

# FINE通信

## 今年のテーマ：癌の「勉強」

### 新潟大学名誉教授・安保徹先生の話から⑤

#### ☆ミトコンドリアを育てる食事

- 私自身、玄米を主食とし、野菜、海草、キノコ類をよく食べ、肉や魚などは週に1、2回食べる生活です。
- 基本を抑えていれば、あまりぎちぎちに守らないほうがよいでしょう。自分を縛るのはよくありません。



#### ☆ガンやガンの転移を怖がりすぎる必要はない

- ガンの検査を頻繁に受けすぎないことが重要 です。
- ガンの 自然退縮 のときに 何が起こるかといいますと、腫瘍マーカーが上がるんですね。
- 腫瘍マーカーはガン細胞のかかえている、膜 とか 細胞質 の構成成分 ですから、免疫能 が上昇し、ガン細胞が 破壊 されはじめたときにも、腫瘍マーカーは上昇します。
- X線写真、CTやMRIの画像に一喜一憂する必要もありません。  
CTなどで検査して、ガンのサイズが急に大きくなって、びっくりすることがあります。このときは ガンの中が 壊死 して治っている、ということも、長崎の田嶋先生が症例を報告していらっしゃいます。
- 腫瘍マーカーが上がったり、ガンのサイズが大きくなったと怯えて、また体を痛める治療に引き込まれる人も多いです。そこは注意したほうがいいですね。
- 転移は怖くありません。ガンが治るサインです。体が治癒力を発揮してガンをたたいている最中です。(ただし、リンパ球が少ない場合はこの限りではない)
- リンパ球が上りはじめたときに転移を起こしやすいということがはっきりしました。転移というのは、原発巣が リンパ球によって攻撃されて、散らばっている状態なのです。
- そして散らばった後にずっと消えていく。
- 実際、転移が起こったガンが自然退縮して治るということを何十例も経験しました。