

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33章 タキシフォリンで腎臓が元気に？体験から学んだこと

ミネラル水素サプリを開発した2015年の翌年、栄養療法を学ばせていただいた、私の恩師でもある医学博士・佐藤章夫先生から、「小松君にぜひ紹介したい機能性素材がある」と教えていただいたのが、カラマツ由来のポリフェノールの一種・タキシフォリンでした。その頃は、まさか自社でこの原料を扱うことになるとは、まったく思ってもいませんでした。佐藤先生は、「タキシフォリンには非常に強い抗酸化作用があって、さらに抗糖化作用もある。ケルセチンと同様、アレルギーにも効果が期待できるんだよ」と話してくださり、サンプルを分けてくださいました。さっそく飲み始めてみたところ、翌日から「ん？なんか違うな」と思う変化がありました。実は当時、背中や腎臓あたりに軽い痛みを感じていたのですが、気がつくとその違和感が

※バックナンバー
をご参照ください。



ほとんど気にならなくなっていたのです。このことについては、第18章*にも詳しく記載していますが、当時の私は炭水化物が大好きで、無添加の手作りパンや甘いお菓子、日本酒など、糖質の高いものをよく摂っていました。すると翌日には、背中や手足のしびれを感じるようになったのです。見た目ではアトピー性皮膚炎はほぼ克服していたものの、今振り返ると、体の中では糖尿病の手前のような状態だったのではないかと思います。糖質を過剰に摂取することで血糖値が大きく乱れ、腎臓内の毛細血管に炎症やダメージが起きていた。そのために、背中や手足のしびれといった違和感が出ていたのではないかと考えています。その後、タキシフォリンを継続的に摂取することで、違和感は完全になくなり、その効果



アトピーに悩んでいた時の弊社代表



を改めて実感しました。タキシフォリンについて詳しく調べてみると、製造国であるロシアでは、血流改善や血管保護のために使われているほか、学術論文でも、糖尿病による血管障害、たとえば糖尿病腎症や網膜症に対して良い報告がされていることが分かり、私自身の体験にも納得がきました。アトピーの方には、まじめで悩みを抱え込みやすく、ストレスから食べ物に頼ってしまう方が多くいらっしゃいます。その結果、血糖値が乱れて「グルコーススパイク(急激な血糖値の上昇)」を起こし、毛細血管にダメージを与えてしまうわけです。アレルゲンが何であれ、アトピーと糖尿病は一見関係がないように見えて、実は深く関係していることがあります。さらに翌年の2017年には、国立循環器病研究センターの研究により、タキシフォリンが動物実験でアルツハイマーの原因物質と言われる「アミロイドβ」の蓄積を抑えるだけでなく、排出も促すという論文が発表され、大きな注目を集めました。続きは次号でご紹介いたします。



おすすめ健康情報

身体にいい塩って何？

精製塩・再製塩・自然塩の違い

毎日の料理に欠かせない塩ですが、皆さんはどのように選んでいますか？塩には、大きく分けて自然塩と再製塩、精製塩の3種類があります。「精製塩」とは、海水を電気分解し、煮詰めて結晶化したものをいいます。99.5%以上が塩化ナトリウムであり、海水に含まれる身体によいミネラルが取り除かれています。「再製塩」とは、輸入した塩や精製塩に人工的にミネラルを添加し作ったものをいいます。「自然塩（天然塩）」とは、海水を天日干し、平釜（釜炊き）し結晶化したものであり、天然のミネラルが豊富に含まれています。「岩塩」も海水が結晶化して出来たものですので、自然塩の分類になりま



す。「減塩」と言われるものも販売されていますが、塩化ナトリウムを減らし他のミネラルで味を調整しているものと言われています。

見分け方(工程表に記載あり)

精製塩 ▶ イオン膜、立釜 再製塩 ▶ 溶解

自然塩 ▶ 天日、平釜

人のミネラルバランスは、海水とほぼ同じとされていることから、海水を精製せずに作られる天然塩は、身体によい塩であると言えます。精製塩はお財布には優しいですが、過剰摂取は身体への負担になります。出来れば自然塩を、次に再製塩、精製塩というように、塩を選ぶのがお勧めです。

三旺養生法

心の不調と血液不足

スーパーフード「ビーツ」に注目

最近、「気分が落ち込む」、「やる気が出ない」、「ストレスを感じやすい」といった心の不調を感じていませんか？その原因、もしかすると「血液不足」にあるかもしれません。東洋医学では血液が不足した状態を「血虚」と呼びます。血液は身体の隅々に栄養や酸素を運ぶ重要な役割を担っています。そのため、血虚になるとエネルギーが不足し、心の安定に必要なセロトニンの生成も滞りがちになるため、気分の落ち込みやストレスを感じやすくなってしまいます。

そこで注目したいのが「ビーツ」です。その鮮やかな赤色が示すように、鉄分が豊富に含んでいることから「食べる輸血」と呼ばれています。ビー



ツには鉄分の他に葉酸が含まれており、この2つは血液を作るために欠かせない栄養素です。鉄分と葉酸は、セロトニンの生成を助け、気分の安定に貢献してくれます。また、ビーツに含まれる硝酸塩(NO)には、血流を促進する効果があり、脳への酸素供給がスムーズになることで、エネルギーを生み出す力(ATP合成)もサポートしてくれます。心と体のバランスを整え、ストレスに負けない健康な状態をキープするため、ビーツを活用してみるのはいかがでしょうか。

編集後記

ぬか漬けをきっかけに塩選びにこだわり、今はピランソルト(スロヴェニアの天日塩)を愛用しています。自然な甘みとコクでぬか床の発酵が安定し、漬かり具合も抜群。今月のコラムを通じて、改めて塩の大切さを実感しました。(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	https://sanoh-corp.jp/
メール	info@sanoh-corp.jp
受付時間	10:00 - 17:00

