

自然治癒力は総合戦力

自然治癒力は総合戦力。自律神経の場合も、交感神経と副交感神経があり、両者はお互いに相反する作用と同時に補助する働きもありません。交感神経が働き過ぎて血圧上昇すると副交感神経が手助けして、血圧を下げ調節を取ります。自然治癒力ですが、自律神経は各臓器を支配していますので、交感神経と副交感神経のバランスが極めて重要であります。睡眠中でも心臓が

それではもっとグローバルな視点から自然治癒力を追って見ましょう。生命を支える栄養素は食事から摂取しますが、もし毒物が混入した場合、胃は即刻吐き出しますが、これも自然治癒力の一部です。さらに腸まで浸入した赤痢菌やO-157のような有害物は、腸のセンサーによりいち早くキャッチされ下痢を起します。人体に有害が大であるほど下痢は頻繁に、これでもか、これでもかと回数が多くなります。当然その水分は各細胞や細胞間液から大動員をして必死に排除しようとする、これも自然治癒力の一つです。食事の飲み食いから大量に流れてくる物質（抗原）はすべて記憶して

抗体を造っていますから、何方種類の抗原でも速攻防衛が可能です。有害細菌が侵入するとマクロファージ（貪食細胞）がいち早く情報を得てヘルパーT細胞に伝達します。ヘルパーT細胞はNK細胞やB細胞に情報を伝達して臨戦態勢をつくり、必要によりどんどん産生して攻撃に当たります。また体内で炎症性疾患が起こった場合も、消火隊としてリンパ球が出勤して炎症を鎮めます。（急性肺炎、気管支炎、膝関節炎、など）極悪細菌侵入の場合、大敗することがありますが、それでも一時的に抗生物質の援護を受けると撃退し、完全な攻撃処理は自然治癒力によって行われます。

自律神経の場合も、交感神経と副交感神経があり、両者はお互いに相反する作用と同時に補助する働きもありません。交感神経が働き過ぎて血圧上昇すると副交感神経が手助けして、血圧を下げ調節を取ります。自然治癒力ですが、自律神経は各臓器を支配していますので、交感神経と副交感神経のバランスが極めて重要であります。睡眠中でも心臓が

快調に鼓動できるのも、胃や腸の蠕動運動ができるのも、すべて自律神経の働きによるものです。数例を上げて説明しましたが、要するに自然治癒力は、からだの諸器官、機能の調和とか充進として働く、貴重な役割を演じてくれる総合戦力です。図で示す通り自然治癒力は免疫力を強化して、免疫疾患に偉力を発揮し、非常に優れているときはガンをも抑制したり退縮、場合により消却することもあります。血液循環の調整、自律神経は前述の通り、新陳代謝の充進で老化防止、美肌促進、寒冷期、猛暑時のエネルギー代謝・調和、気の代謝が病気の回復に影響大、水分代謝の調整、内分泌（ホルモン）充進と抑制、何れも重要な要素であり、自然治癒力は総合の調和ですが、よりその効果を高めるには、バックアップする優れた補助食品も重要な要因です。自然治癒力は天から与えられたパワーでもあるのです。そのパワーが低下したとき、生まれつきまたは後天的なウィークポイント（弱点）に疾患が起りやすくなります。

## 杉樽仕込の無農薬醤油


丸大豆、丸小豆共に若手栗九戸郡軽米町の五六七農法園の高橋さんが有機無農薬で栽培した原料に、天日製塩の原塩を使用して、杉の大樽で2年有余の間発酵、熟成させました。天然醸造特有の味と香りをご賞味いただけます。

- 1.8ℓ入 1,800円(1ケース 6本入)
- 0.9ℓ入 1,000円(1ケース 12本入)
- 0.9ℓ入 1,000円(1ケース 6本入) 送料別

無農薬  
うす口醤油

**新発売**

● 0.9ℓ入 1,000円(1ケース 12本入)


  
**株式会社 ヤマヒサ**

瀬戸内海 小豆島 干761-44 香川県小豆郡内海町安田 振替：大阪9-25611 ☎0879-82-0442

# 腸

から自然治癒力がつくられる

シリーズ1 自然治癒力ってどんなこと

国際健康研究所長 金子今朝夫

医学が進歩して繊細な手術や臓器移植、そして遺伝子治療と最先端技術は目覚ましい発展を遂げています。しかしながら、それとは正反対に病人はますます多くなり、医療費も毎年、兆円ずつ増加するという矛盾を生じています。医学の祖といわれるヒポクラテス（紀元前四六〇―一三七年）の言葉に「MEDICUS CURAT, NATURA SANAT」。医学は手当てし、自然が癒す……とあります。つまり病気を根本的に治すのは医師でもクスリでもなく、自らのからだに治す仕組みが備わっているということなのです。このヒポクラテスの理念は二千年後の現代社会でも、健康の基本は全く同じであります。現代医療は対症療法として注射や投薬治療を行います。これは一時的に症状を抑える効果として優れていますが、根本的に病気を治すのではなく、むしろあなた自身の自然に備わった治癒能力によって治しているのです。成人病は最近、生活習慣病と改名されましたが、対象となる糖尿病、高血圧、肝臓病、心臓病、癌などす

べて慢性病で、生活習慣が悪いことが発病の要因となることからして、当然の改名といえるわけです。病気を根本的に治すのは身体に備わっている自然治癒力によるものだから、良く理解して対応すれば、いま大問題になっている医療費や年金を含む社会保障費の諸問題を解決する道があるのです。これには国民一人一人が病気の予防と回復のため、日々努力して自然治癒能力を高めることが極めて重要な鍵となっています。

われわれの身体は生命を維持するため複雑な器官や機能があり、いまだに科学的に解明されないものも数多くあります。人体はほぼ六〇兆個の細胞で構成されているといわれています。血液細胞（赤血球、白血球、血小板）から始まり各臓器（肝、心、腎、胃、腸、脾、など）骨格、神経、皮膚などほとんど細胞で構成されています。その六〇兆のうち一個の細胞を取り出すとまず、細胞膜があり、

自然治癒力とはどんなことか

まさに一個の細胞の中は小宇宙的存在にあるのです。科学が進歩したとはいえ、細胞一個さえ科学は完璧に制御していませんが、自然は完全にクリアしてあらゆる難問も調整解決している、これが自然治癒力として現れてくるのです。

その中にミトコンドリア、リソゾーム、リボゾーム、ゴルジ装置、滑面小胞体、中心に核があり核膜、染色体、遺伝子などは一般に知られていません。しかしこの小さな細胞のなかにまだ解明されない神秘なものが数多く含まれています。一面を覗くと、細胞のなかには何万種類もの化学物質がからみあい、ある分子は数個しかないというものが、ある分子は一億個もあるというものが雑居し、限りない反応が行われています。なかには何百万回に一回しか会えない相手でも探しだして目的の反応を正確におこなっているというのです。さらに酵素も何万種類も活躍するとか、細胞と細胞の情報伝達、さらに遠方の細胞の情報交換し、膨大な情報をかかえ生命活動を行っているのです。