



ほんものを たべよう

| | |
|---------|-------------|
| 提出日 | 2/ 火 水 木 金 |
| | 18 19 20 21 |
| 配達日 | 2/ 火 水 木 金 |
| | 25 26 27 28 |
| 翌々週分配達日 | 3/ 火 水 木 金 |
| | 3 4 5 6 |

2020.2月4号

Alter Weekly Order Catalogue

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

発達障害

発達障害は誰にでも起こる病気

原因と対策

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)

増え続ける発達障害

日本では小学生の15人に1人が発達障害で苦しんでいると言われ、もはや一刻も放置することが許されない状況となっています。滋賀県の養護学校へは毎日何台ものバスで子どもたちが通っています。一般の小学校でも1学年に複数の特別学級が編成される有り様となっています。もはや誰の子どもにも明日起こっても不思議ではない事態です。

発達障害の種類

発達障害とは「注意欠陥障害(ADD)」「注意欠陥多動性障害(ADHD)」「広汎性発達障害(PDD)」「アスペルガー症候群(AS)」「高機能自閉症(HFA)」「典型的自閉症」ですが、その症状は患者ごとに一律ではなく個々にたいへん多様なものです。

発達障害の近縁の症状

今回はその原因とオルター対策についてできるだけわかりやすく簡潔にご紹介したいと思います。

発達障害の原因が分かってくると、アトピー、ぜんそく、花粉症などのアレルギー、自己免疫疾患や、学習障害、強迫神経症、不安障害、パニック障害、うつ、統合失調症、慢性疲労症候群、頭痛、攻撃性、認知症、アルツハイマー病、パーキンソン病、多発性硬化症、慢性関節リウマチ、トゥレット症候群、筋萎縮性側索硬化症、起立性低血圧、起立性調節障害、月経困難症、などとも、多くの共通性のある症状であることがわかります。

読んでいただきたい一冊

まず、発達障害について、たいへん参考になる本をご紹介します。サリー・カーク著「発達障害は栄養でよくなる」(ヒカルランド)です。著者サリー・カークは発達障害児を持つ母親です。ご本人は医療従事者ではありませんが、発達障害を学ぶときにこれほど客観的、専門的に参考になる本はありません。一人でも多くの方がぜひとも手にしていただきたい一冊です。この本の医療監修をしている内山 葉子医師、訳者石原まどかさんもオルターの会員です。



発達障害の原因と対策

発達障害に対し、医者は向神経薬を処方することが一般的です。しかし向神経薬は対症療法であり、根本的、本質的な治療をもたらすものではありません。それどころかその副作用が重く、その薬事で苦しむ場合が少なくありません。

発達障害はじつは脳の障害ではなく、身体の不調による代謝障害で、肝機能が阻害され、精神のトラブル、発達の問題が出ているだけにすぎません。

正常な神経発達を妨げ、人を“発達障害”にする原因として、以下のものが挙げられます。

①腸内環境の悪化

炎症、逆流、潰瘍、組織異常、消化酵素の不足、消化不良、便秘、下痢、腸内細菌の異常

●腸が悪いと免疫システムが弱くなり、中耳炎、ウイルス感染、真菌感染、湿疹、ぜんそく、小麦・乳製品アレルギーなどになりやすい。

【対策】腸を活かせば頭も良くなる。腸の健康は拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.226を参照。

●抗生物質 腸内細菌のバランスが崩れ、抗生物質で死なない真菌、カンジダの天下に。

【対策】抗生物質はやむを得ない時以外安易に使用しない。

●真菌 発達障害だけでなく多発性硬化症、クローン病、炎症性腸疾患の原因

【対策】乳酸菌エキス、Shin、コーボン、マイグルト、オリゴ糖、スイマクなどがおすすめ。食物繊維が豊富なごぼう、寒天食品など腸のお掃除を。

●カンジダ菌(カビ)の毒素 血液に入り「遅延型アレルギー」で脳や全身に炎症

【対策】同上

●炭水化物・糖質、カゼインのとりすぎ 発達障害の人は水銀、農薬、酢酸鉛(染料、印刷の溶剤、塗料)などのた

めグルテン、カゼインの消化酵素DPP4が不足している。グルテン、カゼインの未消化物、オピオイド(アヘン様物質)が発達障害の原因となる。グルテンは小麦、オーツ麦、大麦、ライ麦などに含まれる。カゼインは乳製品に含まれる。

【対策】グルテンフリー・カゼインフリーの生活をする。

●リーキーガット(漏れる腸)症候群 悪玉菌の毒素で腸壁に穴が開く。腸内の老廃物や毒素、細菌、未消化物が体内へ侵入する。認知、言語、行動などの脳機能が阻害される。

【対策】大豆製品はリーキーガット症候群を防ぐため発酵させるか、アク(大豆サポニン)を取って食べる。

②農薬

遺伝学者黒田 洋一郎先生は、発達障害の主犯は農薬、それもネオニコチノイド系農薬であると指摘されています。

【対策】オルターの無農薬野菜を食べましょう。オルターでは農作物からのネオニコチノイド系農薬の追放は完了しています。

③有害金属

●水銀 人類が知る中で最も神経毒性が強い。免疫システム、脳を含めた神経系をおかす。発達障害、学習障害、精神病、認知症、アルツハイマー病、パーキンソン病、多発性硬化症、関節リウマチなどの主犯格。代謝・デトックス機能の低下、カゼイン・グルテンの消化酵素DPP4を抑制する。全身の硬化、炎症。

ワクチンの材料として水銀化合物(メチルサール)、汚染海域の魚、歯科金属(アマルガム)、コンタクトレンズの保存液、鼻炎用スプレー、点耳剤、目薬、痔薬、おむつかぶれパウダー

【対策】ワクチンを打たない。汚染の少ないきれいな海でとれた魚を食べる。歯科金属はオルターの顧問歯科医に相談を。

●水銀、鉛、ヒ素、アンチモン、スズ、アルミニウム、大気汚染、食べ物、飲み物、薬、ワクチン

【対策】オルターのサプリ「野菜力で輝け」は、有害金属のデトックスにむいています。

④栄養不足

●鉄、亜鉛などミネラル類

【対策】ミネラルの補給に野生還元ミネラル「マグマン」は最適。海藻、煮干しなどを食事の定番に。だし文化を大切に。

●ビタミンB群などビタミン

【対策】ビタミンB6とマグネシウム(にがり豆腐、スイマクなど)の同時投与

●必須アミノ酸

【対策】細胞(膜)強化栄養療法。「K-リゾレシチン(アルファベスト)」「糖鎖」「Shin(乳酸菌生産物質)」の3点を中心に、ビタミン、ミネラルのサプリを使います。

⑤酸化ストレス

農薬、有害金属などは酸化ストレスの原因となる。

【対策】抗酸化物質、オルターの野菜・果物、野生還元ミネラル「マグマン」、負電荷療法、水素ガス吸引で酸化ストレスを乗り越えよう。

⑥電磁波

電力会社が検針コストを下げるために設置を進めているスマートメーター設置後の被害損害が相次いでいます。5G社会になると更に被害の拡大が予想されます。

【対策】丸山コイルなどオルターの電磁波対策グッズで、スマートフォン、パソコンなど身の周りの電磁波対策を進めましょう。

⑦経皮毒

洗剤や歯みがき、デオドラントなどに使われる合成界面活性剤も関与の疑い。

【対策】石鹸生活を。