

治療家と治療家をめざす人のための 鍼灸・手技療法専門マガジン

# 温故 [ONKO-CHISHIN] 知新



「温故知新」  
の情報はこちら  
のサイトから

月刊

Vol.31

2017. 2.15

求人情報掲載

毎月発行

TAKE FREE

¥0



特集

『治療院独立開業 そして…』

イベントレポート

今日本美容鍼灸東洋療法協会主催 宋先生の薬膳講座 ～薬膳餃子でポカポカ健康美人～

連載記事

鍼灸大航海時代「アメリカにおける鍼灸院のフランチャイズ化の動き」／伊藤 学

目からウロコの物理学的経絡治療「デッサンの中から問題点を見つけ出す」／岡西 裕幸

医療接遇「言葉遣い①」／上石 優子

鍼灸師のための経穴デザイン入門「世界一やさしい『三焦』の解説（後編）」／栗原 誠

今月のアロマセラピーレシピ／建石 紀美枝

北埔便り 台湾の長寿村から「温故知新セミナーセンター開業準備室」／村尾 則広

柔整師は現場経験が命「柔道整復師の未来図」／山田 敬一

河村宗典先生に聞く水素水③／林 健司 × 河村宗典

元気になる楽食「長芋と豚肉の辛味炒め」／名畑のぞみ



セラピスト・リーダーズ・カレッジ Presents,



(前回の続き)

—水素スティックは、どうなのでしょう？

林先生が作られた『水素発生スティック』は、純粋なマグネシウムを使って水素を発生させます。マグネシウムが細かい粒状ですから、水と触れ合う表面積が広い。マグネシウムと水が触れると電気分解が起こるのです。そうすると測定ができる『水素分子』が飽和して水素ガスになって出て来る。先ほどから説明している通り、『水素分子』がいっぱい出ているということは、電気分解装置と同じく、その前段階として『活性水素』があるということ。その『活性水素』が、体の中の必要なところに運ばれて、『活性酸素』を消去するのです。

—改めて『活性酸素』について教えてください

30 数億年前に生物が生まれてね、最初は微生物の時代。微生物は酸素の代わりに、硫化水素とか今の人間が吸ったらすぐ死ぬような猛毒を使っていたわけ。ところが植物の祖先が微生物の中から生まれてきて、それが光合成を始め、炭酸ガスと光で作った酸素とたんぱく質が海の中に貯まっていった。そうすると 30 億年間ほとんど進歩せず、単細胞生物として過ごしてきた微生物の中から、硫化水素の代わりに酸素を使って代謝を営もうとする生物が出てくる。ところが、出てくる前に酸素を取り込むと微生物は、皆死んじゃうわけ。酸素を取り込んだことで体の中に発生した『活性酸素』によってね、自分で自分の首くくって。酸素は当時の微生物にとっては猛毒、ちょうど私たちにとって硫化水素が猛毒なのと一緒に。だったら酸素を利用した微生物が、皆死ぬのなら、未だに微生物しかない世界ですよ。じゃあ『活性酸素』を消去する『還元物質』や『抗酸化物質』を自分の体の中で合成できる微生物が、酸素を利用できるように進化したわけ！すると結果論として、硫化水素で生命代謝を営むよりも、酸素の方が、はるかに効率が良い。『活性酸素』の問題解決ができた微生物は、みごとに分化し、進化し、遂に人間まで辿り着いた。この歴史は、たった 5 億年。生物の歴史、最初の 30 億年くらいは、ずっと単細胞生物で酸素がない進化が遅い世界だったのが、

酸素を利用した 5 億年で、ものすごく爆発的な進化を遂げてきたのです。しかし酸素を使うことは生物にとって大革命ではあったけど、同時に『活性酸素』と戦わなくてはならない宿命を負わされてきたわけです。

生物は全て、体の中の『活性酸素』を消去するために『還元物質』『抗酸化物質』を作っている。それで、みんな健康に生きて、進化を遂げてきたけれど、じゃあなぜ現代人は『活性酸素』にやられるのか？結局、現代人の体の中には『活性酸素』が出すぎとるんです。なぜ出すぎたのか？環境汚染、特に水が悪い！（ここから林秀光先生が乗り移ったように…）水道水なんか『毒水』ですからね。毒水を飲んでいるから寿命が縮む、病気になるのは当たり前なことですよ。ちっとも矛盾していない。現代人が自分で環境を壊しちゃった。日本の水道水は、世界の中ではものすごく優秀な飲料水だけど、生命代謝にとっては決してよくない。塩素を放り込んで酸化力をすごく強くしたから、体の中で一番大事な水が『毒水』になる。そりゃ体だって、過酸化状態になれば、『活性酸素』を還元して消すのが間に合わない。毒が増えちゃっているのですから！酸素呼吸している生物は、必然的に『活性酸素』が出る。この活性酸素はね、消さないといカンのです。だから『活性酸素』が全部が悪いわけではなくて、一部は良いとかなんとかいうのは、これへ理屈です。『活性酸素』に良いものと悪いもの、両方あるなんてね、そんな二面的な見方をするような説明は、全く通用しない。『活性酸素』は、生物が酸素を吸うようになった宿命として、必要悪だったのです！

(続く)

## profile



### 河村 宗典

1938 年山口県生まれ。  
64 年神戸大学医学部卒業。  
65 年から 77 年まで神戸大学医学部第二外科教室に在籍。  
78 年に医学博士号取得。  
77 年から 81 年まで特定医療法人誠仁会大久保病院の副院長をつとめる。  
81 年から 2014 年まで特定医療法人誠仁会協和病院院長をつとめる。  
1985 年より電解還元水（電解水素水）を臨床に取り入れる。  
2014 年協和病院名誉院長として現在に至る。