

講師 安保 徹 先生

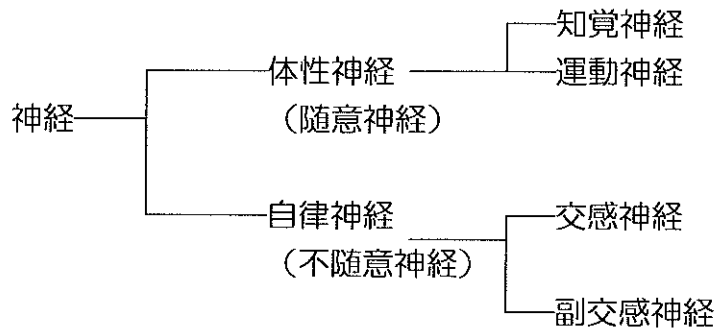
議題 「ガンは特別な病気ではない 免疫力が病気を癒す謎を解いた免疫革命」

安保先生は免疫学の世界的権威として広く知られ、胸腺外分化T細胞の発見、白血球の自律神経支配のメカニズム解明、胃潰瘍の胃酸説を覆す顆球説を発表し、国内外で精力的に活躍されている。

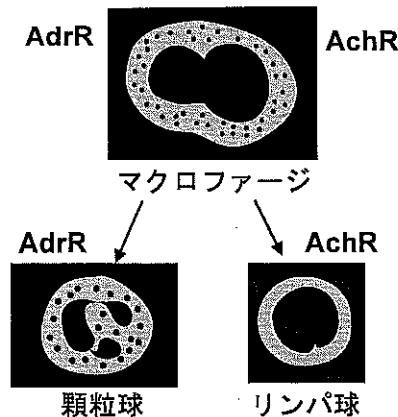
今日、西洋医学は病気に対して診断力や応急処置能力はあるものの、疾患に対してその場しのぎの治療ですませ、医師も患者も治らないものとあきらめている。最近盛んに遺伝子説が唱えられているが、ほとんどは自分たちの生き方が片寄っている（身心に無理を強いている）ために病気が引き起こされている。

1 病気になる仕組み

人の生命は身心を司る神経の働きにより、体を取り巻く環境に対して適切に反応して維持されており、神経のバランスがくずれと病気が引き起こされる。

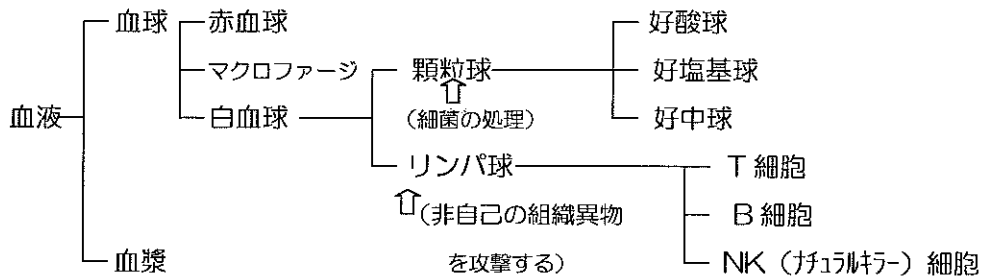


自律神経は人の意志の働きから独立しており、眠っていても心臓や胃腸を働かせている。交感神経は血管を収縮させて血圧や心拍を上昇させるのに対して副交感神経は血管を拡張させ、血圧や心拍を低下させる。日中は交感神経優位、夜間は副交感神経優位となる。からだを防御する白血球には顆粒球とリンパ球の2つの大きなタイプがある。(図0)

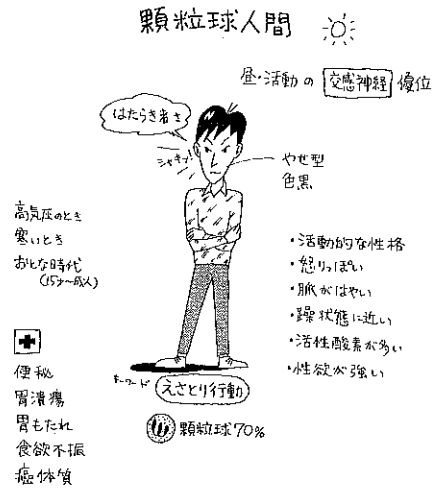


防御細胞の進化過程

血液の基本的防御細胞であるマクロファージから、貪食能をより高めた顆粒球と、接着分子を多様化させ認識能を高めたリンパ球が生じている (図0)



血液は骨の中心部にある骨髓（造血器とも言われる）に造血細胞があって常に新しい血球を作り、老化した血球はマクロファージ（大食細胞）によって処理される。



自律神経と白血球は斎藤章先生の研究によると交感神経優位の時は顆粒球が増え、副交感神経優位の時にはリンパ球が増えるという相関がある(図1)。又、体温と健康の関係を自律神経のバランスからみると(図2)のようになり、ストレスと体温の関係を示すと(図3)となる。

自律神経、白血球と病気の関係

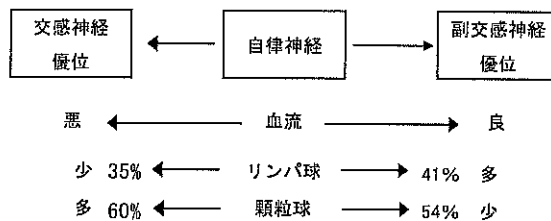


図1

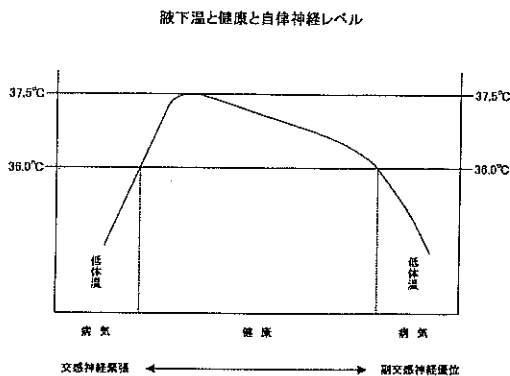


図2

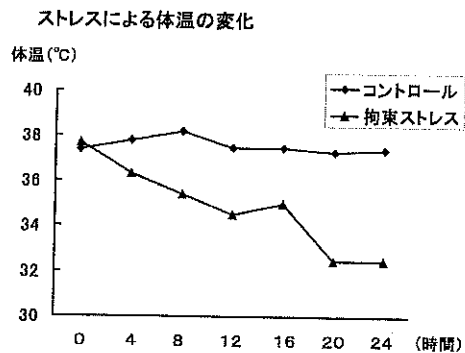


図3

白血球は1日のうちの時間によって変化する(図4)  
 又、気圧によっても変化する(図5)

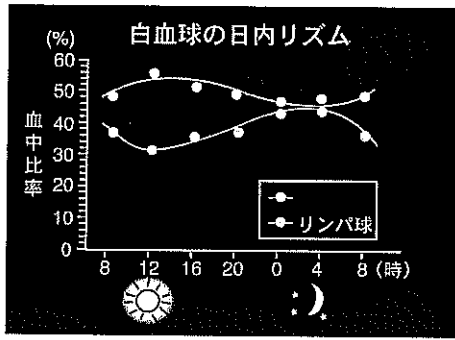


図4

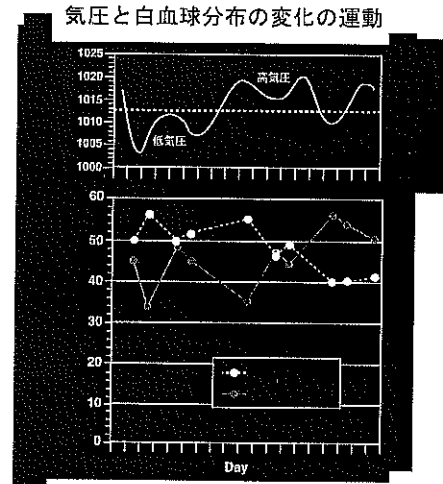


図5

## 2 病気の因果関係

交感神経優位、顆粒球優位の場合に起こりやすい病気

糖尿病： 欧米人においては食べ過ぎ太り過ぎが原因となるが、日本人の場合は働き過ぎによるストレスが原因と考えられる。

長時間労働 → 睡眠時間の減少 → 肉体的疲労 → 糖分解力低下  
 心のストレス ↗

ストレスで自律神経のうち交感神経が緊張を迫られ、副腎から出るホルモン（アドレナリンとノルアドレナリン）の働きによって血圧が上がる。

年寄りの高血圧： 眠れない → 交感神経が興奮 → 薬に頼る → 心臓動悸  
 → 不安 → 眠れない

休む、眠る、食べるは副交感神経がリラックスして血糖値、血圧、脈拍を下げる  
 しかし、リラックス過剰も体を壊す。

リラックス過剰 → 筋力低下（車社会、電化） → 疲れやすい → 運動すると筋肉疲労  
 → 長期消炎鎮痛剤投与 → 筋肉、関節に血流障害

骨粗鬆症： おだやかな生き方が長く続くとそれにふさわしい骨になる。

日常生活に耐える20~30%の余力が必要。

ラクする世界は子どもにとっては無気力を起こし、不登校にもなる。

リウマチ・ガンは白血球の問題である。

ガン： 交感神経緊張持続により顆粒球が増多、その結果血流障害と再生上皮のリニューアルが活発化し過ぎてガン化が起きる。NK細胞は上昇するものの機能がブロックされ、CTL（細胞傷害性Tリンパ球）が誘導され、免疫力を抑制する。

ガンとわかった時、実施すべきことは

- ① 生活パターンの見直し。家庭・職場での人的ストレスになる仕事や生活を断ち切る。
  - ② ガンの恐怖から早く逃れ、笑いを取り入れる。（おかしくなくても笑う）
  - ③ 体力を消耗する治療（手術・放射線・抗ガン剤療法）は受けない、続けない。
  - ④ 副交感神経を優位にして免疫力を高める。
  - ⑤ 風呂・湯たんぽ等で体を温め、血液循環を良くする。
  - ⑥ 感謝を心がける。ガンのおかげで・・・
- 食生活は肉食をさげ、繊維質・野菜・海藻を多く摂る。

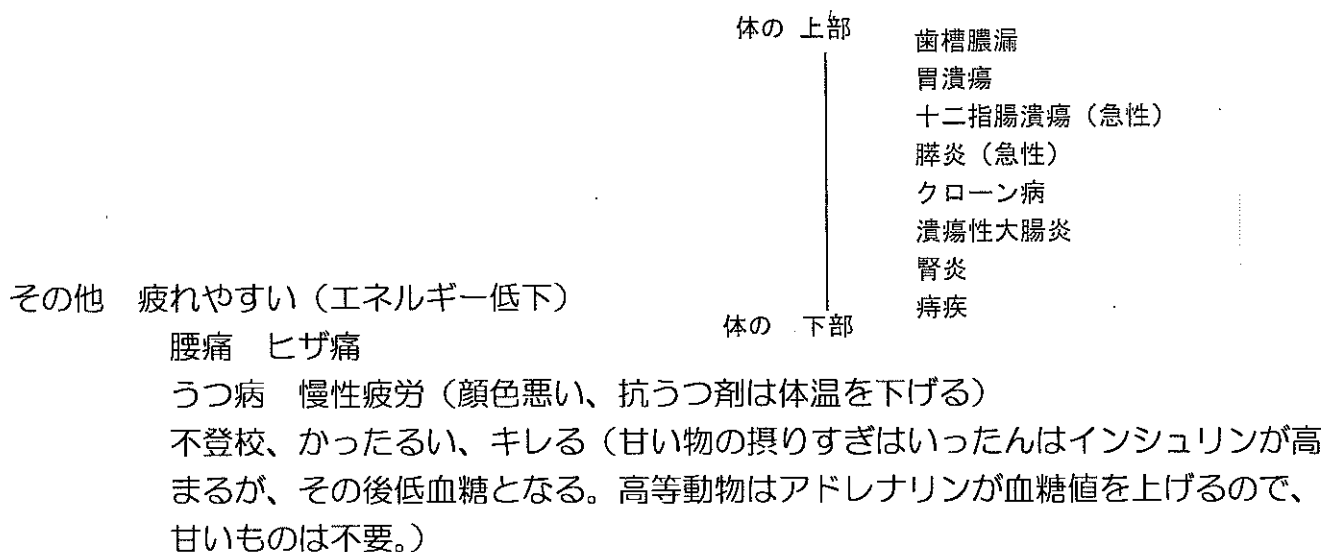
アレルギー： リンパ球過剰を引き起こす原因として排気ガス（CO<sub>2</sub>）があげられる。運動不足や肥満、過保護、有機溶剤の吸入、遺伝的体質とストレスによる血流障害（免疫複合体の停滞）や抗原の存在（ホコリの多い家、動物の毛など）によるものであり、それ等の要因を取り除くことが大切。

腰痛・ヘルニア： 原因は相対的筋力の低下、血流障害と組織障害（顆粒球増多）治療反応としての痛みを引き起こす。治療法としてはコルセットを着用し、消炎鎮痛剤の長期使用停止により3週間程続けた後、徐々に筋力を鍛える。

交感神経優位

顆粒球増多は精神的ストレス、過労や不規則な生活、消炎鎮痛剤の長期使用で起こる。

顆粒球増多による組織破壊の病気



### 3 自然治癒力を大切にしよう

(1) 自然治癒力は細胞や固体が損傷されたとき、代謝を高めて修復する力であり、次のような体の反応を起こす

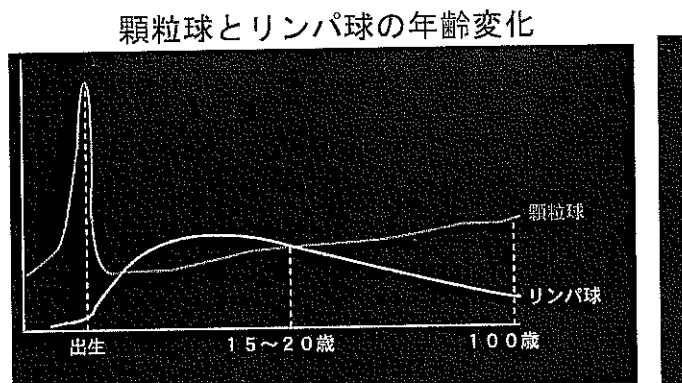
- ① 代謝を高める反応は発熱、発赤、痛み
- ② 損傷を避ける反応は下痢・咳・痰・鼻水・痒み・汗

これに対して、逆行反応を起こす元はステロイドホルモンや消炎鎮痛剤の長期投与である。

(2) 治癒力を高めるには

- ① 精神的ストレスの解消に努める。
- ② 過労や不規則な生活を避ける。
- ③ 消炎鎮痛剤の長期投与をさける。
- ④ 食生活の改善。

(3) 加齢と共に免疫力は低下するので要注意。(図-6)



出生によるストレスで顆粒球は増加するが、その後、子供時代はリンパ球優位で、加齢に従って顆粒球が優位になる。しかし、ストレスが加わるといつでもAdrRを持つ顆粒球が増加し、組織球が増加し、組織破壊がくる。

図6