

意識と知識 II

意識と知識 II

市川治療室 No.43/1994.01

心臓は筋肉の袋です。この袋の中は4つにくぎられています。
4つに仕切っている壁(筋肉)に生まれつき穴が空いている病気があります。
穴の大きさにより手術を必要とすることも少なくありません。
心室中隔欠損という病気はその一つです。

私には3人の子供がいます。
現在中学一年生の長男は身長 1 6 8 cm／体重 6 8 kgですが(中 1 としては大きいほう) 約 1 3 年前、生後の三ヶ月検診を保健所で受診した時に
「心室中隔欠損です」
「穴がそれほど大きくないので手術の必要はないかもしれません」
「小学校に入学するまでに自然に穴が塞がる可能性もあります」
「それまでに塞がらないようなら以後そのままです」
「年に一回定期検診を受けてください」
といわれた時の驚きとショックは今でもはっきりと覚えています。

しかし昨年(1 9 9 3 年)の定期検診時に
「完全に穴は塞がっています」
「この年齢で塞がることは希なことでほとんどありえません」
「以後定期検診の必要はありません」
と診断された時は 1 3 年前以上の驚きでした。

私が『分子栄養学』を知ったのは約 1 0 年前です。
この時点で私は食生活を高タンパク・高ビタミンに変えました。(以前は菜食・自然食中心)

長男には幼稚園の頃からタンパク質・ビタミンを摂取させました。
その理由は

『身体の大部分(筋肉・骨・内臓・皮膚・髪など)はタンパク質であること』
『代謝(新陳代謝)をスムーズにする酵素と助酵素はタンパク質と各種ビタミンであること』
『活性酸素を除去するのはタンパク質とビタミンであること』
等で、あくまでも成長と健康管理のために摂取させたのであって、心室中隔欠損のことは全く考えていませんでした。

タンパク質・ビタミンを摂取したから心臓の穴が塞がったとはいえませんが、そのために穴の塞がる確率が高くなったと考えることは間違いではないでしょう。

健康管理・回復には栄養条件を揃えることが必要であるとは誰もが認める事実です。
そのため健康管理・回復のために『意識』を持って栄養摂取を心がける人は少なくありません。

この意識の基になっているのは各人の持っている『知識』です。

知識の種類は個人個人で違うためにその実践方法は各人で異なります。

各人のそれぞれ持っている『知識=情報』が 健康・不健康を決定するといっても過言ではないでしょう。

すべての不健康や病気が無知や間違った情報からくるとは言えませんが、 無知や間違った情報からくる不健康や病気が少なくないことは疑う余地のない事実です。

『科学とは真理を追究するものであり、妥協を許さない厳しさを要求する』
というアルバート・セント=ジェルジュ(ノーベル賞受賞者・ビタミンCの発見者)の言葉がありますが、 私は健康管理・回復の情報は特に科学の精神が必要と思います。

今年も『意識』の基になる科学的な『知識=情報』をお伝えしたいと考えています。
