

栄養を知ることが、 一番の処方箋。

良性の乳腺腫瘍から1年後、乳がんになった60代の女性は、手術後、医師の処方薬を飲まずに栄養療法を続けることで20年間「再発なし」の状態を維持しています。かなり稀な例ですが、どんな栄養療法が役立ったのでしょうか？ 前号の続きを見ていきましょう。



乳がんで「ステージ2」と診断された女性は、幸いにもリンパ節に転移していなかったことから、1ヶ月後に手術をし、術後はホルモン療法を勧められま

す。しかし副作用が気になり、医師に尋ねると「稀に子宮体がんになる人もいます」と言われたことが、栄養療法を始めるきっかけになりました。

同じ時期に、同じ乳がんでステージ2と診断された知人女性は、医師の指導にしたがって治療を続けたにもかかわらず2年で亡くなります。その時に女性が思ったのは「病院とうま

く付き合いながら、医療だけに依存しない強い体にするにはどうしたらいいか」でした。

その結果、ボタニック・ラボラトリーの森山先生のアドバイスを受け、栄養指導を実践することで状態の改善に努めます。家族との8人暮らしだった女性は、夫や子どもたちと同じ食事をしつつも極力、糖質や塩分を控え、生野菜やブリ、サバなど青身魚はじめ、なるべく自然のものを多く摂るようにします。

一方で、1日500mlのペットボトル4本分の水を飲み、ポタラボグリーン、ポタラボキャロツ

トを毎日1〜2リットル摂取したそうです。森山先生によると、栄養を体に行き渡らせるには「量」を多く摂ることがポイントで、この女性は徹底して実践したと言います。さらに解毒を促すコーヒー浣腸も、ほぼ毎日行っていたようです。

栄養を体に入れていくうちに、女性は「日に日に元気になっていくのが自分でわかった」といいます。不思議なもので、いつの頃からか職場の同僚や知人から「いつも元気やね」「病気が治ったの?」と声をかけられたり、医師から余命宣告を受けたがん患者さんからアドバイスを求められることもありました。

そうして医師の処方薬を飲まないまま月一回の通院を続けました。そして手術から5年経過後の検査で「再発なし」と診断され、栄養療法の継続が強い体をつくることを確信します。以来、現在に至るまで女性は栄養療法をずっと続けており、ここ13年間はがんの再発はもちろん、大きな病気をした経験もありません。

それどころか、60歳を機に女性には健康指導師の資格を取り、いまでは糖尿病や透析を受けている人たちに、栄養指導を行ううまでになっています。仲のいい薬剤師とセミナーを開いて子育て支援などにも力を入れており、「お年寄りだけではなく若い人、子どもたちを守りたい」と栄養の大切さを伝える活動もしています。

あみやましんいちろう
秋山 真一郎



医師・医学博士、カナダマギル大学臨床腫瘍学客員教授。NPO法人がんコントロール協会理事。がん免疫治療と植物栄養素を中心とした免疫栄養療法など、副作用のない多角的療法で成果を上げている。