

臨 床

赤ミミズ酵素サプリメント使用臨床医のコメント集

※書籍「よごれた血管がキレイになる赤ミミズ酵素―

10人の医師が証言する健康回復のすごい力」より抜粋

◎患者毎、用量調整・サプリタイプの使い分け

(118 ページ～119 ページ)

赤ミミズ酵素の用量・タイプを、患者により使い分ける 松野晋太郎 医師

松野先生の診療の特徴は、「薬の量が少ない」ということです。種類としてはたくさんあっても、それぞれの用量をかなり小さく処方します。薬の最低適量を知るために、薬に対する患者さんの改善（あるいは副作用）の反応をしっかりと診るのです。そこでは介護家族も重要な役割を果たします。

これはコウノメソッドの薬物処方の基本的な考え方で、松野先生もそれを実践しているわけですが、現在では「師匠の河野先生の半分くらいしか出さないことも多い」といいます。決まりきった薬の処方を行う前にやるべき栄養指導、あるいはサプリメントを有効活用したうえで、患者さんごとの薬の最適な必要量を考えています。

「薬を飲むことで体を酸化させてしまうと思うので、漫然と処方するようなことはしません。米ぬか由来のフェルラ酸や赤ミミズ酵素のサプリメントは、血圧の薬、糖尿病の薬、高脂血症の薬を減らすことができるサプリメントです。生活習慣病の薬を減らせるというのは、画期的だと思います」

松野先生は、患者さんが赤ミミズ酵素サプリメントを使用する量についても、患者さんごとに最適と思われる量を推奨されています。

「当クリニックで扱うサプリメントに含まれる赤ミミズ1日の目安量については、メーカーとして※6カプセル150mgを推奨していますが、1日6カプセルなんて経済的に絶対に飲めない、とあきらめてしまうよりも続けた方がいいので、私は3カプセルでもいいと思います。検査数値などとくに問題はないけれど心配なので予防したい、という人は2カプセルでもかまいません。本格的に血圧を下げたい、心筋梗塞や脳卒中のリスクが高い、というような人も私は4カプセルで開始してもらいます。」

また、同じ赤ミミズ酵素を含むサプリメントでも、使用者の状態、体格、年齢等により、タイプが異なるサプリメントを使い分けされています。

※参考：「ルベスト」1カプセル中、赤ミミズ HLP 粉末 25 mg 配合(1日目安量 4～6カプセル)

(154 ページ～155 ページ)

少量でも手応えを感じる赤ミミズ

松嶋大 医師

赤ミミズの効果は、サプリメントにしてはかなりはっきりと、素早く現れます。

また松嶋先生も指摘されたように、サプリメントにはいつもコストの問題がつきまといきます。保険適用されている薬に比べ、高いからです。

そこで赤ミミズサプリメントのタイプによっては、少ない使用量でも効果が認められる場合もあるので、少量から始めてもよい、と言う先生もいます。サプリメント発売元により推奨する用量はかなり多めな場合もあるので、その3分の1くらいから始めてもよい、と言う先生もいます。それは、本書で対象としている赤ミミズ酵素サプリメントでいえば1日に2～3カプセル、1日150～200円に相当する量です。これなら飲用開始に大きな抵抗はないし、それでも血圧が高い人には効果があるそうです。

コスト面では、脳血管障害の予防、第一選択にはならないが

「認知症の患者さん、あるいは高齢者の患者さんを診ている医師としては、脳血管障害の予防や脳血流の改善という目的に対しては、プレタールという薬があり、選択肢も幅広い部分です。だから僕が診ている患者さんの臨床現場では、コストのかかる赤ミミズ酵素が第一選択になることは必ずしも多くはありません。

ただしサプリメントというのは一つの作用を純粹に取り出したものではなく、からだのシステムの全体にうまい具合にはたらきかけてくれる良さがあります。いまあげたような薬が副作用で飲めない患者さんもいます。そういう面からも、コスト的に問題さえなければ飲用する価値は大きいと思っていますね」