

大学院で化学を専攻した三旺代表がアトピーを患い、克服に至るまでのストーリー

## 私のアトピー履歴 「アトピー克服までの道のり」

### 第9章 カラダは内側と外側の菌で守られている！



アトピーに悩んでいた時の弊社代表

#### <前回までのあらすじ>

アトピー性皮膚炎の原因がカビ類ではないかと思い、病院で肌のパッチテストを行ったところ、発酵食品を含むカビ類全般にアレルギー反応を起こしていたのです。そこから学んだことは・・・

肌のパッチテストの結果、私は発酵食品を含む全てのカビ類にアレルギー反応を持っていたことが分かりました。当時、酵母(カビ)に疑いを持ち、想定した“カビ類全般に反応しているのでは？”という自分の仮説が見事的中したのです。ただ、アレルギーを特定した嬉しさとは別に、味噌などの発酵食品が反応していたので、私の気持ちは複雑でした。でも先生はこの結果に深く頷きながら、“アトピー性皮膚炎はどうもカビと関係が深いんですよ…”と言われたのです。



しかし、そのような状況下で、人間に馴染みのない、あるいは相性の悪い酵母(カビ)など“生菌”を直接体内に取り入れたらどうなるでしょう？体にとっては、未知の物質が入り込むわけですから、相性が悪ければ、ある程度の衝撃を受けることは想像に難くないのです。一時的に下痢で済む場合もあれば、パンなど微量の酵母が体内に入り続けることで、腸内細菌叢が乱れ、慢性的な便秘や炎症を起こすことも考えられます。アトピーでひどく悩み始める前に、私は発酵に魅せられてパン作りにハマりました。砂糖や牛乳を加えないで作る天然酵母パンにある種の誇りを持っていました。でも今の私にとって、天然酵母パンは要注意な食べ物の1つです。なぜ



実はこの言葉が、私にとってアトピー改善の大きなヒントになっていったのです。ヒトの腸内ではおよそ1000種類の細菌が、数にして100兆個存在すると言われていました。そして腸内ではそれぞれの菌が調和を取りながら、細菌叢(腸内フローラ)が形成されています。また外敵からカラダを守るために肌にも表在菌が無数に存在していることが知られています。つまり、私たちは自分のカラダを守る、ある意味防衛軍のような役割を持つ“菌たち”に守られているわけです。



なら、私たちにとって、りんごやみかん、ぶどうなどはそれなりに親しみのある食べ物ですが、果物に棲み付いた野生酵母(カビ)は日本食に古くから使われる米麹(カビ)などとは違い、親しみどころか馴染みがありません。ましてや果物の外皮に生息する雑種の天然酵母を培養したものであれば、敵か味方か分からない強者の菌たちを自ら生み出し、体内に入れていたわけです。“パンは焼いているから大丈夫でしょう?”というお声もありますが、180℃~200℃以上で焼いたとしても、酵母菌たちは完全には死滅しないとされています。生き延びた酵母菌たちは焼いた後のパンを更に熟成させるため、天然酵母パンは何日か経過したものが美味しいと言われる所以がここにあります。そしてパン自体、小麦粉ですから、発酵させたものとは言え、私のアトピーが酷かった頃のお通じは便秘状態

でした。ですから、どちらかと言えばコロコロタイプ。おそらく天然酵母によって腸内環境が相当乱れていたと思います。ですから私のお通じも世間で良いと言われるバナナウンチとはほど遠いものだったのです。次号へ続きます。

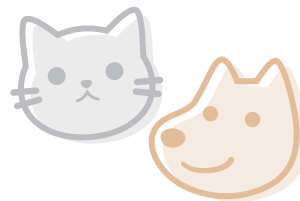


## わんにゃフル情報

「愛するペットの健康維持...いくらかける?」

最近、お客様から『自分が飲んでいるサプリメントをペットに飲ませたい』というお声やどうぶつ病院様からサプリメントに関するお問合せをいただくことが増えてきました。

近年ではペットの高齢化も関連しているのか、ペットの健康維持にかかる金額が増えているそうです。特に毎日の健康にかかせない「食事」に関しては、気にされている飼い主さんも多く、ある保険会社の調査では、ペットにかけた年間支出(フード・おやつ)について、犬は2020年~2022年にかけて年々上昇、猫も2020年~2021年にかけて急激に上昇したという結果がでています。実際「価格よりも質を重視している」という声も聞かれることから、ペットに対す



やんちゃな犬(5歳)と奮闘中の社員がお届け!

る健康意識の高まりが見られます。また、通常の食事だけでは補いにくい「免疫力」や「骨・関節」、「腸内環境」のための栄養素を配合している、ペット用サプリメント市場の売り上げも、年々増加しているそうです。愛するペットのため、あなたはサプリメントをどのように活用していきますか?

ペットにかけた年間支出(フード・おやつ)

	2020年	2021年	2022年
犬	64,745円	65,924円	66,066円
猫	42,925円	52,797円	49,103円

アニコム損害保険会社「ペットにかけた年間支出調査2021-2022」より引用

### 編集後記

あっという間に2023年も4月を迎えますね。満開の桜を楽しめるのはほんの数日間で、桜の儂さを感じます。新学期や新年度の季節になり、気持ちも新たにスタート!と気合が入っております。今年度も三旺をよろしくお願ひします。(小谷)

株式会社 三旺コーポレーション

HPをチェック!

住所	東京都港区麻布十番 2-8-14 2a
電話	03-3769-7538
FAX	03-3769-7539
WEB	<a href="https://sanoh-corp.jp/">https://sanoh-corp.jp/</a>
メール	<a href="mailto:info@sanoh-corp.jp">info@sanoh-corp.jp</a>
受付時間	10:00 - 17:00

