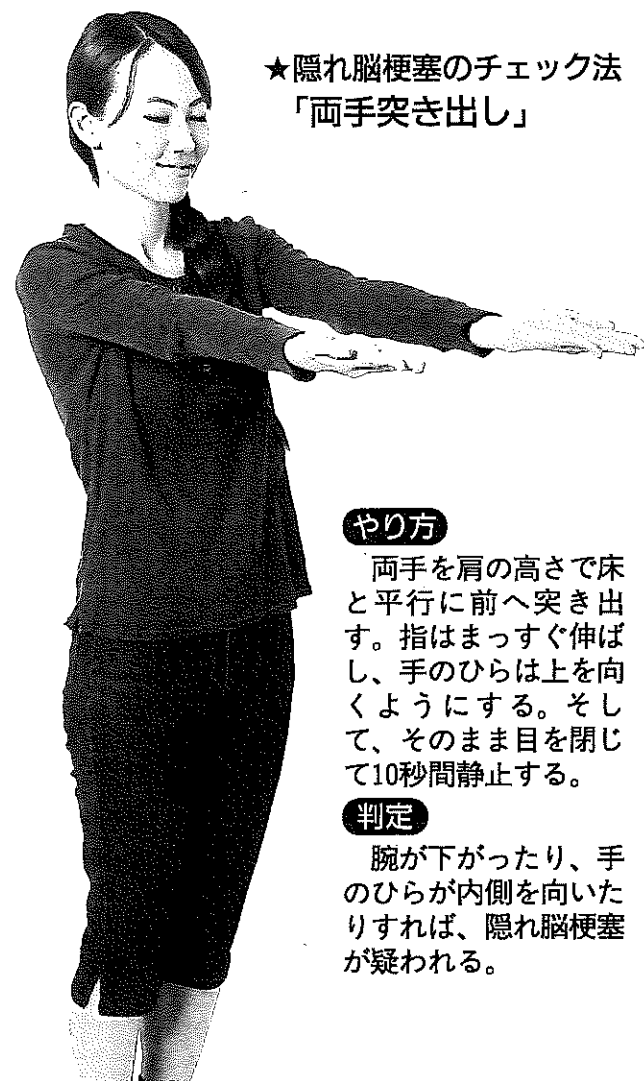




★隠れ脳梗塞のチェック法 「両手突き出し」

やり方

両手を肩の高さで床と平行に前へ突き出す。指はまっすぐ伸ばし、手のひらは上を向くようにする。そして、そのまま目を閉じて10秒間静止する。

判定

腕が下がったり、手のひらが内側を向いたりすれば、隠れ脳梗塞が疑われる。

両手突き出しは、立ったままでも、座って行ってもいい

そこで、まずおすすめしたいのが納豆です。納豆には、ナットウキナーゼという独自の酵素が豊富に含まれており、このナットウキナーゼが血栓を溶かす働きを助けているのです。ただし、血液が固まるのを防ぐ薬（ワーファリン）を服用している人は、納豆に含まれるビタミンKによって薬の効果が低下します。ですから、すでにワーファリンを服用中の人は、納豆を食べないでください。次に、血栓を防ぐ食品

五十代で五〇％、六十代で七〇％、七〇代で八四％と、年齢とともに増えていきます。隠れ脳梗塞が進むと、つまつた血管の先に血液が届かなくなつて、脳の神経細胞が死滅します。その結果、めまい、ふらつき、視覚障害、言語障害、物忘れが起こるほか、飲食物をうまく飲み込めない、手がふるえる、体の一部がけいれんするといった症状を招くのです。さらに、隠れ脳梗塞が起こると認知症（ボケ）を招きやすくなります。いわゆる脳の動脈硬化によるボケ（脳血管性認知症）といわれるのがそれです。

近年、隠れ脳梗塞は医学界でも大きな注目を集めており、脳卒中学会の「脳卒中治療ガイドライン・二〇〇九年版」では、医師に隠れ脳梗塞（学会では無症候性脳血管障害と呼ばれる）の対応を求めているほどです。隠れ脳梗塞は、太い血管がつままる本格的な脳梗塞と同じように、血栓（血液の塊）が原因で起こります。そして、血栓の温床となるのがドロドロ血液です。これは、運動不足や乱れた食生活によって血液中に中性脂肪やコレステロールが異常に増えた状態のこと。とりわけ、過食や偏食の人

●●納豆や青魚、アマニ油、ゴマが有効

は従来の食生活を見直し、ドロドロ血液をサラサラ血液に浄化する食品を積極的にとることが肝心といえるでしょう。隠れ脳梗塞を防ぐ食生活のポイントとは、血液をドロドロにする動物性脂肪や甘い物のとりすぎを控え、血液をサラサラにする酵素（体内の化学反応を助ける物質）が豊富な納豆や青魚、生の野菜や果物の摂取を心がけることです。

私には、脳梗塞を起こした患者さんには、食事は一日三食、多種類の食品を偏りなくとることを心がけてもらいます。さらに、なるべく毎日、血液をサラサラにする作用のある食品をとるようにすすめています。ただし、隠れ脳梗塞を放置していると危険な状態であることに変わりはありません。もし、冒頭に述べたような隠れ脳梗塞の特徴的な症状が現れたり、上の図にある隠れ脳梗塞のチェック法「両手突き出し」で異常が見つかったりしたら、すぐに病院で検査を受けるようにしましょう。

40代から増える脳の毛細血管のつまり 隠れ脳梗塞を

退け物忘れや失語症 血液サラサラ酵素 マヒさえ続々回復する

◆隠れ脳梗塞のチェック法◆

次のうち、思いあたる症状はいくつありますか。

- ☐ ときどき首すじや頭が重い。
- ☐ 顔や舌がしびれることがある。
- ☐ 階段を下りるのが怖いことがある。
- ☐ 最近物忘れをすることが多くなった。
- ☐ ときどき、めまいや耳鳴りがする。
- ☐ 一時的に意識が遠のくことがある。
- ☐ 急に立ち上がるとふらつくことがある。
- ☐ 靴下や下着の着脱が立ったまましにくい。
- ☐ 手足がしびれたりふるえたりすることがある。
- ☐ 風呂上がりなどに、目の前が暗くなることもある。
- ☐ パソコンや携帯電話の操作手順を間違える。
- ☐ 声がかすれ、むせやすく、飲み込みが悪くなる。
- ☐ 物が二重に見えたり、欠けて見えたりする。
- ☐ ろれつが回りにくいことがある。
- ☐ 感情の起伏が激しくなったと感じる。

判定（はいと答えた数）

- 0個……隠れ脳梗塞はないと推測できるが、半年に1回程度、自覚症状チェックを行ってください。
- 1～5個……隠れ脳梗塞がある可能性あり。その症状が1ヵ月以上続くようなら、脳神経外科などで診察を受けてください。
- 6個以上……隠れ脳梗塞がいくつもある可能性大。脳神経外科などでMRI検査を受けてください。

●●隠れ脳梗塞を作る血栓を予防しよう

隠れ脳梗塞が頻発するのは中高年以降で、四十代では全体の三〇％に見つかります。また、

どちらも本格的な脳梗塞の初期段階といえる危険な状態です。自覚症状がないからといって放置していると、数年以内に三割の人が重い脳梗塞を引き起こすことになるので、早急な対策が必要です。

もう一つは、脳室（脳の中心にある空洞で髄液に満たされている）が異常を起こす、びまん性白質変性（ビンスワンガー）。これは、脳室の周辺が著しい血流不足に陥り、脳の働きが損なわれるタイプです。

で軽視してはいけません。隠れ脳梗塞には、大きく分けて二つの種類があります。一つは、脳に数ミリ程度のつまりがあちこちにできるラクナ梗塞。というタイプです。

脳の微小な血管のつまり「隠れ脳梗塞」が急増中で、物忘れや手足のしびれが重大サイン

久野マインズタワー
クリニック院長
ひさののりかず
久野則一

血管をつまらせる血液の塊「血栓」を溶かし、血流アップ力の絶大な「血液サラサラ酵素」が話題

●古くから漢方薬にも使われてきた「ミミズ」

隠れ脳梗塞や本格的な脳梗塞を退けるには、前もって脳の毛細血管が血栓（血液の塊）でつまらないように防ぐことが重要で。

現在、私は、血液を浄化する食品成分に注目しています。前の記事で紹介した納豆のナットウキナーゼという酵素（体内の化学反応を助ける物質）や、青魚に多いDHA（ドコサヘキサエン酸）やEPA（エイコサペンタエン酸）は、血液を浄化してサラサラにする特効成分の一例です。

さらに、こうした身近な食品にはない特殊な働きがあり、血栓の予防に大いに役立つと注目されているのが「血液サラサラ酵素」です。

血液サラサラ酵素とは、清浄な土壌で育てたレッドワーム

（食用ミミズ）に特異的に含まれる酵素で、

ルンプロキナーゼと名づけられています。この酵素には、

血栓を溶かして血流を増やし、血液を浄化する非常に優れた効果が認められているのです。

ミミズと聞いてギョツとする人もいると思いますが、その薬効は天の恵みといっても過言ではありません。実際に、ミミズは、古くから漢方薬や民間薬として珍重されてきたのです。

中国ではミミズの乾燥物を生薬（動植物の一部をそのままか手を加えただけで用いる漢方の薬）として使ってきました。中国最古の薬学書である『神農本草経』には、婦人病や虫下しの薬としてミミズが記載されています。

さらに、欧州でもミミズの乾燥物は、むくみの解消や、打身、耳の病氣、歯痛などの治療に用いられてきました。

●血栓を溶かし、血管も拡張させる

これまでの研究でミミズに認められている薬効には、解熱作用や鎮痛・鎮痙（けいれんを抑える）作用、筋肉・気管支弛緩作用、血圧降下作用、利尿作用、血栓溶解作用があります。このうち最も注目されているのが、血栓溶解作用です。

ミミズに血栓溶解作用の極めて強い酵素が含まれているとわかったのは、今から三〇年前のこと。宮崎医科大学の研究グループが発見しました。その後、国際血栓止血学会などで発表され、ミミズの血栓溶解作用は世界じゅうで知ら

ひさのりかす
久野則一

れることになりました。

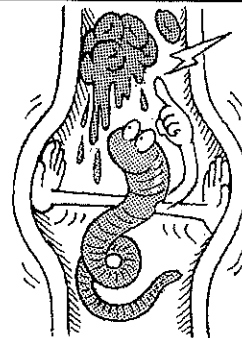
病院で血栓溶解薬としてよく用いられているウロキナーゼやt-PAなどの点滴薬は、体内でプラスミンと呼ばれる血栓溶解酵素を作り出し、直接的ではなく間接的に血栓を溶かすように働きます。

そのため、これらの薬は脳の血管が血栓でつまってから二、三時間以内に使わないと効果が出にくいほか、出血が止まらなくなるなどの副作用が心配されています。

その点、ミミズから抽出された血液サラサラ酵素なら、経口投与でも優れた血栓溶解作用が得られること、効果の持続時間が長く血栓がつまってから日数

血液サラサラ酵素とは

血液サラサラ酵素とは、清浄な土壌で育てたレッドワーム（食用ミミズ）に特異的に含まれる酵素で、ルンプロキナーゼと名づけられている。



この酵素には、

- ①血栓を溶かして血流を増やし、血液を浄化する働き
- ②血栓の引き金となる血小板凝集を抑える働き
- ③血管を拡張させる働き

などのあることが報告されている。

がたついても血栓を溶かす働きが得られることなどが、これまでの研究で明らかになっています。

また、血液サラサラ酵素には、血栓の引き金となる血小板凝集（血小板が固まりやすくなること）を抑える作用や、血管

を拡張させる作用のあることも報告されています。それについて副作用の心配はまずありません。

●マヒや言語障害の回復する人が続出

私は、脳梗塞の後遺症や血栓を原因とする病気に悩んでいる患者さんに血液サラサラ酵素をすすめています。目覚ましく回復する人が少なくありません。

例えば、脳梗塞で左半身マヒの後遺症が残り、杖を使わなければ歩けない患者さんがいたのですが、血液サラサラ酵素をとって二週間後には、なんと杖なしで歩けるようになりました。

さらに、言語障害も大幅に回復し、脳梗塞の発症前とほぼ同

じょうに会話ができるようになったのです（次の記事の症例も参照）。

なお、血液サラサラ酵素は食品なので、誰でも同じ効果が得られるわけではありません。脳梗塞になったら、まずは専門医の指導のもとでリハビリテーション（機能回復訓練）を行うとともに、食事の改善、禁煙、運動などを心がけ、悪しき生活習慣を改める必要があります。

私のクリニックでも、飲酒や喫煙の習慣を改められない患者さんは、たとえ血液サラサラ酵素を飲んでも病後の経過はよくありません。

やはり、血液サラサラ酵素は、正しい生活習慣を心がけてこそ、その真価を発揮できるといえるでしょう。



生の野菜や果物には酵素が多く含まれている



投稿と小説の新しいエロス！
冴えわたる
純官能文学の世界
定価 **650円** (税込)
全国書店にて発売



株式会社 インテルフィン
〒171-0014
東京都豊島区池袋 2-55-2 鈴木ビル4階
TEL.03-5956-4702

血液サラサラ酵素は私も治療に使い、 脳梗塞の後遺症による言語障 害やマヒの軽快する人が続出

ひさのりかす
久野則一

強い薬は 副作用が心配

天然の食用ミミズを原料にして作られた「血液サラサラ酵素」を含む栄養補助食品は、今や健康食品売り場などで多種類のものが市販されています。この血液サラサラ酵素は、従来の西洋医学の限界を感じてきた私にとって、目からウロコともいうべきものでした。

現代医学は高度に発達していますが、必ずしもすべての病気を治せるわけではありません。

むしろ、副作用の強い薬を服用したために、寿命を縮めてしまっている患者さんはいくらもいます。

脳梗塞の治療も例外ではありません。通常、脳梗塞の治療では、脳血管につまった血栓（血液の塊）を溶かすウロキナーゼやt-PAといった血栓溶解薬が使われます。しかし、こうした薬は効き目が強すぎるため、脳血管が破れて命を落とす危険のあることも否定できないのです。

医師の私は、患者さんを十分に助けられないことに、つねづ



生活の質を高める治療を行う久野則一先生

使った大半の人が 改善効果を実感

ね歯がゆさを感じていました。

転機が訪れたのは、今から五年前のこと。脳梗塞を克服した元衆議院議員で学者でもある栗本慎一郎さんの本を読み、食用ミミズの効用を知った私は、「これはすばらしい」と感銘を受けました。そこで、当院の患者さんに、ミミズを原料にした血液サラサラ酵素をすすめることにしたのです。

その成果は、目覚ましいものでした。最初にすすめた患者さんは、心筋梗塞で肝障害があり、日常生活もままならない状態でした。それが、血液サラサラ酵素を飲んだ数日後には、元気になって不自由なく生活できるようになったのです。

二人めは、下肢動脈の障害で間欠性跛行（休み休みでないと歩けない状態）のある患者さんでした。この方は高齢で手術が

できなかったのですが、血液サラサラ酵素を飲んだらスタスタと歩けるようになりました。

三人めは、脳梗塞で言語障害や片マヒのあった患者さんでした。この方の後遺症は慢性期だったのですが、血液サラサラ酵素を飲んでから二週間ほどで、ふつうにしゃべれるようになり、手のマヒも改善して多少は物を持てるようになりました。

以後、当院で血液サラサラ酵素を試した患者さんは数百人に上ります。個人差はあるものの、その大半がなんらかの改善効果を実感しています。

また、血液サラサラ酵素は天然の食品であるため、副作用の心配がほとんどないことも利点でしょう。ケガなどで出血している人を除けば、誰が飲んでもかまいません。

私は、病気にいかっても元気に生きる「有病息災」を説いています。病気を無理に根治するよりも、症状を抑えながら治療したほうが心身ともに豊かになり、生活の質を維持できることが多いのです。血液サラサラ酵素は、そうした有病息災に打ってつけの食品といえるでしょう。

ドロドロ血液で脳梗塞の危険もあつたが、血液サラサラ酵素で解消し、認知症の物忘れも改善

わかさ
医学研究班

糖尿病が悪化し 足の切断も検討

大分県に住む木本八千代さん（八十六歳）は、今から三〇年前、糖尿病を発症しました。ちようど調理師の仕事で退職した直後だったといいます。

さらに、一〇年前、ご主人が亡くなったショックとストレスから糖尿病が悪化し、認知症になつてしまいました。

当時の木本さんのようすを、同居している娘の順子さんが話

してくれました。

「それまでは、毎日歩いたり、食事に気をつけたりするなど自己管理ができていました。ところが、認知症になり、それも難しくなつてしまい、私も途方に暮れてしまいました」

木本さんの食後二時間血糖値は、六〇〇mg/dl（基準値は一四〇mg/dl未満、二〇〇mg/dl以上で糖尿病）もあつたそうです。

「主治医からは、このままでは足を切断しなければならぬかもしれないし、ドロドロ血液で

血管がつまつて、いつ脳梗塞を起こしてもおかしくない、といわれ、目の前が真っ暗になりました」

病院での治療を続けながら、なんとか母親に健康でいてほしいと娘の順子さんが思っていたとき、知人から、ミミズを原料にした血液サラサラ酵素（ルンブロキナーゼ）のサプリメント（栄養補助食品）のことを教えてもらいました。今から六年前の夏でした。

足が温かくなり 血流の改善を実感

木本さんは、血液サラサラ酵素を手に入れて、朝と晩の二回に分けて飲むようにしました。すると、飲みはじめにすぐに娘の順子さんから見ても、木本さんの大きな変化に気がついたそうです。

「母は眠りが浅く、夜中に何度も目を覚ましていたのですが、ぐっすり眠れるようになったの

です。そのせいか、精神的にも安定してきたようでした」

そして、血液サラサラ酵素を根気よく飲みつづけて、二年後には高かった血糖値が、ほぼ正常値に改善したのです。

木本さんはそれから、血液サラサラ酵素を、朝だけ飲むことにしたそうです。

「母の足は以前よりも温かいのですが、血液サラサラ酵素で血流がよくなり、足の先まで血流が届いている証拠ではないかと思えます。足の切断をせずに過ごせているのも、血流が改善したおかげでしょう」

木本さんは、今では厳しい食事制限もなく、ある程度好きなものを食べていても血糖値は安定しています。認知症も改善して物忘れが減り、顔色がよく食欲もあつて、すっかり元氣を取り戻しているとのこと。

「毎日、母は朝起きると、ミミズ、ミミズといながら、自分から血液サラサラ酵素を飲んでいきます。血液サラサラ酵素のおかげで、こんなに元氣になつて本当に感謝しています」

娘さんはそう話してくれました。



血糖値も安定した木本八千代さん

脳梗塞で倒れて左半身にマヒが残ったが、血液サラサラ酵素を飲んで回復し今では旅行も満喫

わかさ
医学研究班

●●左の手足がしびれ動かしにくくなった

愛媛県に住む伊藤貞子さん（八十二歳）が脳梗塞の発作で倒れたのは七十二歳のときでした。同居している娘さんがいたので、すぐに救急車で搬送されたものの、左半身に軽いマヒが残ってしまいました。

伊藤さんは、もともと高血圧に悩んでいて、最大血圧は一七〇ミリ、最小血圧は九五ミリ以上（正常は最大血圧が一二〇ミリ未満、最小血圧が八五ミリ未満）あった



歩行障害も軽くなる人が多い

そうです。

「頭痛があったり、ふらついたりすることはありましたが、大したことはないと思ひ込み、まさか自分が倒れるとは思っていませんでした」

それまで大きな病気にかかったことがなかったという伊藤さん。なかなか現実を受け止められませんでした。

その後、伊藤さんは無事に退院できたものの、左半身には常にしびれを伴い、手足を動かすににくい状態だったそうです。病院でのリハビリテーション（機

能回復訓練。以下、リハビリ）に通いながら、努力を続けていました。

「リハビリや薬だけでなく、なんとか体の中から健康になる方法はないかと思つて探していたのです」

そんなとき、伊藤さんは知人から、ミミズを原料にした血液サラサラ酵素（ルンプロキナーゼ）のサプリメント（栄養補助食品）がいい、とすすめられました。

「血液を浄化する働きが強く、血管拡張作用もあり、脳梗塞の予防や再発を防ぐために飲んでみる人も多い、ということを知り、血液サラサラ酵素を飲むことにしました」

●●肩こりがまず解消し血圧もほぼ正常

伊藤さんは、血液サラサラ酵素を、朝食後と就寝前に分けて飲むことにしました。

すると、飲んでわずか一週間

で、伊藤さんは大きな変化を実感しました。

「若いころから血流が悪く、ずっとひどい肩こりに悩まされてきましたが、肩がずいぶん軽くなったのでした。気がついていたらほとんど肩こりを感じなくなっていました」

血流が改善したことを実感した伊藤さんは、その後も血液サラサラ酵素を飲みつづけたところ、一カ月後には、左半身のピリピリとしたしびれが和らぎ、手足がらくに動かせるようになってきました。

そして、病院で血圧を測定したところ、ほぼ正常値になっていたそうです。

「知人の中にも、病気に悩んだり入院したりする人が増えてきましたが、脳梗塞の予防という意味で、血液サラサラ酵素をすすめています。病気をきつかけに健康について改めて考えさせられ、若さを取り戻したような気持ちです」

今では旅行も楽しむことができるという伊藤さん。旅先にも必ず血液サラサラ酵素を持っていくそうで、もう一生手放せない、と元気に話してくれました。

血液サラサラ酵素を飲んだら一カ月で脳梗塞の後遺症の顔面マヒが解消し、医師もビックリ

わかさ
医学研究班

●●顔の右半分にはマヒが残った

「今思えば、二、三日前から体の動きが鈍くなるなどの兆候がありました。そして、突然、顔の右半分がゆがんだようになり、気分が悪くなつて、その場に倒れ込んでしまったのです」

三週間後には退院することができましたが、顔の右半分にはマヒが残ってしまったのです。「初めて顔を鏡で見たときはショックでした。これは一生治らないかもしれないと、しばらく落ち込んでいました。私はもともと血糖値が高く、血糖値を下げる薬を飲んでいましたが、それ以外はいったって健康だったの

で、まさか自分が脳梗塞を起こ

すとは思わなかったのです」

退院後は、一週間に一度、通院しながら、処方された薬を飲んでいましたが、それだけではいってもたつてもいられず、なんとかしてマヒを治したいという気持ちだったそうです。

●●物忘れもなく血糖値も基準値内

そんなとき、大岩さんの状態を聞いた知人が、ミミズを原料にした血液サラサラ酵素（ルンプロキナーゼ）のサプリメント（栄養補助食品）を教えてくれたそうです。

脳梗塞の原因となる血栓（血液の塊）を溶かす働きの期待できる酵素が含まれていると聞き、血液サラサラ酵素をぜひ試したいと思つた大岩さんは、病院の薬と併用して、飲んでみることにしました。

「顔のマヒを治したいという思いが、脳梗塞の再発を防ぎたい、

という考えもありました」

大岩さんは、血液サラサラ酵素を目安量よりも多めに飲みました。すると、飲みはじめて三日後には顔色がよくなり、わずかながら顔のマヒが改善したように感じたそうです。

そして、一カ月ほど飲みつづけると、顔面マヒ特有の引きつった感じが消えてきたのです。大岩さんの主治医は、その回復の早さにとっても驚いていた、といます。

顔面マヒが解消したあと、大岩さんは、血液サラサラ酵素を飲む量を約半分に減らしたそうです。その後、ずつと高めだった血糖値も、ほぼ基準値内で安定してきたとのこと。

「それに、同年代の友人から、記憶力がいいとよくいわれるようになってきました。年を取ると、物忘れが増えてくるものですが、私はほとんど不自由を感じることがありません。会社に行つても、若いときと変わらず仕事ができます。病気のあともこんなに元気に働けることに、とても感謝しています」

これからも血液サラサラ酵素を飲みつづけた、と話す大岩さんです。



物忘れもほとんどない大岩謙吾さん

高血圧で軽い脳梗塞を起こした たが血液サラ酵素で血圧が正常 化し肩こりも消え再発なし

わかさ
医学研究班

●●血圧が高めで水分
補給も不十分だった

福岡県に住む吉田陽子さん（五十五歳・会社員）が軽い脳梗塞を起こしたのは、今から六年前の四十九歳のときでした。「朝、布団から出ようとして立ち上がると、足がからんでつまづいてしまい、うまく歩けなかったのです」これは大変だと思った吉田さん



脳梗塞の再発もなく、仕事もこなせるようになった

んは、すぐに病院に行くと、ごく初期の脳梗塞と診断されました。幸いにも症状が軽かったので、入院をすることもなく薬を処方されただけでした。「もともと血圧がやや高めでしたが、通院するほどではなかったので放置していました。食事は味の濃いものを好んで食べていましたし、仕事が忙しくて、水分をあまりとらなかったのも原因だったかもしれません」

●●長時間のパソコン
作業でも疲れ知らず

吉田さんは、病院での治療を続けながら、血液サラサラ酵素の粒食品を、起床後と夕食後に分けて飲むことにしたそうです。すると、まず現れた変化は、仕事への意欲がわいてきたことだった、といいます。「五十歳を過ぎて、パソコンで

ホームページを作ること覚え、仕事にも活用しはじめました。体調がいいせいか、新しいことを覚えたいという意欲が出てきたのです」そして三カ月後には、血圧も最大血圧が一二〇、最小血圧が八〇と正常値になっていたのです。

さらに、血液サラサラ酵素を飲んで、不思議な変化もあったとのこと。「五十代に入って、閉経などでホルモンのバランスが乱れたせいか、加齢臭が気になっていました。でも、血液サラサラ酵素を飲んでから、加齢臭が消えたような気がします。まるで体の中から若返ったようで、うれしかぎりです」

吉田さんは、血流がよくなったためか、肩こりも軽快したそうです。

「もちろん、この五年で脳梗塞が再発したことはありません。それどころか、以前よりも元気になる、キビキビと歩けるようになった。長時間、仕事でパソコンを使っても疲労を感じません」

吉田さんは、若々しい表情で、そう話してくれました。