



東京予防医療クリニック・森吉臣総院長兼理事長

水素は、燃やしても二酸化炭素を出さないことから、次世代エネルギーとして注目される。身近な実用例では、水素エンジン車が有名だろう。東京や神戸などで運行されているバスは、一部が水素エンジンだ。さまざまな分野で水素の活用が広がる中、いま注目されているのが医療分野で、人間の健康維持にも水素が役立つという。

手軽に摂取可能な「水素サプリ」

手軽に
摂取可能な

さまざまな水素の効果を紹介する前に、今年3月に報じられたビッグニュースを見てみよう。慶応義塾大学と東京歯科大学のグループが行った研究がそれだ。全国15の病院に心肺停止状態で搬送され意識が回復しない人を、従来の体温管理療法に加えて水素吸入療法を行うグループと、従来の体温管理療法のみを行うグループに分けて、90日後の生存率や症状・後遺症がどうかを比較。その結果、水素吸入療法のグループは、従来治療を24時間投与していた水素は無毒の状態で可燃性だが、濃度2%なら爆発せず安全に利用できるという。それ

「水素吸入療法では、人はスゴイ。全国15の病院に心肺停止状態で搬送され意識が回復しない人を、従来の体温管理療法に加えて水素吸入療法を行うグループと、従来の体温管理療法のみを行うグループに分けて、90日後の生存率や症状・後遺症がどうかを比較。その結果、水素吸入療法のグループは、従来治療を24時間投与していた水素は無毒の状態で可燃性だが、濃度2%なら爆発せず安全に利用できるという。それ

「水素吸入療法では、人はスゴイ。全国15の病院に心肺停止状態で搬送され意識が回復しない人を、従来の体温管理療法に加えて水素吸入療法を行うグループと、従来の体温管理療法のみを行うグループに分けて、90日後の生存率や症状・後遺症がどうかを比較。その結果、水素吸入療法のグループは、従来治療を24時間投与していた水素は無毒の状態で可燃性だが、濃度2%なら爆発せず安全に利用できるという。それ

「水素吸入療法では、人はスゴイ。全国15の病院に心肺停止状態で搬送され意識が回復しない人を、従来の体温管理療法に加えて水素吸入療法を行うグループと、従来の体温管理療法のみを行うグループに分けて、90日後の生存率や症状・後遺症がどうかを比較。その結果、水素吸入療法のグループは、従来治療を24時間投与していた水素は無毒の状態で可燃性だが、濃度2%なら爆発せず安全に利用できるという。それ



森吉臣 (もり・よしおみ)
医療法人社団健若会東京予防医療クリニック総院長兼理事長。医学博士。獨協医科大学名誉教授。一般社団法人日本オゾン水素医療協会会長。日本大学医学部付属病院、獨協医科大学越谷病院副院長などを経て現職。

悪玉の活性酸素を
選択的に取り除く

水素療法に詳しい東京予防医療クリニック総院長の森吉臣氏が言う。「たとえば、心臓や脳の血管に血栓ができて、血流が途絶えるため、その周りの細胞が壊れ、虚血状態が長く続くと、死エリアが広がります。ですから、心筋梗塞などはいかに早く血栓を溶かして血流を再開するかが勝負です。ところが、虚血状態から血流が再開したとき、活性酸素をほじめとする毒性物質が生じます。水素が(活性)酸素と結びつくと、水になる。水素エンジン車が環境に優しいように、体にも優しい。いろいろな病気の背景には、活性酸素も絡んでいるとされるから、水素の抗酸化力は見逃せないだろう。水素の健康パワーについて、森吉氏に詳しく聞いた。

「病気は、いろいろな原因が複雑に絡み合っているんですが、その原因の一つが活性酸素で、病気の9割に活性酸素が何らかの形で影響している」といいます。

「ヒトは、細胞内のミトコンドリアに酸素を取り込んで、ATPというエネルギーに変換します。その過程で酸素の2%は活性酸素になり、細胞やDNAなどを酸化させるのです。しかし、ヒトの体はうまくできていて、活性酸素を取り除くことができます。ところが、加齢によって活性酸素が増え、取り除くことができず、細胞が酸化して病気になる。水素は、活性酸素を無毒化する働きがある。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。

「加齢で減少した抗酸化酵素の働きをサポート」

なるほど、水素は活性酸素を無毒化する働きがある。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。水素が活性酸素と結びつくと、水になる。

「手軽ならカプセルを」

こうしてみると、水素は常に生まれていて悪化は加齢によってSODが減少した中高年にとって、救世主ともいえるかもしれない。どうやって水素を体に取り込むか。水素ガスの吸入や注射、点滴などさまざまですが、効果的に取り込むなら水素カプセルです。当院でも水素吸入機器を使用し65%濃度で30分、60分実施しておりますが、機器を持ち運ぶことが出来ず、少し時間がかかるリスクがあります。その効果は高いのですが、手軽に摂取することは出来ません。サプリは自宅で簡単に服用でき、朝晩に1〜2つずつ飲むだけでいいから」

「水素の抗酸化力は見逃せません。たとえば糖尿病で目の動脈硬化が進むと、網膜症になって失明のリスクがあるし、腎臓でも、水素があれば、この動脈で生じると腎不全から人工透析を余儀なくされる予防になります」

不調の中高年が気になる「水素の可能性」

水素の抗酸化力は見逃せません。たとえば糖尿病で目の動脈硬化が進むと、網膜症になって失明のリスクがあるし、腎臓でも、水素があれば、この動脈で生じると腎不全から人工透析を余儀なくされる予防になります」

水素カプセルの抗酸化力
電子スピン共鳴装置(ESR)による測定実験

コントロール
活性水素水
スーパーオキシド
ヒドロキシルラジカル

