

ソレイユ眼科・矯正歯科

木・土曜日の
午後はコンタクトの処方をおこなっております。
矯正歯科も診療時間変更しております。

●水素ガスを吸う治療は苦しくない●

水素ガスには、薬のような副作用、過剰摂取による悪影響がありません。現存する物質の中で一番小さな分子なので、不要なものは体から抜けていきます。

夜に1時間水素ガスを吸っているという方が、朝8時に呼吸の水素ガスを測ったところ、60ppm出たという事例がありました。水素ガスを吸っていない通常の状態だと呼吸に含まれる水素量は7~8ppm。これと比べると、すいぶん体に蓄積されていることがわかります。常時これだけの水素が体内にあるとしたら、体内を酸化させてさまざまな病気を引き起こす悪玉活性酸素の除去も進み、その結果、免疫が高い状態を維持できるのではないかと考えられます。

一方の薬には副作用が必ずついてまいります。薬を使うということとは、人体に無理をさせてその効果を出すため、どうしても身体どこかを阻害してしまい、それが副作用として現れるのです。しかし、そうしたことが一切ない水素ガスだからこそ、より身体に優しい。その人が持つ自然治癒力を穏やかに引き出す治療法になるのではと考えられます。

標準治療の抗がん剤や放射線治療の場合には、身体の免疫システムを破壊するという重大な副作用があります。その他にも、吐き気や貧血、だるさ、脱毛などがあげられます。これらの症状がきつくと現れてしまい、日常生活に支障をきたしている患者さんもいます。そのためがん治療という点でも副作用が強いというイメージがあると思いますが、中には水素ガスのように、人間が本来持っている治癒力を高めて回復に向かわせる治療法もある、ということを多くの人を知っておくべきです。

●平均寿命まで健康で生きるために●

平均寿命は命の長さ、健康寿命は日常生活を支援なく送れる時間の長さといわれています。平均寿命と健康寿命の間には、約10年の開きがあります。この10年間は、ほとんど寝たきり、もしくは何らかの介護が必要な状態になります。これらの疾患には、何らかの免疫異常が関与していると考えられます。こうした病気を最終的には免疫の状態が大きく関わってくるので、日頃から免疫力を高める生活を送っていれば、平均寿命まで健康に生きることができると予測されます。

高齢者がこれらの病気にかかる、物を食べるのが難しくなり、それによって運動機能が落ちてしまうことがあります。動くのがおっくうになり、家で過ごす時間が増えると、廃用症候群（気づかないうちに運動能力が衰えて、自分で思うように動けなくなり、他の体調不良を引き起こしてしまう病気）という状態になって筋肉が衰え、ついには寝たきりになってしまったりケースが少なくなったり。骨折などをしても、高齢者の場合そこから寝たきりになるケースが多いので注意が必要です。さらに、その発端となる高齢者の肺炎、認知症、脳梗塞、ガンなどにならないようにすることが肝心です。

水素ガスを吸っただけで免疫が高まり、平均寿命があと10年延びて、100歳まで生きられる人が今後は増えてくることを予想されます。健康な高齢者が増えれば、国の医療費削減にもつながります。

認知症も水素で予防！

認知症は、脳の機能低下によって起こる病気です。厚生労働省によると、認知症患者の数は今後増加すると予測されており、2025年には730万人にのぼるといわれています。これは高齢者の5人に1人の割合です。認知症を完治させるために効果的な治療法はいまだ発見されておらず、進行をただ見守るだけというのが現状です。そうしたなか、水素ガスを使った実験でMCI（軽度認知障害）の予防や改善に役立つ可能性を示すデータが得られています。水素ガスは、認知症の分野においても認知症予備軍の低減や認知症状の緩和や改善に効果があるのではないかと期待されています。



●免疫もも人間が持つ自己治癒力を高めよう●

免疫力には二つの作用があります。

一つは身体にとっての異物を識別する作用です。人の身体には日々いろいろな異物が侵入しています。呼吸をすれば空気中に病原体や有害な粉塵が混ざっていますし、食べ物には細菌やウイルスが混ざっていることもあります。また、体内ではガン細胞など自分由来の細胞でありながら有害な存在というのも発生しています。これらの異物を識別して排除しなければ、細菌やウイルスやガン細胞が増殖し、私たちの身体はすぐ病気に蝕まれてしまうでしょう。

もう一つは有害な異物を攻撃して排除する作用です。体内で异物を発見したら、すぐに攻撃を開始し、速やかに排除しなくてはなりません。ただ、なんでもかんでも攻撃対象であると誤認してしまうのも困りものです。免疫が誤作動し、過剰になったままの状態になると、通常では反応しなくてもよいものにまで免疫反応が起きてしまい、リウマチ、膠原病、花粉症などのアレルギーを発症してしまうからです。

こうした免疫の誤作動（免疫の過剰反応）にも、ミトコンドリアが深く関わっている可能性が考えられます。さらに、水素ガスはミトコンドリアを介して、誤作動による免疫反応過剰状態をも調節する可能性があります。

水素ガスは、免疫機能不全によって起こる感染症やガン、認知症などだけでなく、花粉症や潰瘍性大腸炎、クローン病などの免疫過剰状態の疾病にも対応できる可能性を秘めています。そのため、日々水素ガスを取り入れていけば、年を重ねても免疫力を正常に維持でき、健康長寿が夢ではなくなるのです。

