

2018年8月31日(金)銀座区民館にて 第3回勉強会を開催いたしました。

前回に引き続き、弊社顧問:山口醫院院長 山口貴也医師の講演と皆様からのご質問にお答えする形で実施いたしました。講演の内容をポイントで順次掲載いたします。

<https://www.hydrex-japan.com> 会員ページにも公開予定です。勉強会終了後のアンケートに、さらなるご質問がございましたので、裏面に公開し、皆様にも『おしえて山口先生』のコーナーで回答をご紹介します。



多くの病気の要因と言われる悪玉活性酸素除去を目的とした水素吸引治療を取入れたわけ

クスリはリスク

- 『汝の食をクスリとし、汝のクスリを食とせよ』ギリシャの医聖:ヒポクラテスの言葉。これを信条に、できるだけクスリではなく、生活習慣を改め、体調改善するやり方を山口醫院では推奨している。
- クスリは、症状を押さえるが、必ずリスクがある。
- 水素はからだの機能を高めてもからだを傷害する作用はない。よってクスリよりも場合によっては水素の方が良いと考え、治療に使い始めた。

水素とは

- 最も小さな原子。太陽のエネルギーの素も、体内のエネルギーの素も水素。

水素の作用

- ヒドロキシラジカル(悪玉活性酸素)とのみ結びつき水になって排出させる。
- 細胞の炎症を抑え、再生が大変な細胞(脳神経など)が傷つくのを抑制してくれる。
- 食べ物の中にも水素があり、それを体内で取り出し、ミトコンドリアがエネルギーとしている。ヒトも水素無しでは生きてゆけない。
- 魚や天ぷらなどの油が酸化するように、人の体内でも酸化が起これると、活性酸素と同じ働きをしてしまうが、水素はこれも止める。



水素吸入の効果を食生活と生活習慣の改善でさらにパワーアップしよう！

せっかく水素を吸っているのに

- 水素自体は栄養ではないので、悪いモノをどんどん食べていては健康状態は保てない。
- 皆さんの今の健康状態を作ったのは、皆さんが今まで食べた食べ物や運動・ストレスなどの生活習慣。
- せっかく悪玉活性酸素を水素で除去できても食べているモノが悪ければ、足を引っ張るばかり

からだの中に水素が無いと

- 細胞のミトコンドリアの中では、水素と酸素が反応し、エネルギーを作っている。
- 人間には水素を作る能力が備わっているが加齢とともに、その能力が衰えてくると水素不足となり、悪玉活性酸素を除去できない。

活性酸素(悪玉)が体内にあると

- 肩こり、めまい、不眠、倦怠感 など病ではないが、未病的な症状が...
- 様々な病の原因にも...

活性酸素が出来る要因

- 偏った食生活や不規則な生活習慣
- ストレス ・ タバコ ・ 飲酒 ・ 加齢

皆さんの変化がなぜ起こったのか？

- 活性酸素が起こした様々な例

この続きは次号で、皆さんの体験となぜ変化が起こったのか 水素がどのように作用したのか山口先生の解説を掲載します！

第3回 Hydrex 勉強会

おしえて！ 山口先生

勉強会を終えて山口先生への質問

水素療法

山口先生の考え方にとても共感しました。
具体的にどのように水素吸入を治療で行っていらっしゃるのでしょうか？

私の患者さんの治療方法をお話するのは、個人情報になるためできませんが、全国の病院でこれまで行われた水素治療で、治験があるものは、以下の病となります。神経・筋疾患(ミトコンドリア病)、皮膚疾患(エリテマトーデス)、代謝異常(糖尿病・メタボ)、癌・増殖性疾患、神経変性疾患(パーキンソン病・軽度認知症)、血液透析・腎炎・膀胱炎、循環器障害(心筋梗塞・脳梗塞・心肺停止蘇生)、炎症自己免疫疾患(関節リウマチ)、放射線障害

食生活

肉は良くない、魚もプラスチックが...。卵・牛乳も危ない。豆乳も無農薬のものでないと意味がない？など、いろいろ考えると怖くてわからなくなりました。山口先生は、何を召し上がっていらっしゃるのでしょうか？具体的に、どんな食事が良いのでしょうか？

私個人的には、近くの自然農法で作られている玄米、無農薬に近い豆・豆腐・納豆、野菜の生食や蒸したもの、内臓を除いた魚(内臓にプラスチックなどが多いので)の刺身・蒸したもの・焦げないように焼いたものを時折、腸内細菌のためのぬか漬けなどをよく食べています。あまり食べないモノは、牛乳・ヨーグルトなどの乳製品(高温殺菌された現代の牛乳に酵素がなく、カゼインが分解されず未消化物となり、腸内炎症を招くので)、自然のモノを餌としているジビエ以外の肉類(家畜の餌には良くないモノも含まれています)、小麦などです。(パンなどを美味しく感じさせるグルテンを大量に含み精白改良された小麦に高熱を加えた調理をするとグルテンがパワーを増し、改良された小麦の未消化グルテンを異物とみなす抗体が体内にできてしまいます。グルテンは人のいくつかの臓器や体内物質の構造と良く似ているため、この抗体がよく似た体内のいくつかの臓器を攻撃し、さまざまな病気が生まれていることがアメリカで発表済みです。さらに、精白された小麦は血糖値を上げやすく、有害な糖化物質は、体内に溜まると糖尿病や認知症もおこすため、あまり食べません。)

水素は排せつにはとても適していると思います。悪玉活性酸素の除去や悪い水が体外に出るため、体調に不安がある方は、朝晩90分以上の吸引をお勧めします。都会に住む方には、排気ガス・ストレスにより過剰にできる悪玉活性酸素除去などにも良いと思われます。

お勧め

見城美枝子さんもおっしゃっていましたが、水素はとても良いものだと思っているので、どのように知人に伝えたら良いのか、山口先生が医師として患者さんにどのように勧めていらっしゃるのか？ぜひ伺いたい。

今回の講演テーマ『多くの病気の要因は、悪玉活性酸素』とも言われています。水素が様々な病を改善させるのは、悪玉活性酸素除去が出来る事からと思われるので、そのようにお話しています。癌とパーキンソン病は、まったく症状の違う病ですが、双方の病気を改善した治験結果を見ると、悪玉活性酸素が関わっているためではないでしょうか？この様に悪玉活性酸素を除去する事や免疫の調整をする事を目的に水素ガス吸引を勧めています。