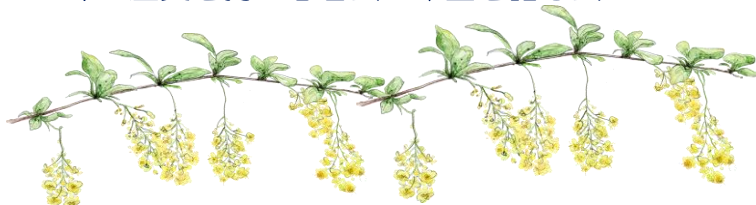


希望を語る

2000 年 8 月発足

24 年の歴史を持つ患者会“希望を語る会”ニュースレター



希望を語る会事務局：健康増進クリニック

TEL03-3237-1777 Fax03-3237-1778

www.kenkou-zoushin.com info@kenkou-zoushin.com

日本のラドン温泉

院長 水上 治

今月は2つのラドン温泉を取り上げます

1. 玉川温泉

岩盤浴で有名で、がんの人で賑わっていますが、ラドンはあまり出ていません。岩盤の γ 線は強いところで3~7 μ シーベルト/時程度（普通都内の土地では0.5 μ シーベルト/時程度）です。更に、屋外なので、ラドンガスが飛んでしまい、がんに対する効果は弱いのです。源泉は強酸性のため、長く浸かれません。

2. 三朝温泉

三朝温泉はラドン濃度が3倍程度多いです。岡山大学山岡聖典教授等の研究で、入浴で血中のがん抑制遺伝子 P53 レベルが2倍、スーパーオキシド・ディスムターゼ (SOD) 活性が15%高い結果が出ています。さらに、15名の男性に実験を行い、岡山大学三朝病院にある高濃度ラドンルーム (2080Bq/m²) に入室している人は、低ラドン濃度 (54Bq/m²) のルームの人よりも、SOD 活性やキラーT細胞などの活性が高い結果が出ています。これらは、がん医療に期待を抱かせるデータです。岡山大学の御船医師等による、三朝町民と近隣の町民とのがん死亡率を比較した論文では、全がんが0.67、胃がん0.59、肺がん0.55と低いことがわかりました。

【ラドン温泉効果】～多数の論文をまとめると～

1. 抗酸化作用
2. 免疫賦活作用
3. P53 などがん抑制遺伝子の活性化
4. ミトコンドリア活性化作用

上記メカニズムの相乗効果により、ラドン温泉ががん医療に役立つことは間違いありません。

【当院のラドンルーム】

ラドン温泉の医療版が、ラドン療法です。ラジウム鉱石が発する α 線がつくるラドンという気体を閉鎖空間に貯めて、肺から体内に取り込む方法です。ガシュタイナー・ハイルシュトレン病院をモデルにして、1畳ほどの部屋の壁にラジウムの粉末を吹き付けています。空中の高濃度ラドンと、壁からの γ 線との相乗効果を期待しています。基本的に週2時間程度の入室を推奨しています。ラドン浴単独での、強力な腫瘍縮小効果を得ることは難しいですが、全般に患者さんのQOLがよくなり、化学療法の副作用軽減効果は明らかです。免疫賦活効果のせいか、化学療法の効果を押上げている感覚は強いです。がんの方もそうでない人も当院のラドンルームをお勧めします。

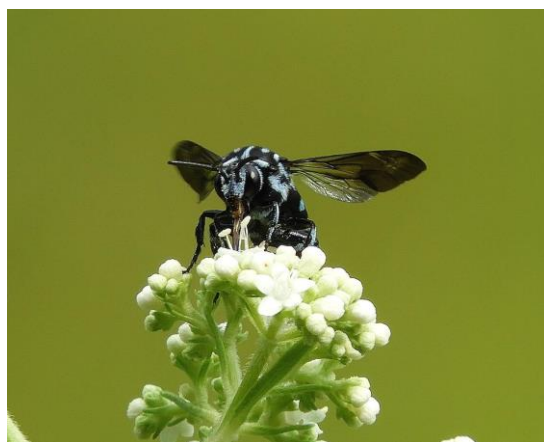
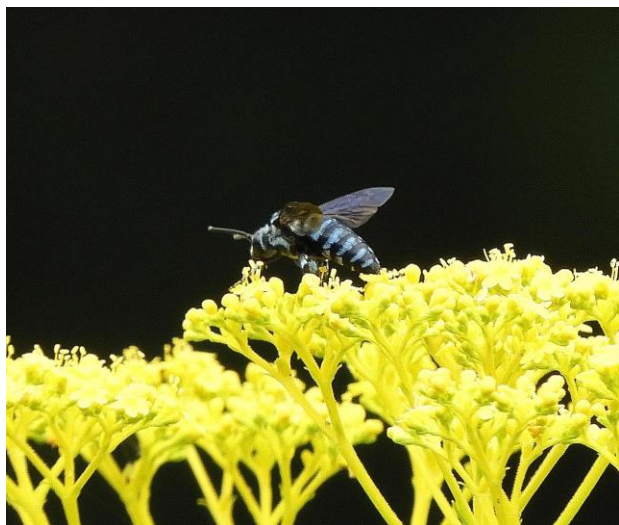
五行歌

小林美智代さま

この頃
よく夢を見る
只々なつかしい
私はどう生きてきたか
言葉がない

仕事をやめて
家にいる
今
時間をもて余す
何とかしたい

何かやってほしいことが
あったら
云ってもらわないと
わからない
孫のたくましい成長



幸せを運ぶ青い蜂
ルリモンハナバチ（ブルービー）
S.S

みーこねーちゃんの絵手紙

佐藤美恵さま



今月の絵手紙は、半身麻痺になる前の作品です。10年前に美恵様から妹様へ送った絵手紙です。

佐藤様はH7年に脳梗塞で左半身麻痺となり、H24年より当院にて鍼治療を開始しました。元副院長の加藤医師の勧めで始めた絵手紙。もともとは右利きですが左の麻痺を克服するために、左手で描き始めました。それを北海道在住の妹さんに送ったところ、とても喜んで、ご家族の皆様で毎年カレンダーにしてくださり、クリニックにも送ってくださいます。待合室の所に飾ってありますので、ご家族の愛のこもったカレンダー、ぜひ実物をご覧ください。

サプリメントのご紹介



—アミノピュア—

人間の体を構成する最も重要な物質、「タンパク質」は 20 種類のアミノ酸で構成されています。その中でも L-グルタミンは、体内に存在する全てのアミノ酸の 60% を占めており、生体維持に重要な働きをしています。このように、体内で最も多用されるため、非常に枯渇しやすいのです。これをサプリメントで摂取することは、健康維持にも非常に重要と考えられます。憩室炎治療については、99% 以上の有効率を得ています。

※ 憩室炎（けいしつえん）とは

大腸の壁にできる袋状のくぼみに炎症が起こることを、憩室炎といいます
発熱やおなかの痛み、吐き気などが現れます

【L-グルタミンの働き】

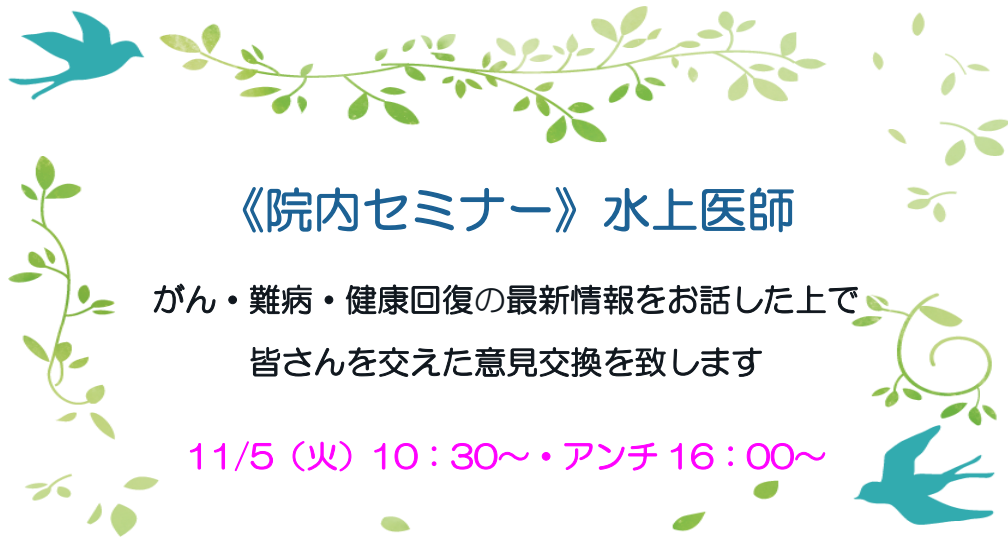
- 抗酸化作用：抗がん剤・放射線治療中の副作用軽減
- 疲労回復、免疫力向上作用：大腸・小腸の細胞や免疫系の細胞修復
- 下痢改善作用：腸内の水分やナトリウムを吸収、促進する働き
- 細胞修復作用：傷の治癒を促進・肌トラブルの改善・筋肉痛予防
- 筋力の維持：筋肉のたんぱく質を合成し、その崩壊を抑制
- 肝障害改善作用：肝細胞再生促進
- 体内エネルギーの産生：持久力維持、向上
- インスリン分泌増強：糖分の多い清涼飲料水を多用した際に起こる高血糖状態を改善

アミノピュアはこのような素晴らしい力を持った L-グルタミンが
99.99% の純度で含まれています

【飲用方法】

- * 化学療法中・ストレス過多・強い肉体疲労・腸管疾患・自己免疫疾患の場合 20~30g/日
- * 健康維持 5~10g/日





《院内セミナー》 水上医師

がん・難病・健康回復の最新情報をお話した上で
皆さんを交えた意見交換を致します

11/5 (火) 10:30~・アンチ 16:00~

曜日	治療時間	電話受付
月・火・木	9:30~16:30	9:15~16:30
金	9:30~17:00	9:15~17:00
日曜日 (月2回)	9:00~14:00	8:45~14:00
※ 日曜診療日：10/6・10/27・11/10・11/24		

クリニックのお花たち



ススキ・リンドウ・藤袴



ケイトウ・カーネーション
姫はまわり・ルスカス



ピンクッション・ルスカス
ピペリカム



りんどう
ワレモコウ

いつまでも暑くてうんざりしていたところに、慌てて秋が駆けつけて来たようです。寒暖の差にお身体の調子が狂わないよう、気を付けてお過ごしくださいませ。

クリニックにも秋のお花がちらほらと出てきました。どうぞ楽しんでください。



ヒメヒコダイ
スターチス