



むびょう

平成18年5月号

日本人の胃ガン発生率はアメリカ人の十倍

現在、アメリカも日本も肥満は大きな問題となっていますが、アメリカ人のような太り方をしている日本人はあまりいません。じつは日本人はあそこまで太ることができないのです。そのことは、太ることが義務づけられているお相撲さんの世界でも、小錦のような体になれる日本人力士がいないことからわかります。

アメリカ人は肉食文化の影響で腸相は悪いのですが、胃相はじつは日本人のほうがアメリカ人より悪い人がはるかに多いのです。胃の粘膜が薄くなる萎縮性胃炎になる人は、日本人のほうが二十倍近くも多いのです。そして、萎縮性胃炎が胃ガンを発生させることが多いため、胃ガン発生率も日本人のほうが十倍も多いのです。

日本人とアメリカ人では、症状の感じ方にかかなりの差があります。日本人は診てみるとたいした病状でもないのに、胃の痛み、不快感、胸やけなどの症状を訴えることがとても多いのです。ところがアメリカ人は、「胃や食道の粘膜がかかなり荒れていても日本人ほど胸やけを訴える人はいません。

アメリカ人の胃腸が丈夫な理由は、「消化酵素の量」です。「消化酵素」というのは、食物を分解し、体内に栄養素を吸収させる働きをするエンザイムのことです。食べ物の消化吸収のよしあしは、この消化酵素の量で決まります。消化吸収は、唾液、胃、十二指腸、膵臓、小腸と消化の段階にあわせてさまざまな消化酵素が出されることにより段階的に進みます。その際に、各臓器で消化酵素が充分に分泌されていれば消化吸収はスムーズに進みますが、消化酵素の分泌量が不十分だと、消化不良を起し臓器に負担がかかってしまいます。

さらに、日本人は胃の調子が悪いとすぐに胃薬を服用しますが、アメリカ人は胃薬をあまり飲みません。彼らが飲むのはサプリメントの消化酵素です。アメリカでは消化酵素は非常にポピュラーなサプリメントで、健康食品店で簡単に購入できるうえ、毎日飲んだとしても一ヶ月二十ドル(約二千元)程度しかかかりません。

そしてじつは、この胃酸を抑える薬をすぐに服用するということが、日本人の胃を悪化させるのにさらに拍車をかけているのです。最近日本で人気の高い「H2 ブロッカー」や「プロトンポンプインヒビター(プロトンポンプ阻害剤)」配合の胃薬などは、胃酸の分泌を抑える働きが高いことを売りにしていますが、胃酸を薬で抑えてしまうと、胃粘膜は萎縮してしまいます。胃粘膜の萎縮が進むと胃ガンへと発展していきます。安易に市販の胃薬(抗酸剤・制酸剤)を飲むのではなく、エンザイム・サプリメントを上手に活用するようにしてください。消化エンザイムのサプリメントを飲むことで、胃の具合が充分に改善されます。

「病気にならない生き方」 新谷 弘実 著

むびょう式 胃 スッキリ健康法！

大和酵素の酵源



たんぱく分解酵素(プロテアーゼ)

脂肪分解(リパーゼ)

炭水化物分解酵素(アミラーゼ)

胃の疲れている方

胃を手術して消化力の弱い方

夜遅く食事をする方

脂っこい物。消化の悪い物を好む方

過食の方