

認知症の予防について

三寒四温に耐え、春を待ち望んでいたところに、花嵐ならぬ黄砂と PM2.5,0.5 の襲来です。花粉症と相俟って、私も目頭がやたらに痒くて鼻炎症状も出現します。皆様はいかがですか。

アレルギー外来には、それぞれの季節に特徴的な病気の相談が持ち込まれます。最近、増加した相談は物忘れについてです。65 歳以上の方が多いのですが、50 歳代の方もいらっしゃいます。オーリングテストで診ますと、前頭葉や側頭葉に異常のみられることがあります。前頭葉は意志や感情、意欲などの働きを司り側頭葉は記憶、知識や聴覚などの働きを司ります。そのような場所の異常には、どのような原因があるのかを調べていきます。原因が 1 つだけというようなことはほとんど無く、いくつもの原因が重なっています。多いのは、脳のアレルギーの項で取り上げましたように、脳内にもアレルギー反応が起こり、認知機能の低下がみられることです。

次によくみられるのは重金属の蓄積です。水銀、ニッケル、クロム、チタン、アルミ、パラジウム、インジウム、イリジウムなど虫歯の治療に使うものや包丁、鍋など調理に使うもの、また食品から取り込まれるものなどがあります。医薬品、ワクチンにも金属が添加されたりしています。最近、妊婦さんや小児用ワクチンに水銀無添加のものが出来てきたのも、脳への有害性がみとめられたからです。蓄積している金属が明らかになれば、できるだけその金属を生活から排除し、キレート剤（コリアンダーリーフなど）を用いて排泄を促します。また、カンジダがその場所で増殖しているのもよくみられます。循環が悪く、機能低下している所にはカンジダが増殖しやすく、カンジダが増殖している所は様々な機能が低下するという悪循環がおこります。アルコールや甘いものを少なくし、ニンニクやドクダミ茶、治りにくい場合は抗真菌剤を使用することもあります。

最近よく見つけられるようになったものに非結核性抗酸菌による感染症があります。主として肺の感染症として知られていますが、脳にも感染し病巣を形成するということがわかりました。以前にも取り上げたことがあります。私たちの経験ではオリーブの葉エキスがよく効きます。感染初期であれば短期間の服用でよいのですが、長い間の病変では相当永く服用しなければなりません。

この頃は放射性セシウムの蓄積もみられます。放射性セシウムは、細胞膜に活性酸素を作用させ細胞崩壊させる（ペトカウ効果）といわれています。口から取り入れないこと（食材の除染）、排出を早めること（カリウムの多いものを摂る、汗をかく）、SOD 活性の高いものを取り入れる、などの対処が必要です。

電磁波の影響を受けている場合は、身の回りの電磁波発生源を遠ざけるようにしましょう。化学合成物質に過敏な場合、環境中には数十万種のものであり、避けることは大切ですが限度があります。グルタチオンなどの解毒剤が有効な場合があります。

以上、一般に言われる認知症予防の食事、運動、人間関係、知的活動や、高脂血症、高血圧症、糖尿病のコントロール以外に認識をして頂きたいことです。このような治療で認知機能が改善し、アリセプト（認知症治療薬）が不要になった方もおられます。ご参考にしていただければ嬉しいです。

鈴木富美