

世界から「ガンと難病と老化」をなくし、 「健康長寿・生涯現役」を実現したい！

当会は、「世界からガンと難病と老化をなくし、健康長寿・生涯現役の世界の実現！」を目指して、医師・歯科医師を中心に、医療従事者、医療関連企業、健康関連企業、研究者、志ある一般の方たち、から構成される研究会です。

現在の標準的な治療法では完治が難しい疾患に対して、最先端医学の知見から、伝統療法、民間療法まで、様々な治療法や、その組み合わせを、医師と患者の同意のもとでの実臨床で効果を試し、**症例報告の集積によって、治癒・改善・再発防止・予防の効**

果を検証しています。また、ガン・心臓病・脳卒中・認知症・自己免疫疾患・神経変性疾患など、様々な病気の状態を測る**マーカー検査の有効性の検証**もおこなっています。



当会の治療・症例研究の取り組み

「目の前の患者様を治したい」という想いから始まりました！

当会の「治療・症例研究」は、研究が主目的ではありません。

目の前の患者様を治すことが主目的です。

当会の会員医師らは、日々、患者様の病気の治癒・改善・再発防止に向けて、最善の取り組みをしています。

標準的な治療だけでは、治すことが困難な病気に対して、最善の治療をするとともに、患者様の生活の質（QOL）にも注目しています。

治療後も、QOLが維持できるよう一人ひとりにあったテイラーメイドの治療に取り組んでいます。

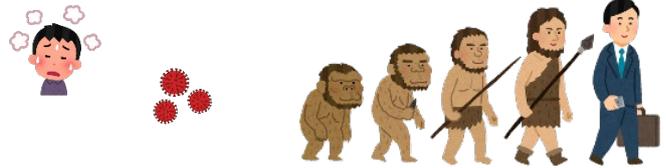
その治療結果は、同じ病気で苦しむ患者様のために重要な情報として集積し、効果的な治療法は世界的に向けて発信していきます。



病気や体調不良の本当の原因

病気の根本的な原因を考察する学問として、進化生物学や医学、生理学、生化学などの知見に基づいて創始された「**進化医学**」という医学分野があります。そして、進化医学の知見によれば、現代人の病気やその症状、不具合、不調の原因は主に、次の3つに要約されます。

- 1. 生体防御反応（咳、熱、下痢などの症状）
- 2. 感染症（ウイルス、菌、真菌、虫など）
- 3. 進化と環境のミスマッチ



1と2の原因に関しては、原因さえ取り除けば、比較的容易に、病気や症状や不具合や不調が治癒・改善しますが、問題は3です。多くの病気や体調不良の原因はこの3つ目の「進化と環境のミスマッチ」、言い換えると「**人類の身体の進化スピードの遅さ**」と「**文明の発達スピードの速さ**」のミスマッチに主な原因があると考えています。人類の身体の進化は思ったより遅く、現代人の身体はいまだに農耕や牧畜が始まる前の約1万年前の生活に最適化されています。そのため、多くの人々は変化の速い「現代文明」に身体がついて行かず、ミスマッチが発生しています。

当会では、そのミスマッチから発生する「不足」と「過剰」という現象に、不調や病気を解決するカギがあると考えています。そしてその「不足」と「過剰」を解決するための方法が、当会で推奨する「**温熱療法**」や、「**栄養療法**」「**メンタル療法**」です。



◎最も根幹となるのが「生活習慣改善法」です。

ミスマッチによる「不足」の代表は、「**運動、睡眠、日光、ビタミン、ミネラル、愛情**」などです。

そして、「過剰」の代表は、「**化学物質（添加物・保存剤など）、農薬、重金属、加工食品・塩分・糖分・脂肪分・乳製品・小麦粉・ジャンクフード、オメガ6（油）**」などです。

何も意識しないと体内の油がオメガ6に偏ってしまいます。「オメガ3」を接種するよう日頃から心掛ける事が大切です。（オメガ3（魚油）EPA/エイコサペンタエンサン・DHA/ドコサヘキサエンサン）

当会が推奨する三大原因療法について

当会では、出来る限り自然な方法で副作用なく、健康増進や体調不良の改善を実現するために、新しい医学体系である「進化医学（Darwinian medicine）」や「分子栄養医学（Orthomolecular medicine）」の知見に基づいた、「温熱療法」、「栄養療法」、「生活習慣改善法」などを提案し普及活動を行っています。

原因療法（1）栄養療法（→ミネラル・ビタミン・アミノ酸などのサプリメント）

原因療法（2）温熱療法（→入浴・厚着・温熱療法機器など）

原因療法（3）メンタル療法（→E・クー工博士の意識的自己暗示療法など）

生活習慣改善法

生活習慣改善法は多くの方法がありますが、参考として当会では以下の様な方法を推奨しています。

健康効果を促進することや再発防止のために生活習慣法は必要不可欠です。）

- ・病気にならない体を作る「**寝耳にわさび**」のライフスタイル(次ページで解説)
- ・オートファジーによる細胞再生を高める「**定時断食**」※できる日だけでも「16時間断食」を推奨！
- ・栄養吸収と免疫の要である腸の状態を整える「**加塩糖脂乳小の制限**」
- ・代謝と血糖の安定を助ける「**まごわやさしい**」の食生活

寝耳にわさび

「**ね・み・み・に・わ・さ・び**」の頭文字を取ったもので、以下の7つの生活習慣改善法の集合体です。

ね・つ → 入浴と厚着で体を冷やさない

み・ず → 朝 500ml、1日 2L の良質な水を飲む) なるべく常温の水で身体を冷やさない。

み・ねらる → ミネラル豊富な食材などから栄養補給。



に・っこう → 1日 30 分の日光浴、ビタミンD補給

わ・らい → 免疫増強・ストレス解消

さ・んそ → 深呼吸

血中酸素濃度アップ→代謝改善・血流改善を図る。

び・たみん → 野菜・果物など栄養補給をはかる

定時断食 (16 時間^{だんじき}断食)

1日 24 時間のうち「16 時間は食事や間食をしない」(糖分無し^{だんじき}の水分は可。常温~HOT ドリンク推奨) 残りの 8 時間以内に食事を済ませる。(基本的には何を食べても可。添加物、ジャンク・ファストフードは避けましょう。)

定時断食は、一切食事をしない事で体内浄化や体調回復、タンパク質再生・細胞再生による身体の若返りを促すオートファジー活性を高める食事法です。

※オートファジーとは、食べないことで体の余った脂肪などがリサイクルされ、新しくエネルギーに変わる細胞の仕組み。2016 年にオートファジーの仕組みを解明した功績により、大隈良典博士がノーベル生理学・医学賞を受賞されて以降、オートファジーについてさまざまな研究が進められています。



注) 食べ始めは空腹状態のため吸収率が上がります。糖質の多いジュースなどは、血糖値が急激に上がり、太りやすくなります。常温の水・ミネラル水などを飲み、胃腸にやさしい物(野菜スープなど)、タンパク質の多いゆで卵、血糖値がゆるやかに上がるご飯(日本の定食)やバナナなどがおすすめです。(生活環境が難しい場合は、週末だけでも行ってみることをお勧めします。空腹でお腹が鳴ってから 30 分後の食事もおススメします!)

※現在治療中・お医者様から制限をされている方はご注意ください。

加塩糖脂乳小の制限

体調改善のため「**加工食品**」「**塩分**」「**糖分**」「**脂肪分**」「**乳製品**」「**小麦粉**」を多く摂りすぎない様に、日頃から意識して制限する食生活です。(有害物質のデトックスを促進する)トランス脂肪酸入りの油脂を使った食品(マーガリン・ショートニング)は避けましょう。グルテンフリー(小麦粉を使わない食品)なども販売しています。着色料の亜硝酸ナトリウムが入っていない「無塩せき」「無添加」などの商品を選びましょう。



まごわやさしい

日本古来の食事として昔から健康増進や代謝維持など身体に良いとされてきた食材による食事療法です。

[**ま・め**] → 豆類は多種ですが、大豆には、たんぱく質が 30% 以上と非常に多く「畑のお肉」と呼ばれています。

[**ご・ま**] → 「セサミン」は強い抗酸化力。「ゴマリグナン」は肝臓の抗酸化作用を発生させる栄養成分です。

[**わ・かめ** (海藻類)] → 海藻にはミネラルや食物繊維が豊富。鉄やカルシウム、ヨウ素など。

[**や・さい**] → 野菜は多種多様なビタミン、ミネラル、食物繊維など身体に大事な栄養が含まれています。

[**さ・かな**] → ビタミン D3、E、B12、必須ミネラル、不飽和脂肪酸(DHA、EPA)などが豊富。

[**し・いたけ**(きのこ類)] → β -グルカン、ビタミン D2、食物繊維、ナイアシン、パントテン酸、ビオチンなど。

[**い・も** (根菜類)] → ビタミン C、カリウムが多く含まれ、食物繊維。体内の塩分バランスを調整。

『対症療法』と『原因療法』

病気になってしまったら薬を飲めば治る？

手術をすればそのあとはもう大丈夫なの？

病気の治療法には、大きく分けて2つの方法があります。「対症療法」と「原因療法」と呼ばれる治療法です。「対症療法」は、その名が示す通り「症状に対処する治療法」です。

体調不良や病気によって発生する「症状」を止めるための治療法であり、病気の根本的な原因を解決する治療法ではありません。

- ・「対症療法」の代表的な例は「薬」や「手術」です。
- ・薬や手術によって体調不良や病気は一時的に改善するかもしれませんが、それは本当の意味で「病気が治癒」したわけではありません。
- ・「対症療法」では、病気が発生する根本的な原因を取り除いていないので、同じ病気や症状が何度も再発する可能性があります。



これに対して、病気や不調の根本的な原因を取り除くことを目指す「原因療法」という治療法があります。

この治療法は病気の原因を特定し、その原因に対応する様々な方法の組み合わせによって、原因を取り除く事を目指し、最終的に根本的な治癒を目指す治療法です。
(ただし、病気の内容によっては原因が特定出来ず、原因療法が行えない場合なども存在します。)

また、長い時間をかけて発生した病気の原因を取り除くには、同じ様に、長い時間を掛けて取り除く必要があります。そのため「原因療法」は「対症療法」の様に、「すぐに治る」という即効性はありません。こうした特性があるため、現代医学では、両者を組み合わせる治療法が推奨されています。

多くの病気や不調に対して、即効性に優れた「対症療法」と、時間は掛かりますが根本的な原因を取り除き、再発を防ぐ「原因療法」の2つを、平行して行う事が最良の治療法であると考えられています。そのため当会では、2ページ目にご紹介している「三大原因療法」をおすすめしています。

~~~~~

\*標準治療で完治が難しい病気の治療法をお探しの方は、  
日本先進医療臨床研究会（JSCSF）にお問い合わせください。  
専属の看護師がご案内させていただきます。



(世界からガンと難病で苦しむ人をゼロにするガン難病ゼロプロジェクト)

一般社団法人日本先進医療臨床研究会（JSCSF）

(Japan Society of Clinical Study for Frontier-Medicine)

〒103-0028 東京都中央区八重洲 1-8-17 新槇町ビル 6F

TEL : 03-5542-1597 (電話受付 : 平日 10 時~12 時/13 時~16 時)

FAX : 03-4333-0803

メール : contact@jscsf.net

~~~~~