9月 むびょうニュース

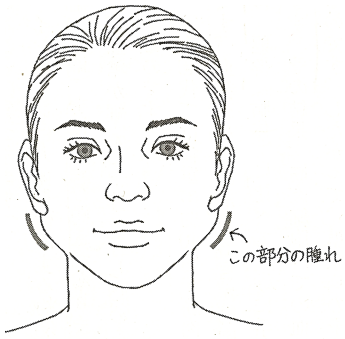
やまと酵素Crest㈱

2019.09

体に現れる病気

「耳たぶにシワのある人」が心臓発作などの心臓疾患で死亡した件数は、「シワのない人」の3倍になることがわかりました。体内の動脈の硬化が進んでくると、当然耳たぶの中を通っている動脈の硬化も進んできて、血流が悪くなります。動脈の数が少ない耳たぶですから、血流が悪くなると耳たぶ内の脂肪はいち早く栄養不足によって萎縮してくるので、シワになるのです。35歳くらいから現れてくるとされる耳たぶのシワですが、シワが目立つ人は次のような症状が起こってくる可能性があります。

★動脈硬化→心臓の筋肉へ栄養を送っている冠動脈の動脈硬化→狭心症→心筋梗塞



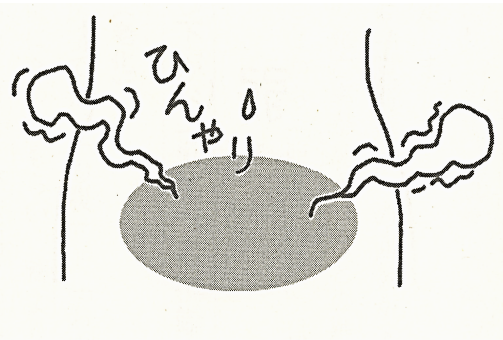
耳たぶのシワは、これらの予兆と考えて、発作が起こる前に予防策を講じる必要があります。次に耳たぶの下のほうが膨らんできている中年以上の人は、糖尿病の可能性があります。耳下腺が消化酵素の「アミラーゼ」を産生する点などで、膵臓と似たような働きをします。したがって、膵臓のβ-細胞から分泌される「インスリン」の不足でおこる「糖尿病」が発症すると、すい臓の働きを助けるために、代償性に耳下腺が腫れてきます。今、糖尿病予備軍を含め、2000万人以上の糖尿病患者が日本に存在します。糖尿病患者さんや糖尿病になりかけ（予備群）の人の両耳下腺が腫れていることに気が付きます。

インスリンは人体を構成する約37兆個の細胞に、血液中の糖（血糖）を押し込む働きがあります。つまりインスリンの分泌不足がおこると、血糖が細胞に十分に押し込められずに、血液に残り（高血糖）、糖尿病が発症するのです。20代～40代では体重の約40%が筋肉で、その約70%がヘソより下の下半身に存在します。血糖の最大の消化器官が筋肉です。糖尿病になる人は妙に手足（特に下肢）が細い、という特徴があります。その結果、筋肉細胞内での血糖の消費量が減少し、糖尿病に罹りやすくなるのです。したがって、糖尿病の予防・改善には「過食を慎む」ことと、筋肉、特に下肢の筋肉運動を励行することが肝要です。

★お腹全体が温かい人は、体全体も温かく、健康な人です。逆にお腹全体が冷たい人は体全体が冷たい（低体温）と判断していいでしょう。「手足がほてる」とか、食事をしたり、ちょっと動いたりしただけで、「汗が出る」などという人は、一見、「暑がり（体温が高い）」ように見えますが、「お腹」が冷たいなら「冷え症」と診断します。体温が平熱（36.5℃）より1度低下すると免疫力が約30%減弱し、代謝も約12%低下する、とされています。したがって「お腹が冷たい」人は、免疫力や代謝の低下で、種々の病気や肥満になりやすい、ともいえるのです。

★【臍（へそ）より下が冷たい】→生理不順（痛）、膀胱炎、大腸ガンにかかりやすい

臍より上方の「お腹」は温かいのに、下方は冷たい、という人は女性に多くいらっしゃいます。まるで臍の高さで、真横に線でも引いてあるかのように、その上下で〝温度差〟が存在するのです。「臍より下が冷たい」ということは、その部分の血行が悪いことを示しており、下腹部に納まっている子宮、卵巣、膀胱、大腸（直腸）・・・などの臓器への血行が悪いことを表しています。体内の臓器や器官は、血液が運んでくる水、酸素、種々の栄養素、ホルモン、免疫細胞・・・によって生活しているのですから、血流の悪い所では、健康な働きができなくなり、機能不全や病気が起こりやすくなります。



同様にみぞおち（心窩部）の所が冷たい人は、胃炎や胃潰瘍、胃がんに、右上腹部が冷たい人は、肝臓や胆のうの病気に、背中の下部が冷たい人は腎臓病に、乳房が冷たい人は乳ガンに・・・かかりやすくなるのです。冷たい部分は食事の改善、運動、入浴、腹巻、温湿布などで温めることが、それぞれの病気予防・改善にとって肝要です。

【病気のサインを見逃すな!】 石原結實先生