書です。タイトルでも分かるように、ここには高齢化社会に向かって行く日本人がこれから目指すのはただの長寿ではなく、健康寿命を伸ばすためにすべきことが分かりやすく書かれています。先生は長年の臨床経験のなかで人の持つ自然治癒力、免疫力に着目。そこから健康長寿のための呼吸法を教えてください。単なる健康法ではなく、学術的にも検証された呼吸法ですから安心です。

また、著書のなかで丹羽先生のSODも紹介されています。インタビューでもおっしゃっていましたが、平野先生は数多く出ている健康食品のなかで個人的にいちばん信頼していると書かれています。

読み進むと、特別なことをしなくても、身近で簡単にできる呼吸法の素晴らしさがわかる一冊。ぜひご一読を。

われていますよ(笑)。
平野「ああ、なるほど。病気になったらそれくらい飲むのかなと思います。今はこれで十分、元気でいられるので。僕のイメージとして、いったんたくさん飲むと減らせないような気がして(笑)。うちの患者さんの中にも1日に9包飲んでる人がいますよ。そういう意味では、疾患のある人はみんな飲んでほしいですね。自分が儲かるとかじゃなくて、その人のために何とか元気になるってほしいと思うと、純粹に飲んでほしいですね。一番お勧めしたいものです」
——しかし、なかなか勧めにくい側面もありますか？
平野「そうですね。実は、僕の中

でひとりだけ心残りの患者さんがいるんです。元氣な70代くらいの男性でしたが、膝、腰、首が悪くてうちに見えるようになって、まず膝のリハビリをして、翌日腰をして、次は首をやつてと毎日連続でお見えになりました。で、訴えが一個ずつ増えていくものですから、全部に効果的なものがありますよとSODを4日目くらいにお勧めしたら、それからぱたと来なくなりました。多分それは、従来の医療じゃない部分を勧めたのがタイミング的に悪かったのかなど。僕の言い方が悪かったのでしょう。何か商売しようとしているとでも思われたかな。それが非常に残念でした。やはり、S

ODは信頼関係を築いてからでないとなかなか勧めるのが難しい。純粹にいいということ伝えたいのだけれど、変なふうにとらえられてしまうのがつかりします。なので、表だって勧めるというよりは、会話の流れでさらっと勧めるようにしています。
このSODは100%自然食品で、細胞の核にまで入り込むというのがすごいですね。これまでのものは普通はないです。これはもう単なる健康食品ではないと思います。本当に。丹羽先生が1980年代のリウマチ学会で発表されたときも、薬にしてはどうですかという質問があったそうですね。ものすごく分かりますね」

——そのあたりは難しい。大きな製薬会社や医師会といったハードルを越えるのは難しいようですね。ただ、流れは少しずつ変わってきてはいるようですが。

平野「最近では、立派な肩書を持つ先生方も、薬を減らすことと免疫力を高めることの大事さを言われるようになってきていますね」

——ただ、そうおっしゃるのは年齢を重ねた先生方で、現役バリバリの先生たちはちよつと違いますよね。

平野「確かに。医学はまず西洋医学から入りますから、仕方ないですね。西洋医学は確かに絶対必要なものだと思います。それがある上での、免疫力向上だったり、代替医療だと思っています」

——先生、鍼などは？

平野「興味ありますね。だから経絡注射はやっています。それも開業した後には本で勉強して整形領域の一角でまず役立ててみて、やっていきたい。人間の体はまだまだ未知な部分が多い。手や足のよくわからない痛みというのも多いんです。骨は異常ないし、筋肉や神経も正常なのに痛みがある。そんな痛みには鍼をすると効くんです。びっくりします。自分でも半

信半疑な部分がありますが、ちょっとツボを刺激するだけで、それが良かったといってくる人がいますね。最近では耳鳴りや鼻づまりなどの症状にも経絡注射を行っていますよ」

——整形外科の先生で他にもそういうことをやっていらっしゃるのでしょうか？

平野「いや、そんな話はまったく聞かないです。東洋医学は今からもっともっと勉強しなければいけないと思います。気功も。やはり西洋と東洋のミックスがいちばんいい医療ではないかと思っています。まだまだ人生半分もいっていないのでこれから勉強していきたいことだらけです。丹羽先生からも是非学びたいです。一度、丹羽先生ご本人にもお会いしたいですね。これは個人的な話なんですけど、僕の友人が、前の奥さんをごんごんと亡くされているんです。その人も自分でいろいろと調べて、最後に丹羽先生にたどりついて、わざわざ土佐清水まで会いに行ったそうですよ。そこで丹羽先生ご本人からいろいろ話を聞いたらいいのですが、それだけでも救われたと涙ぐんで語ってくれました。もう、末期でどうしようもなかったのです

が、彼も、あの先生はほんとうにいい先生だと申しておりました」

——よく患者さんからも聞きます。ひとりひとりと向き合って、時には夜中でも患者さんに電話したりして、患者さんの方が驚かれる。

平野「僕も丹羽先生のようにありたいですね」

そうおっしゃる平野先生。初対面ですごく感じたのはとにかくお若いということ。今年で50歳になられたと聞きびっくり。確実に10歳は若く見えました。そしてお話の内容ももちろんですが、その雰囲気、温かみと信頼感があふれていて、年をとったらぜひ先生に診ていただきたいと思ったくらいです。次はぜひ丹羽先生と会っていただきたいです。お忙しい中ありがとうございました。

※ひらの整形外科クリニック

福岡県北九州市小倉北区

熊本1-4-6

電話：093-932-1770

FAX：093-932-1771

診療時間：9:00～13:00、

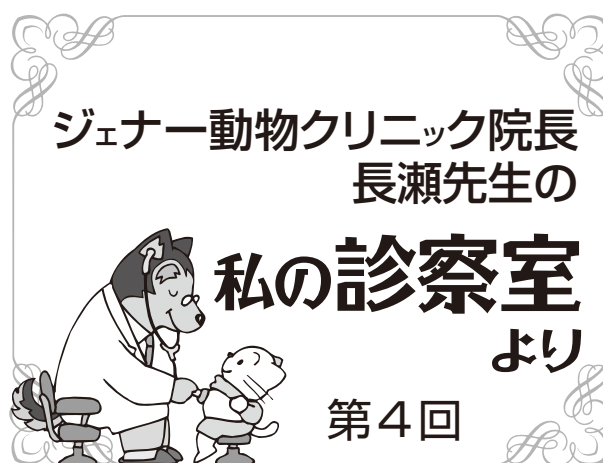
14:30～18:00

休診日：木曜日午後、土曜日午後、

日曜祝祭日

動物医療における統合医療の

トップランナーである長瀬雅之先生。この連載では長瀬先生の診察風景をお届けしています。連載4回目の今回は日常的下痢や血便に苦しむワンちゃんの登場です。長瀬先生は今回、はたしてどんな診察とアドバイスをするのでしょ



患者さん…スニフくん

犬種…イタリアン・グレート

ハウンド

去勢オス4歳 (6.8kg)

初診時の主訴…ステロイド剤に著効を示す血便・下痢・嘔吐
診断…クローン病、潰瘍性大

腸症(仮診断)

アレルギーに

なりやすい体質の

犬種もある

初診日から約1ヶ月後の再診日

▽▽▽▽ (10月上旬) △△△△

スニフくんの飼い主さん(以下NAR) 現在、プレドニゾロン(ステロイド剤の一種)の投与間隔を1週間に1回投与に減らしています。毎日、泥状、ゼリー状、時には噴水のような下痢と、その後にポタポタたれる鮮血便があります。ごはんは、以前通っていた病院の処方食だけ与えています。先生に言われた通り、ステロイドをやめ始めてから、不思議と元氣になり、活発で食欲も出てきました。きつとステロイドによって、だるかったのかもしねえね。副作用の多飲多尿も減ってきました。長瀬先生 下痢や血便はあるものの、とても元氣そうで触診上で異常はみられません。イタリアン・グレートハウンドは、多かれ少なかれ自己免疫疾患というか、強いアレルギー体質を持っているようです。犬種の特徴と言ってよいで

しょう。そしてスニフくんの場合、この体質の中でもクローン病だと推測しています。また、潰瘍性大腸症もあるようです。

おそらく、お腹の中に悪玉菌や食物の特定成分など何かしらの異物が入ってくると過剰に反応する、腸の激しいアレルギーのようなものですね。ですから、たとえお腹の中に整腸作用がある善玉菌を投与しても、善玉菌を異物として攻撃し、腸粘膜が激しい炎症を起こす。そして、あたかもトカゲのしっぽ切りのように、炎症を起こした腸粘膜が剥がれ、粘膜便や血便として排泄されるのだと思います。ヒトではクローン病は十二指腸に、潰瘍性大腸症は大腸に病変があると言われています。だから、腸を刺激しないように生活するのが基本です。そしてスニフくんの場合、ステロイドを離脱して、最適の手作り食とペントサ（一般名メサラジン）とIBDサプリメント（ジェナー動物クリニックのオリジナル）でそれを維持できればうれしいのですが。

NAR そのお薬はある程度長い期間飲んでいても大丈夫ですか。

長瀬先生 服用していて乾燥性角膜炎や尿色に異常を来すワンちゃんはいませんが、ステロイドの長期投与に比べれば、副作用は少ないと言えます。ワクチンや手術など免疫に余計な負荷をかけられないワンちゃんであることを忘れないでください。また、悪玉菌が繁殖して腸に行かないように、口腔内はいつもきれいにすることを心掛けてください。

NAR 手作り食はどうすればいいですか。

長瀬先生 本来ならば、栄養バランスに配慮したレシピを提案したいところですが、三大栄養素（炭水化物、タンパク質、脂質）のうちの何に反応するかをある程度把握しておく必要があります。はじめに白米とカボチャなど炭水化物だけを数日食べて便や嘔吐が改善してきたら、低脂肪で低アレルギー性の真鰯を加えるということちよつと乱暴な方法を選びたいと思います。ステロイド投与は中止

して、ペントサのみ服用してください。

最低限の栄養素を受け入れられる腸内環境を目指す

▽▽▽再診日△△△△△

長瀬先生 現在の便の状態はどうですか？

NAR はじめに白米とカボチャだけを4日間食べさせました。便はゆるいながらも血便は止まっていたので、5日目から少しずつ鰯を加えましたが、血便が次第にひどくなってきました。8日目に再び白米とカボチャのみに戻しましたが、それでも血便が改善しないので、これらに豚のヒレ肉を加えたらさらに血便がひどくなりました。嘔吐は散歩時に草を食べた後にするのですが、その後食欲不振になるようです。

長瀬先生 困りましたね。ワンちゃんは本来肉食獣ですから、タンパク質を食べられないことは生命を維持できないことを意味します。スニフくんの腸は一旦刺激が

加わると、入ってくるすべての物に対して過激な攻撃を加え、自分の身体にすら強いダメージを与えてしまうやっかいなタイプです。最低限の栄養素を受け入れられる腸内環境を構築してからでなければ、どうやらステロイド剤とお別れして、ペントサによる維持ができませんのでしよう。

NAR お薬とごはんはどうしますか。

長瀬先生 残念ですが最低限のステロイドを最低量で投与します。ペントサも併用します。ごはんはタンパク質を鰯、炭水化物を白米とカボチャに限定しましょう。この最低限の食材を受け入れられるようになったら、ペントサと最低限のステロイド投与を条件に、栄養バランスに優れたおいしいごはんに移行していきます。その後に、やっとステロイド剤の離脱を試みるという手順にしたいと思いますので、ご理解ください。

▽▽▽再診日△△△△△

長瀬先生 どうですか？

NAR かなり良いです。1日4

回排便しますが、下痢はしていません。ただ、便は黄色です。ステロイドは3日間服用した後、現在、3日に1回服用しています。ペントサは毎日飲んでいます。ごはんに少しお野菜を入れてあげてもいいでしょうか。

長瀬先生 少量の大根おろしならいいでしょう。しかし、もっとも大切なことは、三大栄養素をまず満たしてあげることです。現在スニフくんのごはんは、脂質がほとんど含まれていませんので、今日は脂質の検討をしましょう。豚肉の脂やシソ油は、今のスニフくんには危険です。腸のリンパ管が十分機能しない病気である、リンパ管拡張を併発している可能性があります。そのため、長い鎖の脂質は吸収できないことが危惧されるからです。つまり、通常の油では下痢を助長する可能性が極めて高いのです。

NAR それでは、こういった油を食べさせるのですか。

長瀬先生 中鎖脂肪酸(MCT)のパウダーがあるので、これを脂

質として少しずつ今のごはんに添加していきましょう。最終的には一日144^{Kcal}分、MCTパウダーでいえば一日19.0gになります。この条件を満たせば、タンパク質・炭水化物・脂質114・2・4となり、最低の栄養素をクリアしたことになります。また、落ち着いてからで結構ですから、スニフくんの血液検査と腹部超音波検査は受けてください。スニフくんの免疫と内臓臓器の状態を把握しておきたいのです。

ポイント

ステロイドは
両刃の剣です。
必要な時にお世話になって、
早くお別れするための環境を
整えましょう。



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。

体内に活性酸素が増えても、本来、人間や動物には余分な活性酸素を取り除くSODという酵素が存在していて、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。

開発した丹羽鞠負(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、それをキッカケに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。