

この危機を無駄にするな！

健康増進クリニック院長 水上 治

英語で言うと、Never waste a good crisis！です。コロナ危機は誰もが予想外でしたが、人類の、あるいは日本人の長い歴史を顧みれば、疫病は繰り返されているに過ぎません。でも人類は、最終的には克服してきました。数千万を殺したスペインインフルエンザウイルスよりは新型コロナウイルス毒性は弱いです。新型コロナ感染は近いうち必ず収束します。しかし疫病はそのうちまたやってきます。我々は歴史から謙虚に学ばねばなりません。

今回私はいろいろなことを考えさせられました。

西洋医療の元祖欧米の惨憺たる有様には、考えさせられています。ウイルスのRNA解析ができていても、抗ウイルス剤やワクチンで対処するしかない、製造や検証に時間がかかる、副作用の危険もある、しかしそれ以外の医療はインチキ扱いする硬直的な発想の限界です。よくなるなら、何をしてもいい、野戦病院というしかない現場で、臨床試験などという理想の医療を追求しては犠牲者が続出します。

中国がやたらと終息が早いのは（情報の信頼性はともかく）、大きな理由として、漢方薬の使用が挙げられます。6万人以上が服用し、9割がQOL改善が見られたと報告されています。国立の中医薬大学を持ち、国家資格を持つ中医が処方し、薬剤師が処方する漢方薬を服用するだけで、よい経過が期待されるのは当然です。

今注目されているのがBCGです。確かにBCG摂取国の死亡率は極めて少ないです。BCGは膀胱がんにも使われているように、基礎免疫を上げますから、接種者の経過を良くしている背景にこれがあることは十分考えられます。今後の検証に期待します。

やはりコロナ感染に関しても基本的な免疫力が一番大切です。

ワクチンや抗ウイルス剤の開発を否定しませんが、前述のように分析医学の限界も明らかです。違う発想が必要です。

良質のサプリメントが健康増進に効果があるのは言うまでもありません。中国漢方の代替品がサプリメントです。サプリメントの良さは、天然成分で、未知の物質を豊富に含んでいることで、かつ副作用がほぼゼロです。

自分に合っているサプリメントをしっかりと飲んで、健康的なライフスタイルを心掛け、すなわち養生し、新型コロナウイルスにおびえないで、自信を持って生活しましょう。万一かかっても、軽く済んでしまう免疫力をこの機会に確実に自分のものにしましょう。

私にとっての理想の医療とは、一人一人が最適の養生を実践するお助けをすることです。