

安保流「がんを治す4か条」

最近、話題沸騰・ベストセラーになった「免疫革命」の著者、安保徹教授(新潟大学大学院医歯学総合研究科教授)の監修された著書、「安保徹の免疫学入門(宝島社出版)」から、がんについてのお考えと、治す方法を抜粋させていただきました。

がんは、免疫力を強めることで治すことができる。

「現代医学は、誤った方角へ進んでいます。

・・・たとえば、たばこが肺がんの原因である、といわれています。

しかし今日、喫煙率は年々低下しているはずなのに、それとは正反対に、肺がんによる死亡率はどんどん高くなっている。

これを、どう説明できるのでしょうか。

・・・発がん物質ががんを発症させるということは、誰も証明していない。

たんに、イマジネーションでいっているだけなのですね。

がんと診断されたとき、『このがんの原因はたばこです』とか、『自動車の排気ガスですね』と指摘できる医者はいません。

がんは、免疫抑制の極限で起こる病気なのです。

がんにかかった人は、体の中の免疫が徹底的に抑えつけられるような強いストレスがあったはずで。

私たちの気づいたことは、がんの患者さんのほとんどが、体内のリンパ球の減少によって『免疫抑制』の状態になっているということでした。

こういう状態に陥ると、体全体を調整する自律神経の一つである交感神経が緊張状態になります。

これは働きすぎだとか心に悩みがあるなど、肉体的・精神的な強いストレスが原因になっているのではないかと考えました。

そこで、患者さんにたずねてみたところ、その考えは、見事に的中したのです。

・・・この肉体的・精神的なストレスこそ、がんの真の原因だったのです。

即刻、今受けている治療をやめてください。

そうして副交感神経を刺激する生き方をすれば、1～2年もしないうちにがんは治ります。

がんの原因は体質的なものだとか発がん物質の刺激によるものだと考えられてきましたが、発がんの本当のメカニズムを捉えていないのですから、実はいまだに治療法は確立していないといっている。

そのため、がんは悪いものだから、それを取り除こうとか叩いて小さくしようという道をたどっている。

それが、手術であり抗がん剤の投与や放射線照射という治療法なのです。

これらは『がんの三大療法』といわれているものですね。

多くの患者さんは、当然のことのように受け入れています。

ところが、がんの発生のメカニズムの解明が間違った道筋をたどっているのですから、それに基づく治療方法が常に正しいとは限らないのです。

さらにこれらの三大療法はいずれも、免疫システムを抑制する方向にあることに大きな問題があります。

すでに述べたように、がんの本当の原因は強い免疫抑制状態にあるのですから、方向が180度違っているのです。

たとえ一時的にがんが切除されたり、小さくなったりしても、いずれ再発する可能性もあり、その時には、免疫力が弱まっていてがんと戦うことが出来なくなってしまいます。

がんと聞くと、とてつもなく凶悪な細胞を連想し、生じてしまったら周囲の正常な細胞を次々と破壊していくという、おそろしい悪の権化のようなものを連想する人が多いと思います。

しかし、実は、がん細胞の生命力は強いものではないのです。

発がんの研究を行う場合にはネズミが実験に使われます。

このとき、ネズミにがんを発生させようとする、がん細胞を100万個も注射しなくてはなりません。

それでようやく発がんする。ところが、リンパ球を減らしたネズミ、つまり免疫力を弱くしたネズミの場合には、1000個のがん細胞で発がんします。

がん細胞は、それほどリンパ球に弱いというわけです。

健康な人の体内でも、毎日100万個ほどのガン細胞は生まれています。

しかし、発病に至らないのは、免疫力が働いてがん細胞を殺しているからなのです。

がんは、免疫力を強めることで治すことができます。

同時に、免疫力を高めるということは、がんの予防にもつながるわけです。

安保流 がんを治す4か条

1 ストレスの多い生活のパタンを見直す

ムリせず、ラクせず。「目標の7割を達成すればよし」とすれば精神的なストレスはたまらないし、肉体的にも負担がかかりません。

さまざまなストレス

①職場では仕事の量は多くスピードはアップ状態

②リストラや職場での人間関係③家庭でも夫婦間問題、子供の教育問題、住宅ローン問題、老親介護問題などが山積

2 がんの恐怖から逃れる

がんは決して怖いものではなく、がん細胞はむしろ「弱い細胞」です。治そうという心こそが大切です。

がんは不治の病ではありません。恐怖など感じる必要はありません。

3 免疫を抑制するような治療を受けない。受けているような場合はやめる。

間違った方向に進んでいる三大療法では、がんは決して治りません。
ときには、悪化させずらします。

リンパ球が増えて交感神経の緊張状態が改善されると、がんは退縮していきます。

ですから、もし手術、抗がん剤、放射線照射などの、免疫を抑制する治療を受けようとする場合あるいは受けている場合には、すぐにやめるべきです。

4 積極的に副交感神経を刺激する

玄米や食物繊維を多くとりましょう。

また小魚、小エビ、発酵食品などはほぼ完全な栄養素が含まれています。

副交感神経を刺激するとリンパ球が増えて免疫力がアップします。

- ①体にいい物を食べる
- ②軽い運動を続ける
- ③笑う