

免疫と長生き…… 不良長寿

奥村康氏

- ◆ 正月もちを喉に詰まらせて亡くなる人は 毎年400人ほどいる。そして4800人が風呂場で倒れて死ぬ。また7、8月にゴルフ場では30名ぐらいの人が亡くなる。風呂場で亡くなる人の90%は血圧の薬を飲んでいる人で、ゴルフ場で亡くなる人の90%は60歳以下の人で 前の晩に深酒した人そして賭けをしている人のようです。
- ◆ 脳梗塞の人は3時間以内に治療すれば障害が無く生きることができる。サッカーのオシム元監督も脳梗塞で倒れたが 奥さんが直ぐに病院へ連れて行き2時間半つまり3時間以内で治療したから助かった。順天堂大学病院は365日、24時間患者を断らない。



不老のサイエンス 長寿のサイエンス

- ◆ 不老長寿に関して女性に女性ホルモンを注射すると若返ることが知られている。しかし、乳がん、子宮がんに罹るリスクは100倍となる。従って日本では認められていない。
- ◆ 昨今は成長ホルモンについてよく調べられている。これは子供を大きくする、小人症をなくす効果がある。80歳、90歳の人を10歳ぐらい若返らす。年を取るのを止める作用がある。ホルモンがホルモンを呼ぶといった具合である。これはβエンドロフィンと言い、所謂スケベホルモン（ムラムラホルモン）である。副作用はほとんど無い。
- ◆ アメリカの畜産業界では牛、豚に成長ホルモンを使っている。従って生育は早いし、肉も柔らかくなる。但し日本では農林省が許可していない。
- ◆ 21世紀の医学は 再生医学と心の医学であるといわれている。
- ◆ 英国の大先生がユーゴスラビアで50歳の男性を大雑把に性格ごとに分けて長寿について調べた。その結果目的達成が自分の所為にする人に比べうまく行かない事を人の所為にする人が長生きする傾向にある。つまりモノの考え方が真面目な人ほど早死にする。ただ、これは後で考え方をえるようにさせると真面目な人も長生きする。
- ◆ 第一生命でのデータでは、1部上場会社に勤めて部長で定年になった人の余命が7年8か月と短い。これは日本の典型的な真面目人間の性格な方で、部長以上の役員などになった人は悪い性格で長生きする結果となった。

コレステロールの抑制は危険

- ◆ フィンランドで40～45歳の男性を一方は健康管理を厳しく管理、介入された600名のグループ、酒たばこ自由な600名のグループに分け15年経過後を観察した所、酒たばこ自由なグループでは死亡者はゼロであったが、管理されたグループでは17名が死亡した。これは コレステロール、脂肪、血圧の影響が予想された。また、ストレスが発散できず免疫力が下がった事が原因と考えられた。
- ◆ コレステロールの正常値がいくらかはよく分かっていない。トータル値が300に近い人ほど長生きする。また、これを薬で下げると発がん率が高くなる。また、鬱にもなる。コレステロールは脳の働きと非常に関係が深い。また、強い血管をつくるのにも有効である。
- ◆ 血圧は薬で調整して200以下にすると長生きするというデータは無い。血圧は個人ごと自律神経で調整されており、薬で下げるといったことをしていると脳梗塞になり易い。
- ◆ たばこは悪さとしてはある遺伝子を持った人は肺気腫になる。また、食道癌、咽頭癌などになり易くする。一方良い点は、パーキンソン病に成りにくい、またボケ、アルツハイマー病になりにくいなど良い点がある。



NK活性を上げよう

- ◆ ニコチン、そろばん（お金の心配）することは脳に一番刺激を生み、ボケにくくなる。
- ◆ 彼の安部総理はかつて潰瘍性大腸炎になったが これはたばこを吸っている人ではない。ただしニコチンのようなステロイドホルモンはよく効くが、使いすぎるとステロイドハイになる。たばこを吸うと免疫力が強くなる。
- ◆ 人間の細胞は毎日1兆個生まれる。そして5000個は不良、これが癌細胞である。これをやっつけるのがNK（ナチュラルキラー）細胞と言う。70歳、80歳と年齢が嵩むとNKは弱くなる。
- ◆ NK細胞は自ずからガン細胞やウィルスなどを攻撃する。いわば交番のおまわりさんみたいなもので、T細胞やB細胞が軍隊だとすると、軍隊が出動しない時も、お巡りさんはしっかり見張りをして不良をたたいてくれる。
- ◆ 1年に1, 2回しかウィルス性風邪を引かない人はNKが強い。ただし、ストレスには非常に弱い。
- ◆ 人の悪口を言ったりといった気ままな人はNKを上げることができる。

（記 事務局 矢島健児）