



それ、ウソです

丸山寛之(医療ジャーナリスト)

第31回 「比率」の変転

老人性痴呆は、アルツハイマー型痴呆症と脳血管型の痴呆症があり、日本ではこれが七対三の比率で発生している(欧米は逆で三対七といわれている)。=水野肇「病気をだます 熟年健康法」読売新聞社刊。

いまから21年前—1989年発行の本の中の記述である。一読すると(再読、三読しても)、日本の「七」は「アルツハイマー型痴呆症」で、欧米ではそれが「三」であるというように読める。事実はそうではない。

当時、日本では「脳血管型」が圧倒的に多く、欧米では「アルツハイマー型」が老人性痴呆の大半を占めていた。

むろん、そんなことぐらい医事評論の第一人者がご存じないわけではない。筆がすべったというか、うっかり書き損なったのを、編集者も校正者も、その間違いに気づかなかっただらう。

ところが、20年経った現在、このウソはほぼホントに変わった。というのは、その後、日本でもアルツハイマー型が増え、脳血管型は減り、欧米並みの比率に近づいたからである。

「痴呆症」という病名は、2005年に「認知症」に変更されたが、現代日本人の3大認知症は、①アルツハイマー型50%、②脳血管型20%、③レビー小体型20%—といわ

丸山寛之 プロフィール

NPO法人日本医学ジャーナリスト協会会員。1932年、鹿児島県生まれ。新聞記者、医学雑誌編集者を経て医療ライター。著書=近刊『「がん」はいい病気』(マキノ出版)「読むサプリ」(明拓出版)のほか、「この酔狂な医者たち」「名医が治す」など。雑誌『社快』に「名医に聞く」、地方新聞16紙に「健康歳時記」を連載中。



れている。簡単に説明すると、①は脳の神経細胞が変性し脳が萎縮するために起こる。②は脳の血管が詰まる脳梗塞がもとなるものが最も多い。③はレビー小体と呼ばれるたんぱく質のかたまりがたまって、神経細胞が変性するために起こる。約30年前、日本人の研究者によって報告され、1995年に国際的な診断基準ができた。まだあまり知られていないため、正しい診断、治療を受けられずにいる人も少なくないようだ。

そこへもってきて、近年、ピック病という新手の難敵が注目を集めている。40~64歳に発症する若年認知症ではアルツハイマー病に次いで多い。これが他の認知症と異なる特徴は、初期には記憶障害(物忘れ)はほとんどみられないが、他人を顧みず自分勝手な言動をする性格変化や社交性の消失、物事への無関心、ワンパターン行動が目立つ。抑制が欠如し、万引きなどの軽犯罪を犯しても、なぜ悪いか説明できない。やがて物忘れも出てきて、話したいのに言葉が出にくく、同じ言葉を繰り返し、言葉の意味がわからなくなるなどの言語障害も現れる。

若年認知症は、働き盛りに発症するため周囲への影響が大きい。異変に気づいたら産業医や認知症の専門医に早めに相談しよう。



~日本人だなあ、と感じる時 編~



沖知美

スポーツの国際試合になると、尋常じゃないくらい日本チームの応援をします。バンクーバーオリンピックも燃えました!私は韓流スターが好きですが、たとえヨン様やフィギアを滑ろうとも、高橋大輔君を応援する心は揺るぎません...それが日本人を感じる時(笑)です。



実松千恵子

お風呂に入っている時「日本人だなあ」と感じます。毎日湯船に浸かって、一日のことをゆっくり振り返ります。すると、しれたことを思い出したり、いい考えが浮かんだりします。外国に生まれてたらこうはいかないなと思うと、日本人で良かったです。



重富幸治郎

仕事の昼休みに、時々うどんやそばを食べます。好物は肉うどんですが、夏にざるそばを食べる人を見たりすると、日本の風情を感じますね。何かで見たけど、外国の人は麺がすすれないんだとか。あの一気にズズッといく快感が味わえて、僕は日本人で良かったです。



印藤晋一郎

20歳を過ぎてから、すっかり和食党になりました。お米を食べないと、食事をした気がしません。おかずは出汁の効いた肉じゃがとかおでんとか山菜の煮物とかが大好きです。こりゃ、海外に行った時に食事で苦労するなと思うと、自分は日本人だなあと感じます。



編集後記

私の住む町にはこの時期になると蛍が飛びます。暗い川の上をグリーンの蛍光色がほのかについたりきえたり...毎日の生活で季節感を忘れてしまう時今どこにいるのか教えてくれます。小さな生き物が感じさせてくれる大きな力でしょうか。(沖)



株式会社 オルティック

〒810-0001 福岡市中央区天神2-8-41 福岡朝日会館11階
TEL.092-737-2128 FAX.092-737-2137
http://www.ortic.co.jp

月刊 つばさ



あなたと、あなたのお店を訪れるお客様の健康のために、お役に立てたら幸いです。

2010年6月号

変わっていくもの変わってほしくないもの

東京タワーのライトアップを見るのも私の出張の楽しみの一つです。最近では建設中のスカイツリーもそのひとつに加わり、効率よく仕事を終わらせるには、やはり段取りが大事!と初心に帰っているところです。



昨年の夏ごろから「うちが青汁の配合をしたら、何を入れるだろう?」と考えるようになりました。市場にはすでに多くの青汁が出ていましたから、よそと同じものでは意味がありません。「素材全部を有機野菜にできないかなあ?」とは思いましたが、それは現実的に不可能なことでした。

全ての作物を有機栽培している農業法人があると聞いて、島根へ向かったのは3月下旬のこと。そこは四方を山に囲まれ、手つかずの自然が残された場所でした。明治時代から養蚕を生業にしていた地域で、一度も農薬を使用したことがないというのです。その清らかな土地で育つ野菜は、噂どおり、全て有機栽培でした。

今回ご縁ができた「しまね有機ファーム」は有機栽培による農業の技術を確立され、UターンやIターンで都会から来られる方々の受け皿となる事や、廃校になった小学校を改修しJAS認定の加工場を設置して、同時に地元の雇用も拡大するという「誰もが喜ぶ農業」を実践されています。やっと叶った「理想の青汁」の製品化。その1包1包に農業に真摯に取り組む人たちの思いを詰めています。おいしさも、栄養成分も、安全性も、何ひとつ妥協しない理想の青汁をみなさまへお届けします。



株式会社ORTIC
代表取締役

印藤 晴子



ずっと追い求めていた“理想の青汁”が出来ました！

ORTICがみなさんに「ぜひ飲んでいただきたい」と自信をもってお薦めできる青汁が、ついに完成しました！今回はその理由と、商品の内容をお伝えします。

|| 1 || ORTICが追い求めた“理想の青汁”。

野菜に含まれる栄養素には血流改善や免疫力向上、便秘解消などの効果があり、私たちの健康を維持するために欠かせません。しかし私たち現代人は、1日に必要な量の8割ほどしか摂取できていないのです。こうした現状から、青汁という健康食品は生まれました。ひと昔前は飲みづらい印象がありましたが、近頃では美味しい青汁も多くなり、愛飲者も増えています。

でも、美味しく飲めれば、それでよいのでしょうか？健

康食品は継続的にご愛用いただいでこそ、本来の効果を発揮します。美味しさはもちろん大切ですが、栄養バランス、機能性、そして何より安全性の優れたものでなければ、お客様にお薦めする意义がありません。ORTICが求める“理想の青汁”をつくるには、全ての条件を満たしてくれる良質な素材を、安定的に確保できなければなりません。

|| 2 || 実現できたのは、一つの出会いから。

良質な素材の確保という難題を乗り越え、理想の青汁づくりに踏み出せたのは「しまね有機ファーム」との出会いがあったからです。「しまね有機ファーム」のある島根県江津市桜江町の周辺は、明治時代から養蚕が盛んな地域でした。蚕はとてもデリケートな昆虫で、ほんの微量の農薬がエサに入っても死んでしまいます。そのため、蚕のエサとなる桑を栽培していた桜江町一帯の大地は、化学的な農薬や除草剤によって汚染されたことが一度もありません。山に囲まれた地域です

から、周辺の農薬さえ飛来してこないのです。養蚕が衰退してしまった近年、この豊穡で清らかな大地を活かし、様々な作物を有機栽培で生産しているのが「しまね有機ファーム」です。最高の環境と栽培ノウハウ、そして作物への情熱をもたれている農業法人です。

この農場との出会いがなければORTICが理想とする青汁が作られる事はなかったと言っても過言ではありません。

しまね有機ファーム



|| 3 || これがORTICの「有機青汁」です！

ORTICの「有機青汁」は素材の全てが有機JAS認定です。しまね有機ファームからの5種類の有機素材と、京都宇治田原および奈良の圃場で有機栽培された宇治茶を使用しています。デキストリンなどの副原料を一切混ぜず、最新の技術で粒子のこまかなパウダーにして個包装にしました。溶けやすいので、牛乳やスープ、お味噌汁などに混ぜても美味しく飲めます。ぜひ、毎日の食卓に有機野菜のパワーを取り入れてみてください。

■有機大麦若葉

生命力の強い大麦の新芽。ビタミン、ミネラル、食物繊維などが豊富です。強い抗酸化力をもつGIVや、血栓予防や細胞強化に働く葉緑素も含まれ、心臓病、肝臓病、精神安定などに効果的です。

■有機桑葉

昔から漢方薬としても珍重されてきた桑。桑にしか含まれない特有成分DNJには、糖の吸収を抑制する働きがあります。さらに、桜江町産の桑に動脈硬化を抑えるフラボノイドが特に多いことが近年わかりました。

■有機はと麦若葉

ビタミン、ミネラル、食物繊維のほか、強い抗酸化作用や抗腫瘍作用をもつ成分も豊富。また、健康な肌に必要な成分がバランスよく含まれており、肌荒れ、シミ、吹き出物などの予防にも有効です。

■有機ケール

ガンの元凶である活性酸素の抑制、視力の回復と向上、抵抗力強化、ストレス緩和、整腸作用、血栓予防など、機能性に優れた成分を多く含むケール。キャベジンと呼ばれる成分は胃腸薬にも使われています。

■有機ゴーヤ

ビタミンCが豊富なうえ、独特の苦味には血糖値やコレステロール値を安定させる働きがあります。また、果実や種子に含まれる成分には、ガン細胞の増殖を抑える効果があるとされています。

■有機宇治茶

渋み成分のカテキンは、ガン予防に効果的といわれます。また殺菌、虫歯・口臭予防、高血圧予防にも有効です。豊富なビタミンCには美白効果も。茶葉を粉末にしたので、お茶を飲むより有効成分を効率よく摂れます。

OEMIによるオリジナル商品開発も承っております。

