

第 61 号
平成 25 年
12 月

HPに 創刊号から
連載中

もう一つの道

情報は、うのみにせず、注意
深く徐々に試してください。

山田整骨院
熊本市中央区出水 4-25-1
096-364-7611

<http://yamadasu.com/>

熊本交通事故, 山田整骨院

<http://www//jiko-kumamoto.net/>

柿茶とビタミンC

医学博士 檜尾太郎 月刊西医学 昭和 36 年 10 月号

柿茶とビタミンCについては、西先生著「柿茶について」や西医学健康講座「ビタミンC」に詳細に説明してありますから、ひごろ柿茶を愛用される方はぜひ御一読なさるようお勧めします。…略…

日本人は番茶をのむ習慣があるので、それからもビタミンCが摂取できるはずですが、番茶や緑茶はテインやカフェインが多いために強アルカリ性として働き、胃酸を中和するので、アルカリ性体質の人では胃を悪くし、一方タンニンの多いために便秘やリウマチの原因ともなる欠点もあります。…略…

天然のビタミンCはハマナスや野バラの実に最も多く含まれていますが、保存は難しく、どこでも容易に手に入れるわけにはいきません。生野菜食といってもなかなか実行しにくいものです。そこで注目されたのが、日本全国どこにでもある柿の葉でした。はじめは煮汁をつくることをお話になりましたが、葉を粉末にして錠剤にすることも考えられておられました。当時、技術的になかなか面倒で、微粉にする工程で加熱されてビタミンCが破壊されてはということで、お茶として発売されたのでした。…略…

柿茶の飲み方は、小袋二個を一日量として土ビン、魔法ビンに入れ、熱湯をそそぎ、15分以上おいてから飲みます。…略…熱湯だとビタミンCがこわれにくいという懸念がありますが、温度がだんだん上昇する場合は破壊されても、下降する場合は大丈夫なのです。破壊されたとしても10%以下です。水でだしてはどうかということになりますが、水だとビタミンCがとけてでるのに一時間半もかかり、また生水には酸素が含まれているのでかえってビタミンCが破壊されることにもなります。ビタミンCは熱、光、酸素によって破壊されますから魔法ビンとかに入れて、空気や光を遮断する方がよろしい。…略…

柿茶はチビリチビリと一日1.50ないし30飲みます。西式は以前生水を飲めと言われたから、柿茶と両方飲むと小便にばかり行かねばならぬという人がありますが、柿茶なり水なりを飲むのは尿に色がつかない程度を標準とするもので、柿茶は生水の代用になります。その理由は生物の生死の基準はビタミンCの量によってきまるものだからです。ビタミンCは酸化還元圧に関係し、酸素の運搬を容易にするので、酸素が水にとけているのと同じ結果になり、ビタミンCはカルシウムの代謝をもつかさどるので、水を

沸騰させたためにカルシウムが不溶性になって不足をきたすということもなくなるのです。

生命の鍵を握るものはビタミンCであり、食物の選択についてはビタミンCが最も重要であると言えます。柿茶を飲み始めてから、かぜを引かなくなったとか、夏やせしなくなったというのはざらです。歯痛や歯のぐらつきもとまり、高血圧、疲労、胃カタル、糖尿病など、ほとんど万病に効果がありますが、某大学病院に入院して、38度の熱がどうしてもとれなかった結核患者に柿茶を贈ったら、一週間で平熱になって医者が驚いたという笑い話のような実話もあります。癌患者の血液にはビタミンCが少ないことは、酸化還元圧に対するビタミンCの役割からうなずかれます。…略…

柿茶を飲んでも効かないという人がありますが、それはビタミンCの吸収が悪いのか、吸収されても破壊消費されやすいからです。「入るを計って出るを制す」ということはビタミンCの代謝についても重要なことで、現代医学ではこの原理を無視しています。下痢をしていると、ほかの栄養素と同じくビタミンCの吸収も悪くなります。一方、便秘をしていると、大腸菌が小腸へ上昇してきてビタミンCを破壊します。アルコール、砂糖の過剰や食塩の過不足もビタミンCをこわします。

厚着の習慣や足首の故障も体温を上昇させてビタミンCを減少させるので、そういうことを考慮すればどうしても西式生活を実行しなければならなくなります。

ビタミンCの補給ならば、合成した結晶の純粋なビタミンCの方が速攻するのではないかという議論が出ます。…略…結晶のビタミンCを注射しても、二時間以内に半分が尿に排出されてしまうと言われてはいますが、蒸留水ばかり飲んだり、白砂糖を沢山たべていると病気になるように、自然は純粋なものをきらうのです。

ビタミンCはプロ・アスコルビン酸という前駆体である有機蔘酸から必要に応じて生成され、よぶんのビタミンCは有機蔘酸の形でたくわえられるという西先生の学説は近く学会でも承認されることと思いますが、この一言だけで西医学の理論がほとんど理解されるともいえます。

解 説

柿茶が生まれた最大の理由は、天然のビタミンCを豊富に簡単に安価に摂ることが出来るからです。100gあたり赤ピーマンは240mg、葉大根は50mg、レモンは100mg、いちごは63mgで、柿茶は700mgです。現在の大人の一日の摂取基準量は100mgと栄養辞典に記されていますが、ノーベル賞を二回受賞したポーリング博士は一日10g以上、西勝造先生は柿茶を一日1.8ℓとられていました。生野菜青汁はCが多いのですが、作るのが大変です。野菜は加熱するとCが減少します。果物は必要なCの量をとるためには大量に食べる必要があり、そういう意味で柿茶は大変便利です。西式健康法では柿茶は必需品で、山田整骨院でも飲用し、販売しています。院内で試飲及び試供品を提供しています。もう一つの道第59号で眼の火傷の治療の報告をしています。この時柿茶をガーゼでこした液で冷罨法と洗眼を併せて行ったそうです。