

日本SOD研究会報

特集 丹羽療法 治療レポート

— 愛飲者インタビュー特集 —

乳がん、 心筋梗塞を克服して

発行元 日本SOD研究会 宮城
住 所 〒158-0094
東京都世田谷区
玉川 1-15-2 B 棟 2802
TEL. 03-5787-3498
<http://www.sod-jpn.org/>

SOD愛飲者一
インタビュー

スポーツママを突然襲った
乳がんその克服までの道のりは

大分県 宮田美恵さん（64歳）

ご夫婦で酒屋を営み、息子さん、お嬢さんを育てあげた美恵さん。若い頃はスポーツに打ち込み、今もスポーツが大好きなママさんです。長身ですらりとした美人。加えて、とにかく元気なお母さんとして近所でも有名でした。

ところが40歳を過ぎた頃から、体調を崩すことが多くなり、おかしいなと思い、病院に行ってみたのです。子供のころから病氣らしい病氣は一度もしたことがなく、病院も、成人になってからこの時が初めてでした。

「子育てに夢中の20代、30代でしたから、子供が希望の高校に入ることでできてホッとしたのでしょうね。一度、ちゃんと検査をしてみようとおうと思ったんです。それで血液検査をしてもらったら、血糖値が高く、糖尿病一歩手前の数値だと言われました。私、人よりも体はよく動かししているし、どちらかというとと痩せているし、糖尿病といわれてもピンとこなかったんで

す。でも、遺伝性ということもあるからと言われました」

それから美恵さんはずっと糖尿病のお薬を飲み続けたそうです。しかし、数値はそんなに良くなるりませんでした。これは、最初に行った病院が糖尿病専門の病院じゃなかったからだと思い、専門の病院に行ってみました。

「いろいろ調べてもらったら、もともとインスリンの分泌が少ないんだそうです。だから、薬だけでなく、食事にも気を使わないといけないとか。この病院が食事療法に熱心なところで、専門の栄養管理士さんが細かく食事指導してくれました。それはもう、細かったですよ。肉は何グラム、野菜は何グラムって。昔の食事療法ですよ。今は、そんなことしなくていいんですよ。糖質、炭水化物だけコントロールすればいい。でもそんなこと当時は知らなかったから、真面目に言われるように食事療法を頑張っていました」

どんなことにも一生懸命、おまけに几帳面に取り組む美恵さんでしたから、毎日、キッチンスケールとにらめっこしながら食事を作っていたそうです。おかげで数値は規定値よりは若干高めながら安定していたそうです。

そんな頃、息子さんが関東の大学に入学しました。スポーツに、勉学に著名な大学に入り、美恵さんもホッと一安心かと思いきや、

「それがね、今でこそ大学の周辺には弁当屋やコンビニがありますが、昔はなんにもなかったんです。これでは息子の食生活が損なわれる、運動選手なのだからよりいっそうちゃんとしないといけないと思い、毎日の食事を作って宅配便で送っていたんです」

美恵さんの一生懸命さ、几帳面さを物語るエピソードといえます。そのおかげか、息子さんはスポーツでもどんどん活躍されるようになったそうです。ご自身の体調管理に加え、息子さんの世話までするスーパーママさんでした。

リンパへ転移の乳がん発覚 手術、抗がん剤治療へ

それは、数年前、2012年の秋のことでした。

「ある日、朝起きたら、体中がだる

く、全身の肌が黄色くなっていたんです。あわてて病院に行ったら、肝炎だと。おそらく昔の病院で処方されて飲んでいた糖尿病の薬の副作用の一種ではないかといわれたんです。でも、念のために肝臓がんの検査やいろいろしてもらいました」

幸いにも、肝臓がんといった重篤なものではなく、ウイルス性の肝炎ということで、一週間の入院とステロイド系のお薬投与で無事に退院しました。

「そうしたら今度は、急にせき込んで、喘息のような症状が出たんです。ほら、私、糖尿病でしょ？

それなのにステロイドのお薬を飲んだから。ステロイドを飲むと、血糖値がすぐ上がるんです。だからその副作用で喘息が出たのか、それとも肺炎とか肺がんじゃないかって、心配だったから検査をお願いしたんです」

先生もビックリされて、肺炎、肺がんなどの疑いも含めて念入りに検査をしてくれたそうです。しかし、肺には全く異常が見つからずホッと胸をなでおろしたとか。とはいえ、糖尿病という持病をかかえ、微熱が下がらない。さらに次々と異変が起き、さすがの元氣印、美恵さんも精神的にまいって

いました。と同時に、もともと細かった身体がさらにやせ細り、周囲の人たちが心配するほどになったのです。病院でいくら検査をしても何も出ない。でも体調は良くないわけで、これは病院を変えるしかないと思いました。ネットですぐいろいろ探し、たどりついたのが、心療内科と糖尿病を専門にしている病院でした。

「そこでは、膠原病やリウマチの検査までしました。でも異常なしだったんです。ただ、そのときに、自分で思い当たる自覚症状がひとつありました。こんなに検査をしても、そのことだけは怖くて自分でも蓋をしていたんです。ほんととは、その検査をもっと早くしておくべきだったのに、つい糖尿や肝炎、肺といった内臓のほうばかりを気にしていたんです」

しばらく前からあったという自覚症状は、胸にできた小さなしこりでした。

「そのことを伝えたら、先生の顔色が変わりました。そしてすぐに大きな病院で検査をしないと行われませんでした」

肝炎から1年後、2013年11月。細胞診検査の結果、
「間違いなく乳がんです」といわれたのでした。

先生は、まず、抗がん剤を使つてがんを小さくしてから手術しようとおっしゃったそうです。というのも、がんの大きさが5cmもあり、ステージⅡとⅢの間くらいという診断だったからです。

「なんとなく自覚していたから、予想はしていましたが、思いのほかステージが進んでいて、ひよつとしたら余命数年かもしれない、そんな想いが頭をよぎりました」

発覚から1か月後、2013年12月、美恵さんは、一回目の抗がん剤投与のために入院しました。

抗がん剤の副作用に SODの大量摂取

時を前後して、美恵さんがSODを愛飲されるようになったのは、乳がん発覚の2年ほど前のことでした。キツカケは、一本の電話セールスからでした。

「SODと聞いて、私、ピンときたんです。というのは、娘のお友達がアトピー性皮膚炎で、四国の病院まで通っていたんです。その病院で勧められて飲んでいたのでSODやルイボステイで、すごくいいんだと聞いていたのです。だから、電話をもらった時、ああ、あのSODだと」

娘さんのお友達が通われていた

のが、丹羽先生の病院、土佐清水病院でした。わざわざ四国まで通うほどの名医が開発したSODなのだから間違いなくいいものだと思います。そうなんです。そんなときにたまたまSODの販売店から電話をもらったわけで、これも何かの縁。自身の糖尿病のこともあり、美恵さんはすぐにSODを取り寄せたそうです。そして健康維持のために毎日2包ずつ飲み始めていたのです。

そんな矢先の乳がん発覚でした。心は大きく揺れました。余命数年かも、いや、手術で転移さえなければ大丈夫。不安と期待が入り混じる日々。しかし、元来、スポーツで培ってきたポジティブな性格の美恵さん。こうなったらできることを精いっぱいやろう。クヨクヨしていたらがんにつけ入れられると自らを奮い立たせたそうです。「そこでSODでした。活性酸素を除去して、免疫力を上げるのだから、抗がん剤の副作用とも闘ってくれるはずだと思ったんです。なんでもできることはやってみよう」と思い、SODだけでなく、ルイボスティー、チャーガ、発酵黒ゴマなどを取り寄せました。また、丹羽先生の病院でも使っているというマグニーボールも取り寄せま

した。まず、マグニーボールは、12キ口を購入して10キ口を浴槽に、残り2キ口をレンジで温めて乳がんの患部に当てていました。当てながら、小さくなあれって、祈るような気持ちですよね。マグニーボールは本当にいいですよ。私は温泉が大好きで近くにもいい温泉があるので、温泉にはうるさいんですが、このマグニーのお風呂は温泉効果がものすごく高い。入って数分で体中がポッカポカ。ほら、がん患者は体温が低いというじゃないですか。だから、まずは体温だ。そうすれば免疫力が上がると」

それにしても、美恵さん、よくいろいろなことを調べていらっしやいます。そして、実に積極的。普通、みなさんよく言うのは、がん告知から先は、お医者さんの言うとおりにするしかなく、おろおろしている間に、まるでベルトコンベアに乗せられたように抗がん剤投与、激しい副作用、手術へと進んでいくといいます。美恵さんは、そこで抗がん剤の副作用や、来るべき手術にそなえて自力で武装したのです。

さらにひとつの勘違いが功を奏しました。

「病気になる前は1包3グラム入りのSODロイヤルというのを飲んで

でいたのですが、がんと分かり、これは多めに飲まなければいけないと、1包9グラム入りのSODに替えたんです。以前に、手術などのときはSODは1日9包くらい飲んだほうがいいというのを聞いていたものですから、抗がん剤治療の前と後、そして手術の前後に9包ずつ飲んだんです。3グラム入りを9包でいいのに、9グラム入りを9包も飲んでたんです。後でこのことが分かって、大笑いでした。でも、それが良かったんだと私は確信しています」

今生きていられるのは

私の命綱SODのおかげ

それでも抗がん剤の副作用は、つらかったと言います。

「噂には聞いていましたが、大変でした。まず吐き気でした。次に口内炎ができ、味覚異常になるものですから、とても食事なんかできませんよ。手の皮がはがれたり、爪が割れたりもしました。髪の毛なんか束で抜けるんです。まるで映画のお岩さんみたい。あれはショックでした。体力が落ちるのは当然ですよ。免疫を上げるお薬も処方されて飲んでいましたが、私は、本当にSODに救われたんだと思います。これだけのことが

あって、食事もうくにできなかつたけど、体力はそんなに落ちなかつたんです。入院していると、抗がん剤を投与された人はすぐにわかる。みんなぐったりしているから。でも、私は、走るなどいわれるくらいに元気で、先生や、看護師さんも驚いていました」

食事もうくに食べられない思いをした抗がん剤でしたが、種類を変え7回投与してもがんの縮小効果はほとんど得られなかったそうです。

「小さくならないどころか、リンパへの転移が見られるから手術をしたほうが良いといわれました。そして手術したのが2014年の5月でした。幸い、内臓には転移していませんでした」

とはいえ、乳房からリンパまで切除する大変な手術でした。術後は、抗がん剤に加え、放射線を25回も照射するという、がん治療フ

◆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。

ルセットを乗り越えたのです。もちろん、そこには心強い味方SODが寄り添っていました。

「乳がんの切除と簡単に言いますが、抗がん剤、放射線、手術が終わっても、その後のリハビリもつらいんですよ。皮膚がつって腕が上にあげられない。それを上げるリハビリが痛いんです。やらないと皮膚と筋肉が固まってしまいきますから。気力、なによりこれが大事ですね。体力が落ちていたら気力も湧かないですよ。そんなときにSODが後押しをしてくれたんです。これがあればがんには負けないうぞ、って前向きになれたんです。本当に、SODは私の命綱だと思っています」

術後、美恵さんは、2か月に一回、糖尿病の病院で検査をし、3か月に一回、がんの検査のため、採血し、半年に一回、CTスキャン検査をしているそうです。検査のし過ぎかなと笑いますが、

「おかげで、がんはすっかり消えました。影も形もないんですよ」
検査で安心するのではなく、検査のたびに、気を引き締めてがんばろうと思うとか。がんばるとは、自分でできる限りの努力をすることだそうです。例えば、食事療法の本をいろいろ読んで実践したり、体力をつ

けるために毎日のウォーキングを欠かさないこと。もちろん、SOD、黒ゴマ、マグニール風呂も欠かしません。美恵さんは言います。

「お医者さんのことばだけが全てではないんですよ。私たちはもつとそのことを知るべきだと思います。お医者さんにも得手不得手があるし、勉強していないこともあるんですよ。だから、自分でできる限りの情報を知ることが大事だと思います。私も、SODと出会い、それを最大限に活用できたから、今、元気にここにいます」と思うのです」

今、息子さんは現役を引退し、実業団チームでコーチをされているとか。取材の数日前まで、その息子さんのチームが合宿を張っていた四国に行つて、チームの食事の世話をしていたそうです。ご自分のケアだけでも大変なのに、何かと忙しく動いてしまう美恵さん。そんな姿を見て、先生や友人たちは

「元氣すぎてがんも出てこれんのやろ」
とあきれそうです。

「私にはSODという心強い味方がいるけん」
そうは言っても、くれぐれも無理なされないように。いつまでもお元気で。

者一
飲愛
SOD
イン
タビ
ュ

抜歯寸前!!の

歯槽膿漏もSODで改善

新潟県 大野 仁さん(68歳)

新潟で温泉旅館を経営している大野さん。年齢のせいかわ、ここ数年、歯の調子がよくありませんでした。歯医者さんでは、歯槽膿漏の兆候があるから、歯茎のマッサージなどはちゃんとしたほうがいい、と言われていたそうです。時々、歯茎から血が出たりしていましたが、仕事が忙しく、ついつい自分のことは後回しにしていました。

そんなある日、ブリッジを支えていた奥歯の歯茎が腫れ、歯がぐらついてきたのです。そして腫れた歯茎から膿のようなものが。

「歯医者さんでレントゲンを撮ったら、歯茎が歯槽膿漏でぶよぶよになっていて、支えの歯も浮いている状態だと言われました。もう、抜くしか方法はないと」

その歯を抜くと、ブリッジ自体もダメになり、結果、3本分の奥歯が部分入れ歯になってしまったということでした。

「部分入れ歯は、周りでもやってい

る人が多いけど、あれはいけない。食べ物がおいしくないと言うんです。歯茎を覆ってしまうから、味を感じられないんですよ。でも仕方ないのかなと覚悟していたんです」

健康には人一倍気を使ってきたという大野さん。とくに、仕事柄、昔から温泉には様々な疾患を治療する効能があると言われていたことに注目し、疾患と温泉の関係については、様々な勉強をしてきたそうです。実際、いいと言われる温泉地には自ら出向いて、話を聞いた、体験したりしてきたとか。

「いろいろ勉強するなかで、ひとつ知ったのは、がん細胞は熱に弱いということ。温熱療法という言葉があるように、世界中のいろんな学者さんたちが、そのことを発表していたんです。体温が1℃上がると、免疫力が5、6倍に上がるといいます。よく、基礎体温を上げれば、病気にもなりにくいと

いいですよ。だから、温泉のお湯の温度を工夫すれば、がんをはじめとする様々な疾患に効能が期待できるんじゃないかと思っただんです。うちの温泉は47度もあるんです。でも、首から上をちゃんと冷やして入浴してもらうから、そんなに熱くないんですよ」

歯槽膿漏のお話だと思っでご連絡したら、思わぬ免疫に関する耳寄りなお話になって驚きました。そんな大野さんですから、SODのダイレクトメールにもすぐに反応されたのかもしれない。

「去年（2015年）の夏頃に、SODの案内パンフレットのようなものをいただいたんです。それを読んでいくうちに、丹羽先生のお話にすごく引き込まれたんです。あんな西洋医学の大先生が、息子さんの死をきっかけに毒薬ではない自然の生薬で抗がん剤を作ろうと、20年も研究されたというお話には感動しました。それがSODだということ、さっそく飲み始めたんです」

歯と歯茎の異常はちょうどその頃のことでした。

「その時は、歯槽膿漏とSODとはまったく結びついていなかったんです。代わりに、僕はお酒を結構飲むのですが、SODを飲み始め

てから、飲みすぎた翌日も二日酔いにならないんです。あと、昔からお腹がゆるかったのですが、これも改善されているんです。下痢がなくなったんです。ほんとに、気分いいから、という感じでした」

SODを飲み始めて、いくつかの変化を感じ、これは本物だと思っただけです。

「そうしているうちに、あれ？と思ったのが、歯茎でした。膿や血が出ていた歯茎の腫れが、だんだん少なくなってきたんです。同時に、ぐらぐらしていた歯も、ぐらぐらしなくなったんです。SODを飲み始めて、1か月くらいしたら、歯がすっかり元に戻っていったんです。驚きですよ。今じゃ、たくあんだってボリボリと噛むことができるんですから」

以前、丹羽先生から、高血圧でSODを飲んでいた患者さんが、歯槽膿漏も良くなったと喜ばれたという話を聞いたことがあります。先生も、

「SODは血行を促すのだから、血行が悪くなっている歯槽膿漏にも自動的に効果があるのは当然かもしれない」

とおっしゃっていました。その通り、大野さんの歯槽膿漏も改善されたのかもしれない。加えて、

温度の高い温泉に入られ、免疫力を上げていることも見逃せないことでしょう。

「こんなにいいものなんだから、うちの旅館でも、こういった健康食

者愛飲者
インタビュー

79歳で冠動脈のバイパス手術、普通なら無理な手術がSODで可能に

沖縄県 小山田真二さん（80歳）

3年前、173号の会報の愛飲者インタビューに登場してくださった、沖縄にお住いの元整体師の小山田さんから、また、報告したいことがあると、編集部にご連絡をいただきました。

以前は、糖尿病の兆候が見られたときにSODを飲み、血糖値の値を半分以下の平均値にまで戻した経緯があります。

「丹羽先生が、SODは最初に多めに飲むといいとおっしゃっていたので、普段は一日に2包でしたが、あのときは9包飲みました。加えて、黒胡麻、チャーガを飲みました。そうしたら、血糖値がものすごく下がりました、すっかり良くなったんです」

あのとき、おかしいなと体調の異

品を売店でも扱っていただければ。自分が体験したことだから、間違いないですよ。ほんとうにSODには感謝です」

変に気づき、病院に行ったきっかけは、息切れからでした。幸いなことに、血糖値などの数値が落ち着くと、動悸息切れも良くなりました。そして、会報にご紹介したわけ

それが、1年ほどすると、また、動悸息切れを感じるようになったのです。整体院を営んでいた体のことのプロ、先生ですから、前回のよう

「動悸息切れですから、おそらく狭心症の類ではないかと思いました。前回の時も、その疑いは持って、気

をつけていたのですが、年も年ですから、いろんなところにほころびはきますよね」

病院に行ったところ、やはり、心臓に異常があるようだ。さらに翌月、福岡の大病院からきた専門の先生にも診てもらったところ、狭心症という診断でした。

狭心症というのは、日本心臓財団の資料によると、「階段をあがると胸が締め付けられるように痛くなる」「重いものを持上げたり、坂道を歩くと胸が苦しく痛む、静かにしていると楽になる」という症状が出る、労作性狭心症を疑います。心臓の栄養血管である冠動脈が、何かの原因で狭くなると、

心筋に送り込まれる血液が不足し、心筋が酸素不足に陥ります。そのため生ずる胸の痛みが「狭心症の痛み」です。治療法は、薬物療法か、冠動脈の入り口のカテーテルを入れ、広げる術、冠動脈バイパス術などがあります。バイパス術は、冠動脈の狭い部分には手をつけず、身体の他の部分の血管を使って狭窄部分の前と後ろをつなぐ別の通路（バイパス）を作成して、

狭窄部を通らずに心筋に血液が流れる道を作ります。

小山田さんの症状だと、バイパス手術をするのがいちばんいいそ

うです。しかし、小山田さんは当時79歳と高齢のうえ、糖尿病の心配も抱えています。

「先生も、高齢だから、普通は手術はしないんだが、あんたは検査したところ、実年齢より若くて元気だから、手術したほうがいい、大丈夫だ。手術で良くなる、といわれたんです。これも日ごろSODを飲んでいるおかげですよ」

そうして1年前の2015年3月に小山田さんは心臓のバイパス手術をしました。

「もちろん、術前、術後はSODをたくさん飲んで、挑みました」

手術は大成。術後の状態も良く、先生から治りが早いと驚かされたそうです。

SODは血管も

修復してくれるんだ

手術後の経過はすごく順調で、今はなんともなく、循環器機能は見事にリペアされたそうです。それは良かったのですが、今年に（2016年）に入っただけで、今度は大腸憩室（けいしつ）で排便の時に出血が見られたそうです。

「10年くらい前から、憩室炎があったんですよ。これは、消化器官にできたくぼみが炎症を起こして出血したりするもので、加齢からく

るものなんです。おまけに僕は高血圧の薬、血液をサラサラにするのも飲んでいますが、出血しやすいんだと思います」

と今は冷静に分析されていますが、さすがにその時は驚いて、すぐに病院に行き、5日間の検査入院をしたそうです。そのときに血を止める点滴をして、出血は止まったのですが、検査しても、どこからの出血かはつきとめられなかったそうです。薬で一時的に出血は止まっても、根本的な解決ではなかったわけですね。

「だから、今回も、SODを多めに飲みました。そうしたら、また治ったんですよ。その後、まったく出血は見られない。すごいね、SODは弱った腸壁や血管も修復してくれるんだから。傷口を治す力が

ある」

とすっかりSODを自分のものにして自在に活用している小山田さん。健康は検査とSODだと力説していただきました。今回もありがとうございます。



SOD様作用食品 体験者の声を お聞かせ下さい。

難病で苦しむ方たちが、少しでも早く良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、

〒158-0094 東京都 世田谷区
玉川1-15-2 B棟2802

日本SOD研究会 宮城宛

Tel 03-5787-3498

までご一報下さい。

「ゴマとの上手な付き合い方

私たちの身体に非常に有用な成分を含んでいるゴマは、毎日でも食べたい食品です。でもせっかく食べるのなら、より効果的なゴマの食べ方も知っておきたいですね。

そこで今回は、「ゴマの効果的な摂り方についてQ&A方式でお送りしていきます。

「どのくらい食べれば効果的?」

健康維持を考えれば、1日1回5〜10gほどを毎日摂るのがいいでしょう。これはだいたい大さじ半分〜1杯ほどです。

黒ゴマの驚くべき!

健康効果



ゴマの優れた栄養成分の体内での働きについて

黒ゴマキャラクターのゴマっちです。
黒ゴマの健康効果についてお伝えします!

古くから、ゴマを食べると若々しく健康に過ごせるといわれてきました。このゴマの健康パワーの源といえるのが、ゴマに含まれる希少成分のゴマリグナン類、その主成分であるセサミンです。

今月は、ゴマの効率的な摂り方、ゴマとの上手な付き合い方についてレポートしていきます。

「おいしい食べ方は?」

「ゴマと言っているけども、生のもの、煎ったもの、皮を除いたもの、すったものなどいろいろです。

消化吸収の点からいうと、皮つきのゴマをそのまま食べるとそのまま排出されてしまう可能性が高

体内の抗酸化酵素や解毒酵素はいったん高まれば72時間くらいは効果が期待できるといわれています。

このことから考えると毎日無理でも、週に2回は食べたいところ

いので、「すった」ゴマを食べる」とことが最も効果的といえるでしょう。

香りも楽しみたいということであれば、皮つきのものを煎って食べるのがよいでしょう。

「ゴマはいつ食べるのがいい?」

基本的には朝でも夜でも効果に大きな差はありません。ゴマリグナンは食べてから1時間ほどで血液中に入り、8時間ほどしたら尿中に流れていってしまいます。

この食べてから1〜8時間くらいの間は、体内で生じた活性酸素を除去する効果が期待できるといえます。そう考えると活動を始める朝に摂るようにするのがいいかもしれません。

「おいしい食材の組合せは?」

「ゴマをそのまま食べる人は少ないと思いますが、やはり他の食材と一緒に食べることによりメリットがあります。相性の良い組み合わせ例としては、良質なたんぱく質が摂れる大豆、それと魚です。

魚の脂肪などに含まれるn-3系の脂肪酸は必須脂肪酸ではあるのですが、酸化しやすいという欠点があります。ゴマと一緒に摂ること

により、酸化を防ぐことができますし、脂肪酸をバランスよく摂ることが出来ます。

基本的に、ゴマはどんな食材とも合うといえます。日常の食事でも、積極的に活用してゴマの栄養成分を摂るようするといいいでしょう。その他にもゴマの成分を摂取することに特化したサプリメントを活用するのもおすすめです。

つづく

おにぎりにはゴマ塩をふりかけたり積極的にゴマを活用しましょう!

