

第93号
平成28年
9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/>

涙と苦悶の思い出 (その4)

— 生野菜食との戦い —

甲田 光雄 (八尾市・甲田医院長) 月刊西医学 昭和39年3月

十、純生食と唾液腺ホルモンについて

西式の生活に入って、朝食廃止だとか断食あるいは純生食などをやっているうちに、だんだんと少食にて十分にやってゆけるようになることは、私自身の体験からも全く驚くべき事実である。

純生食を実行中の一日摂取量の総カロリーが、600から一千カロリーで、充分生活できるそのカラクリは、もちろん熱力学第二法則やまた空中窒素の利用あるいは、宿便排除による消化吸收の向上などで説明されねばならないのだろうが、最近の唾液腺ホルモンの研究から、このホルモンも一役買っていることが判明したのである。

昔から栄養失調に陥った人の中に、この唾液腺ホルモンを出している耳下腺が腫れて、ちょうど子供がお多福風邪（流行性耳下腺炎）に罹った時のような顔貌を呈することが知られていた。

今度の第二次世界大戦で、ソ連に抑留せられた日本やドイツの兵士達の中にも、栄養失調症で苦しんだ人が多かったが、それらの人々にも同様な耳下腺の腫れた顔貌の人が多くみられたのである。当時は、なぜ栄養失調に陥ると耳下腺が腫れるのかその理由が判らなかつたのである。

ところが最近の研究から、この耳下腺から出る唾液腺のホルモンの中には、膵臓から出るインシュリンと同じ作用を持つホルモンがあり、また蛋白同化作用を持つホルモンも含まれていることが判ってきた。

しかし常日頃われわれが豊かな食生活を送っている間は、この唾液腺ホルモンにはインシュリンや蛋白同化ホルモンは多量には含まれておらず、一朝事あって栄養失調の状態に陥ると、この耳下腺は腫れて作用は増大し、インシュリンや蛋白同化ホルモンが多量にでてきて、われわれが食べる食事を完全に無駄にせず消化吸收し、利用効率をよくしようとするのである。

今、一日一食主義にすると食事後急速に血液中の糖分が増えるため、生体ではインシュリンが急に多量出てこなければせつかくの血液中の糖分が尿の中に逃げてしまうのである。そのため、膵臓から出されるインシュリンでは間に合いかねて、唾液腺からも応援にでてきて食べた栄養を全部身につけようとする。

一方、また唾液腺ホルモンの蛋白同化作用は少量の蛋白質給源でやりくりをしようとして、なるべく生体から窒素成分を逃がさぬような働きをするため、純生食の時のように蛋白質が少ない食事を続ける場合には、やはり耳下腺から多量の唾液腺ホルモンがでてきて、尿中に出る総窒素もクレアチンも減らすように働くから、やはり耳下腺が多少とも腫れてくる。

したがって、西式の生活を長年やって朝食廃止だとか、断食あるいは純生食を繰り返しているうちに、だんだんこの耳下腺が発達して、いかにも円満そうな福々しい顔貌に変わってくるのである。因みに西先生の、あのいかにも耳下腺の発達したようなお顔を想起すればよい。

唾液腺ホルモンが、われわれの老化防止、若返りに、非常に必要なホルモンであることが判ってきた。変形性脊椎症のような、腰や脚の痛む病気も、このホルモンに関係があるのである。

われわれはいつまでも若く健康であるために、ぜひこの唾液腺がよく発達し、萎縮に陥らないように、適当に断食とか純生食あるいは朝食廃止の少食主義によって鍛えておかねばならぬ。決して、現代医学者がいうように注射によって、このホルモンを補給しようというような邪道に陥る必要はないのである。

唾液腺が適度に発達して、いつまでも若く、少量の食事や純生食でも痩せもしないで活力に富み、睡眠時間は短くても一日一日を十二分に活用できるような人間になる方法は、西医学を措いて他にないということが、最近の唾液腺ホルモンの研究によっても、ますますはっきりと証明されてきたのである。

素晴らしいかな西医学！

私は一筋にどこまでもこの道を進みたい。可能性の限界にぶち当たって、もがき苦しむとも、必ずやその障壁を乗り越えて進む道は開けるものと信じて！

何を食い何を飲まんと思い惑うこと勿れ。

神は我をして、此の世に真の健康法を伝えしめんが為に

生み給いしものなりと心得よ。

汝、齢既に四十。今より後は、神に捧げし命なりと感得

して、日々精進を怠らず、以て天職を全うすべし。

右は、私が夕食を終えてホッと気がゆるみ「何か食べるものが欲しいな」と思うような時に、いつでも思いだすようにしてある『座右の銘』である。

解 説

この投稿はもう一つの道に4回にわたり連載しました。これは甲田先生から悩んでいる人及び健康を希望する人へのエール（声援）だと思います。実行は最初困難で苦しいけれども、習慣となれば苦痛でなくなり、難病は克服され、健康な人には時間と頭脳が与えられて人生を成功に導いてくれます。現代の問題は現代の食生活によって生じており、生野菜食療法はそれに対する究極の解決法と云えます。平成19年の4月に大阪で健康むら21ネットの講演会が催され、甲田先生の指導を受けた少食実践者27人が体験談を披露しました。潰瘍性大腸炎や脊髄小脳失調症等の難病患者の方々が発表しましたが、中でも筋萎縮症の60代の方が、現代医学では治療法がないと宣告され、悲嘆に暮れているなか甲田先生と出会い生菜食指導を受けて実践し、通常の社会生活を送り無事定年まで勤めあげ子供を育てることが出来ましたと涙ながらに報告された時には思わずもらい泣きしてしまいました。甲田先生が40歳の時の投稿ですが、先生が天職を全うされて83歳の時に成果が発表されたこととなります。こういう先生を持って私たちは幸せです。興味のある方は当院にご相談下さい。