

癌とナツパ・青汁食

医学博士 遠藤 仁 郎 述

ホジキン病

東京からの電話相談。

「二八才の娘ですが、ホジキン病で放射線治療を受けました。

それで、リンパ腺の腫れはとれましたが、その後の回復が思わしくなく、からだがだるい、といつて、いつもゴロゴロ臥てばかりいます。

顔色もよくありません。

食欲はありますが、元来ひどい偏食で、西洋風をこのみ、主食はパン。ご飯はあまり食べません。

副食は肉類。それも輸入ものばかり。野菜類は一切食べず、くだものは多少食べますが、好物はコーヒークレーキです。

青汁をすすめたいと思いますが。」

とのこと。

「この病気は、全身のリンパ腺が腫れ、熱も出るという癌性の病気の一つ。

原因は、おそらく、お話しのようなあやまった食生活でしょう。

肉類がすぎ、糖分が多いと、血が酸性にかたむき、有害な代謝産物ができやすいうえ、加工・保存食品に多い添加物の害も加わって、血がにごり、からだの抵抗力がよわり、病気しやすくなっています。

そこへ、それらに少なくない発癌物がはたらいた結果ではないか、とかがえられます。

そしてまた、放射線治療後の回復がはかばかしくないもの、やはり、原因はあやまった食にあるにそういありません。

そこで、ともかくまず、食生活の根本的たてなおしをはかるべきですが、その中心になるものは、

(一) いまの食事に不足しているミネラル・ビタミンを十分に補給することと、

(二) できるだけ安全な食品をえらぶこと、とです。

そのためには、ミネラル・ビタミンのもつとも有力な給源である良質ナツパの大量、少なくとも一日一。

〇一・五キロ、青汁にして四〜五〜六合以上のむこと。

そして、主食にはパン（米飯よりはよいが、ミネラル・ビタミンは乏しいことは大差はないし、添加物が少なくない）よりもイモ類。

肉（獣鳥魚介）類の切身、ことに加工・保存品は極力さげ、どうしても欲しければ、全体食べられる小魚類。

「ジャコですか？」

「安全海域でとれたイリコ、チリメンなどがよい苦なんです、残念ながら、酸化防止剤がつかわれています。むしろ、新鮮なワカサキなどがよいでしょう。

さらによいのは大豆。それも、なるべく国産の安全なもの。納豆、キナコ、煮豆、自家製豆乳、豆腐（市販品は安全性に問題があります）

