

福井県内科医会学術講演会 平成 27 年 8 月 1 日 (土)

## 特別講演 2 『血液データに基づく栄養療法』

医療法人回生会 新宿溝口クリニック 院長 溝口 徹 先生

### 講演会座長コメント 羽場利博

溝口先生は横浜市立医学部附属病院、国立循環器病センターなどでの麻酔科勤務を経て当初は神奈川県藤沢市に溝口クリニックを開設され、痛みを専門に扱うペインクリニックを中心に、広く内科疾患の診療に従事されました。その後、一般診療に分子栄養学的アプローチを応用するようになり、治療が困難な精神疾患に対する栄養療法を実践し、多くの改善症例を経験されたことより、2003年に日本初の栄養療法専門クリニック『新宿溝口クリニック』を開設され、毎日の診療とともに、患者や医師向けの講演活動を行われている。

栄養療法は海外ではオーソモレキュラー療法として1960年から実践されており、この療法を提唱された二人の医学者を紹介された。一人は20世紀における最も重要な化学者の一人で、ノーベル賞を2度受賞しているライナス・ポーリング博士。大量のビタミンCや他の栄養素を摂取する健康法を提唱し、更にこの着想を一般化させてオーソモレキュラー療法を提唱した。もう一人は1965年に「精神医学におけるナイアシン療法」を発表したエイブラム・ホフナー医師である。

最初に血糖調節が重要であるとされ、糖質摂取や血糖調節に問題があり、反応性低血糖になることにより、さまざまな精神症状を起こすとされる。その症状がうつ病などの精神病と誤診されやすく注意が必要である。5時間の糖負荷試験を行うことにより、反応性の低血糖を見つけることができると述べられた。

ついでEPAの効用について、スタチンにEPAの有無での冠動脈イベント発症率に及ぼすEPAの影響を検討したJELISスタディを引用。1次予防全例におけるEPA群の冠動脈イベント減少率が19%である一方で、高TGおよび低HDL-C群におけるEPA群の冠動脈イベント減少率が53%であったことから、EPA製剤が冠動脈イベント抑制効果を有することを示した。イヌイットとデンマーク人での比較試験で、イヌイットは高タンパク・高脂質食であったにもかかわらず、心疾患死亡率はイヌイット5.3%に対してデンマークは34.7%とイヌイットが低かった。この理由として血中のアラキドン酸とEPAを比較するとイヌイットはそれぞれ0.8%、26.5%であったのに対して、デンマーク人は12.4%、0.2%と著しい差が認められ、イヌイットの食事にはEPAが多く含まれていた影響と考えられた。血中のEPAが高いと細胞膜はEPA richとなり、膜がしなやかになることにより抗血管障害作用が発揮されると述べられた。

次に血液検査データからのオーソモレキュラー療法的考察について説明された。症例は不定愁

訴を有する 20 代の女性で、17 歳でうつ状態、22 歳で統合失調症と診断されていた。総蛋白 7.2g/dl、AST 17、ALT 14、BUN 8、フェリチン 10.3、Hb 11.8、好中球 81.4%、リンパ球 14.6% などの通常は正常と判断される採血データより、ビタミン B 群欠乏、亜鉛不足、タンパク質代謝の低下、鉄欠乏、交感神経系の緊張状態と診断された。これらの判断に基づいて、食事やサプリメントの補充（B6 などの B 群、鉄、ナイアシン）を行い、3 ヶ月後、7 ヶ月後には AST 17→24→25、ALT 14→18→23、フェリチン 10.3→19.5→30.5、好中球 81.4→73.9→67.9%、リンパ球 14.6→？→26.2% と客観的に検査データも改善し、不定愁訴の症状も非常に改善したとのことであった。脳内神経伝達物質は興奮系のノルアドレナリン、ドーパミン、L-グルタミンが、調節系のセロトニン、抑制系の GABA などの合成に B6 などのビタミンが反応に関わっていることを強調され、これらの代謝での栄養の重要性を述べられた。

先生の述べられた栄養療法とは、古典的な不足している微量の栄養素を補充するという意味ではなく、潜在性の欠乏症を読み、食事の糖質過多、蛋白・脂質の少ない栄養状態や、ビタミン・ミネラルの欠乏がいわゆる脳内神経伝達物質の乱れを起こして、多くの精神症状をきたすと強調され、食事の是正と大量のビタミンなどの補充が必要であると述べられた。生理学的な知識を応用した非常に斬新な内容のお話で非常に面白く、興味深く拝聴したが、一般的な医学的理論と乖離している部分も多く、半信半疑で聞かれた方も多かったと思う。