

医学顧問・佐野正行先生特別講演 「新型栄養失調について」

昨年に続き、医学顧問の佐野正行先生の特別講演を行いました。今回は、内容の一部をご紹介します。



医学顧問 佐野正行（さのまさゆき）先生

名古屋大学医学部卒業後、消化器外科医として、基幹病院・大学病院でガンに対する治療を実践。3千人以上の手術に携わってきた経験から、現在は幹細胞を使った再生・根治医療の取り組みや病気になる生活習慣を提唱されています。正しい医療と健康の知識を伝えることなどを大切にされ、サプリメントを併用した食生活改善の指導なども行われています。

1. 医師の仕事とは？

医師の仕事とは、一般的に病気を治す事とされています。

病気＝不幸というイメージがあり、医師として人の不幸の上に成り立つ仕事はしたくないと思っていました。

健康とは、幸せだと思います。人の幸せを作るために、予防医学（病気にならないようにする事）を広めたくて活動をしています。なぜそのような活動をしているかというと、死ぬまでおいしいものを食べに行ける生活をサポートしたいからです。

①死ぬまで歩くことが出来る ②死ぬまで食べる事が出来る ③死ぬまでぼけない

この3つをメディエーションズと共に広げるために今日この会場に来ました。

サプリメントもそうですが、心と体にとって大切な事というのが沢山あります。一般的な病院では、医師はサプリメントの事をよく知らないのので、添加物や合成物が沢山入っているような体に良くない商品をおすすめる事もあります。皆さんは、いいものをしっかり選んで取り入れることをしてください。

私は、医師に頼らない社会を目指しています。今日、会場にお越しの皆さんと一緒に作り上げていきたいと思っています。

2. 新型栄養失調とは？

摂取カロリーは足りているのに、タンパク質やビタミン・ミネラルといった体の機能を維持するために必要な栄養素が不足している状態の事を新型栄養失調と言います。昔は食べるものがなかったため、栄養素が足りずに栄養失調となっていました。今は食べるものが沢山あるのにも関わらず、必要な栄養素が摂れないため栄養失調になっています。

偏った食事…



忙しさのあまり、ランチを丼ものやおにぎり、パンなど簡単に食べられるもので終わらせたり、肉類中心の食事、ダイエットのために野菜しか摂らない…といった偏った食事は新型栄養失調の原因の一つとされている。

野菜自体の栄養素が少ない…



農薬や化学肥料を使用するようになり、「土」自体の栄養が少なくなり、結果として野菜の栄養素も不足している。バランス良く食事を摂っていても、必要な量の栄養素を摂れていないのが現状。

新型栄養失調になるとこんな症状が…



- ・低血糖
- ・疲労感
- ・低体温
- ・イライラしやすい
- ・風邪をひきやすい
- ・貧血
- ・肌荒れ
- ・むくみ
- など