

# 脱アレルギーへの鍵は、食と栄養だった。

幼少の頃から小中高校、社会人になって出産するまでおよそ30年近く、様々なアレルギー症状に悩まされてきた30代後半の女性Sさんは、今から8年前に衝撃的な出会いによって人生が一変します。その日を境に栄養の重要性に目覚め、食生活を根本から直すことで新しい自分を発見するのです。その出会いとは何だったのでしょうか？



28歳の時に第一子を出産したSさんですが、1ヶ月検診で子どもに「乳児湿疹」が見つかり医師からステロイドを処方されます。Sさんのアレルギー体質が、子どもにもどう影響したかはわかりません。が、妊娠がわかってからもSさんは「果物や麺類、ピザにコーラにポテトフライなど偏った食生活は変えなかった」そうです。

めまいなど、相変わらず不調が続いていました。そんなある日、取引先の紹介で「健康セミナー」への誘いを受けます。今から8年前のことです。それがボタニック・ラボラトリーとの出会いでした。そこで初めて森山先生の話を聞き、衝撃を受けます。

「カロリーを摂取しても空腹感が続く理由」「がんは粘膜にしかできない」などの言葉が胸に刺さります。何より心を動かしたのは、ビタミンA不足を補うにんじんジュースでした。もしかしたら自分に足りないのはビタミンAかもしれない。そう思ったSさんは、スロージュースを買い込み、無農薬の人参を1ヶ月で40キロも購入、毎日700〜800ccのにんじんジュースを飲み始めます。

すると不思議なことに1週間もすると空腹やイライラがなくなり、胃の調子も良くなっていききました。2週間目には「肌がきれいになった」のを実感し「野菜の力はすごい！」と思いつけられます。その後、約半年間ににんじんジュースを飲む生活を続けました。

栄養についてもっと知りたいと思ったSさんは、セミナーに頻繁に足を運ぶようになります。そして栄養の摂り方について森山先生から徹底指導を受け、ボタラボグリーン、ミネラル、ビタミンB、EPAも補給するようになりました。

するとSさんの体は、驚くほどの回復ぶりを見せます。痒みやイライラはいつの間にか消え、元気がみなぎり、毎日活発に動けるようになりました。同時に、食事と栄養を根本から見



あきやま 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。

直し、栄養のバランスを考えた料理をするようになりました。

アトピーの子どもには、ボタラボキヤロットにミネラルを混ぜて毎日飲ませ、甘いものや小麦粉は極力控え、タンパク質、野菜を多く摂るようにしました。小学校に入る前にはステロイド薬をやめることができ、今はすっかり良くなりました。重度の花粉症だったご主人も徹底した栄養補給に取り組み、数日で症状がおさまったそうです。

食事を見直し、足りない栄養を補給するだけで人はこれだけ変わるのです。Sさんは今、自身の経験を生かし、アスリートや一般女性の栄養指導、サポートをされているそうです。