

# 希望を語る

第 244 号

2021.12.1

2000 年 8 月 発足

## 21 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](http://www.kenkou-zoushin.com) [info@kenkou-zoushin.com](mailto:info@kenkou-zoushin.com)

### 軽度認知症や不安感にお勧めサプリ

院長 水上 治

今後の医学的大問題は、アルツハイマー型認知症です。認知症と言うのは、本人にとって辛いだけでなく、周囲にもストレスを与え続け、社会問題も引き起こしています。残念ながら確実に治す薬はありません。鳴り物入りで開発されたエーザイの製剤も、パットした臨床試験の結果を得られませんでした。今まで世界中の製薬会社で、開発費合計 50 兆円も使われたのに、認知症を確実に治す薬は見つからなかったのです。

認知症の手前の状態を、軽度認知症 (MCI) と言い、ちょっとした物忘れから始まり、年単位で進行し、終にはアルツハイマー病になります。しかし MCI の状態なら、結構改善するサプリメントがあります。お勧めは、プラズマローゲンです。脳の大半は脂肪でできているのですが、この脂肪の中のリン脂質という成分中の重要成分がプラズマローゲンで、年齢とともに減少します。きちんとしたランダム化比較試験（本物と偽物とを本人と医師に知らせないで効果の差を見る最新方法）が行われ、健常者の認知機能が改善することが判明し、消費者庁認可の健康機能表示食品となっています。また、認知症や MCI にも効果があるという研究も進んでいますし、脳細胞の酸化を防ぎ、神経細胞の再生を促します。

プラズマローゲンは本来鶏肉から取られていて、これが良く効くのですが、特許その他の理由で、今市販されている多くが、ホタテやホヤといった貝から取られています。しかし北海道大学などの研究からも、鶏肉の方が腸からの吸収がよいのです。

私が理事長を務める一般財団法人国際健康医療研究所は、健康情報を全国に発信しており、その姉妹財団で製造している鶏胸肉由来のプラズマローゲンを、数量限定ではありますが市価の約半額で販売いたします。半世紀に亘って様々なサプリメントを使い、かつて「ガン・サプリメント辞典」を書き、目を光らせている私も監修しています。

記憶の衰えを感じている方はどなたでも、試していただきたいと思います。パーキンソン病にも効果的で、不眠症が良くなった人、がん等から来る不安感が減った人なども多数います。要するに、脳細胞の栄養補給によって、脳機能が改善する、ということですから、もちろん私も毎日飲んでいきます。是非、お試し下さい。



11月19日 月食 S.S

# 五行歌

小林美智代さま

神さまから預かった  
 このいのち  
 無事にお返りする  
 その日迄  
 大切に生きたい  
 私の辞典から  
 虐待という字を  
 消そう  
 誰もぎゃくたいを  
 認めない世に

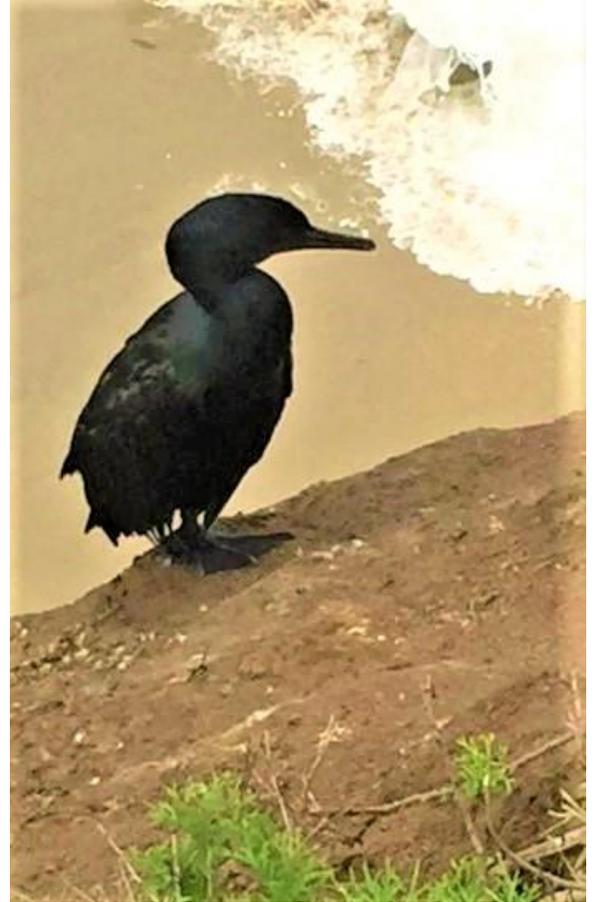
## みーこねーちゃんの絵手紙

佐藤美恵さま



この作品は2012年～14年に書いていただいたものです。  
 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。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、左手で書いています。

★「希望を語る」は患者さまの体験談や、また特技を生かしたメッセージ、いま語りたい事、その他何でも、情報交換の場を提供させていただく冊子です。写真や原稿などございましたら是非、事務局またはスタッフまでお知らせください。お待ちしております。



スペイン語で「宝石」という意味の La Jolla はキラキラと輝く海岸と丘陵があるリゾート地です。変化に富んだ海岸線で、海水浴やサーフィン、ダイビングが盛んですが、そのビーチのひとつ Children's Pool からは日光浴をしている野生のアザラシの親子を間近で見ることが出来ます。 M.M



#### 🌸 今月のお花 🌸

##### 蘭・ミツマタ・タニワタリ

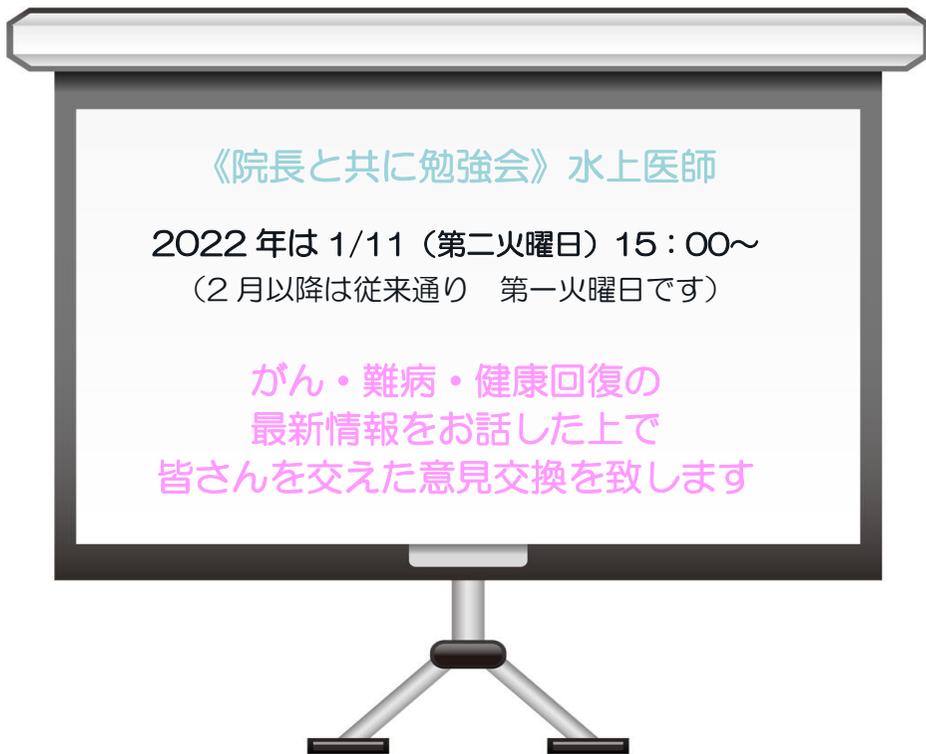
2021 年も残り僅かとなりました。オリンピックに総裁選。コロナ禍でも、それなりに色々な事があった 1 年でした。1 年お疲れさまでした。

今月のお花はクリスマスっぽいお花。ミツマタの金色が 2~3 本入るだけで、ゴージャスな感じになります。ミツマタは枝が必ず三つに分かれているので、その名がついたそうです。そして木の皮は、紙幣や和紙の原材料として使われているそうです。

#### ミツマタの花言葉は「強靱」「永遠の愛」

皆様どうぞ、良いお年をお迎えくださいませ。

M.I



《院長と共に勉強会》水上医師

2022年は1/11（第二火曜日）15：00～  
（2月以降は従来通り 第一火曜日です）

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

★2022年1月～診療についての重要なお知らせ★

曜日	治療時間	電話受付
月・火・木・金	9：30～16：30	9：15～16：00
日曜日（月2回）	9：00～13：30	8：45～13：30
※ 定休日：水曜日／土曜日／祝祭日 ※ 日曜日の院長外来を開始します		

★ 年末年始の休診日 12/30～1/3

★ 12月&1月の日曜開院日 12/12・12/26・1/16・1/30

引き続き除菌作業を行いながら診療させていただきます  
患者さまにも、マスク着用と手指の消毒のご協力をお願いいたします  
ご不便をおかけいたしますがどうぞよろしく願いいたします

加藤外来は2021年12月22日をもちまして終了させていただきます  
長い間お世話になり、ありがとうございました

加藤医師「こもれびの診療所」連絡先

TEL 03 (6806) 5457 FAX 03 (6806) 5758  
[info@komorebi-shinryojo.com](mailto:info@komorebi-shinryojo.com)