

第 282 号

2025.2.1

希望を語る

2000 年 8 月発足

2025 年 2 月号

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



樹氷（鳥取県大山^{だいせん}）

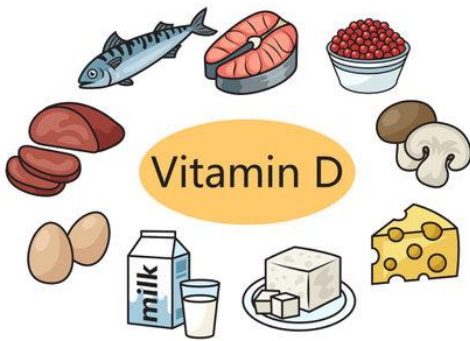
撮影 S.S



ビタミンDサプリメントを必ず飲む

院長 水上 治

最近の慈恵医大の研究で、東京都民の98%が、ビタミンD不足だということが判明しました。さらに慈恵医大の別の研究室で、Dサプリメントを毎日摂っていると、どんな癌でも癌死亡率が12%減少し、癌発症後に毎日摂取すると、やはり癌死亡率が11%減少することがわかりました。たかが10%程度と感じるかもしれませんが、抗がん剤で死亡率を5%減らすのも大変なことです。Dの癌に対する効用は大変なことなのです。何よりも副作用がないし、廉価です。海外の論文では、ビタミンDの血中濃度が年に10ng/ml上がると、すべての癌リスクが17%下がり、すべての癌死亡率も29%下がるとあります。



Dは不足するとクル病になることは誰でも知っていますが、免疫機能を維持するのに必須の栄養素でもあります。体内にDが少なくなれば当然癌リスクを上げます。日本人は動物性食品からの摂取が少なく、かつ昔に比べると日光を浴びる時間が激減しているので、たいていの人のDが不足しているのです。女性の極端に日光を避ける文化も、癌にはよろしくありません。日焼けを避けることに一生懸命で、癌リスクを上げているのです。こ

のように、近代文明の発達によって、D不足が蔓延していますし、発癌リスクも癌死亡率も高めているのです。

私は毎日の通勤時に40分歩行し、日光を浴びるように努めています。でも大半は室内で過ごしているので、Dサプリメントを毎日50 μ g飲んでいました。先日測定した血中D濃度はこれだけで、32.8ng/mlでした。基準値は30ng/ml以上です。検査希望者は当院で受けてみてください。

私はこの春に、ビタミンCとDの合剤を発売予定です。ぜひご購入ください。ご家族のお年寄りやお子さんにもお勧めします。たかがビタミンD、されどビタミンDなのです。



VC 点滴症例（4）

～ステージ 4 からの生還～

胃・食道癌 肺転移 10 年無再発

76 歳男性。胃食道癌。某がん専門病院で術前化学療法後、胃部分摘出と食道離断術を受けましたが、2 年後左肺転移。その後の化学療法では改善せず、当院を受診されました。

院長の勧めと紹介で、某病院でラジオ波焼灼療法を受け消失。しかし 1 年後に肺内に再転移し、またラジオ波焼灼療法を受けていただきました。超高濃度ビタミン C 点滴は、合計で 282 回受けておられ、見事に無再発で現在に至っています。まちがいなく治癒に効果があったと思います。

自営業で今も活躍中です。

『猫耳保育園』

三姉妹が経営する保育園です

『みみこ園長』

園児が被る猫耳帽子は、ひとつずつ、みみこ先生が編んでいます。

リラクセーション療法担当

齋藤享子



《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
皆様を交えた意見交換を致します（要予約）

2025年2月4日（火）10：30～・抗加齢 15：00～

2025年3月4日（火）10：30～・抗加齢 15：00～

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：2/9・2/24（月曜祭日）・3/16・3/30		

クリニックのお花たち



松・蠟梅・青文字・綿
葉ボタン・カーネーション



蠟梅・菊・カラー
ゴットセフィア



青文字・ルスカス



カーネーション
・プブレイウム

🌸 蠟梅の花言葉
「慈愛」
「奥ゆかしさ」

クリニックに春の香りが届きました。患者様がお庭に咲いた蠟梅を届けて下さいました。蠟梅は「雪中四友^{せっちゅうしゆう}」と言って、梅、水仙、山茶花と並んで寒さに負けず咲く花のひとつと言われていますが、私はこの花が咲くと何となく春の足音が聞こえて来るような気がします。 M.I