

難病に打ち克つ最先端のサプリメント特報



水素療法の
第一人者が
症例報告!

細胞のがん化と炎症の根元である
悪玉活性酸素を消去!

がんを撃退!

病気を退ける

H₂
水素の力

がん細胞が死んで
腫瘍マーカーも正常値!



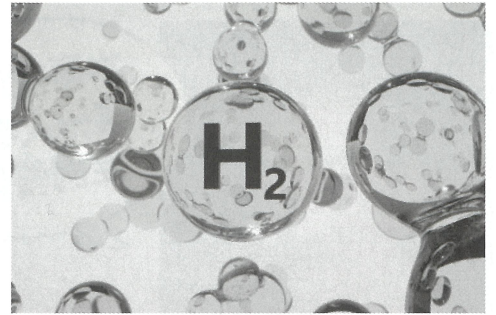
余命宣告から復活できた!
食欲も出て体調良好!



リウマチ、アトピー、
高血圧、糖尿病も
大改善!

編集部の注目ポイント

生命を養う水を構成する「水素」。エネルギー産業などさまざまな分野で活用が進んでおり、医療でもその特効的な治癒力が脚光を集めています。



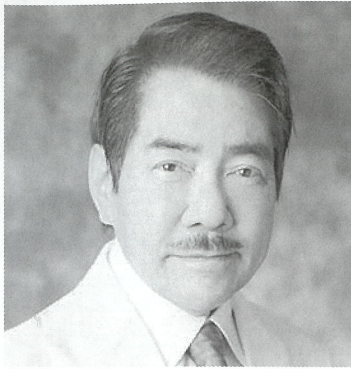
総解説

がんなど難病が続々回復！ 体内の悪玉活性酸素を消去して 病気と老化を退ける「水素」

東京予防医療クリニック院長・医学博士 森 吉臣

医療の分野で 注目される抗酸化力

がんを始めとした難病に克つために、さらに全身の老化を予防し、健康長寿をかなえるために、



森 吉臣 (もり・よしおみ)

日本大学医学部卒業後、日本大学大学院医学研究科卒業。米国カルフォルニア大学医学部附属病院腎研究室勤務をへて獨協医科大学越谷病院副院長に。2005年赤坂アンチエイジングクリニック開設。現在、医療法人社団健若会東京予防医療クリニック院長。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・水素療法協会会長

「水素」が持つ可能性は

きわめて大きい。

長年、水素療法にたず

さわっている専門家の一

人として、私はそう確信

をしています。

水素とは最も軽く、小

さな元素であり、水素分

子 (H_2) が酸素 (O) と

結びついて水 (H_2O) とな

ります。

水素は地球上では、ほ

とんどが水として存在し

ており、まさに生命の源

である「水の素」です。

では、この水素がなぜ、

医療の分野で注目されて

いるのでしょうか。

ひとことではいえず、そ

れは水素に貴重な抗酸化

力があるためです。

抗酸化力とは、体内で

発生する活性酸素を消去

する作用のこと。

活性酸素は血管、内臓、

肌などの細胞を酸化させ

て(サビつかせて)、病

気や老化を招く元凶です。

人間の体内では、この

活性酸素を消去する酵素

が作り出されるものの、

その量は加齢によって減

少。それとともに、全身

の酸化ダメージが深刻になっ
ていきました。

悪玉活性酸素を 選択的に消去する

ただ、大別して四種類ある活性酸素は、すべてが悪者ではありません。

プラスワン情報

今まさに 到来しつつある 水素の時代



水素が注目を集めているのは、医療の分野だけではなく、ありません。

水素と酸素の反応で発電し、家庭の電気と給湯をまかなうエネファーム（家庭用燃料電池）は、需要が年々拡大しています。

細菌やウイルスから体を守るスーパーオキシドと過酸化水素は、いかなれば善玉活性酸素。

その反対の悪玉活性酸素が、一重項酸素とヒドロキシラジカルです。

とりわけパワフルな大手自動車メーカーでは、水素を燃料とする自動車をこぞって開発しています。

このように水素による発電が普及し、そのエネルギー供給量が二〇五〇年までに四〇％に増えれば、二酸化炭素の排出量が八〇％削減できるとも報告されています。

水素の有効活用こそが、世界の環境問題を解決するためのカギであり、今まさに「水素の時代」が到来しつつあるといえます。

水素の有効活用こそが、世界の環境問題を解決するためのカギであり、今まさに「水素の時代」が到来しつつあるといえます。

がヒドロキシラジカルで、細胞膜、細胞内の器官、遺伝子までも酸化させて傷つけます。

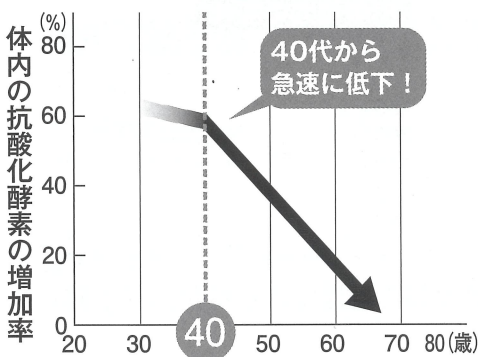
関節、筋肉、肌などの炎症も、ヒドロキシラジカルによって悪化をたどるのです。

そして、水素の抗酸化力の最大の特長とは、このヒドロキシラジカルを効率的に消去すること。

地球上で最も小さく軽い物質である水素は、細胞膜を通過して、細胞内へスムーズに浸透。

そして、細胞の核やミトコンドリアを酸化させるヒドロキシラジカルに取りついて消去していくのです。

抗酸化力は年齢とともに衰える



悪玉活性酸素 ヒドロキシラジカルとは

体内で発生する活性酸素の中でも、タンパク質や脂質を酸化させる力が最も強い。細胞膜、ミトコンドリアなどの細胞器官、遺伝子を傷つけて障害を起し、病気や老化の元凶となる。

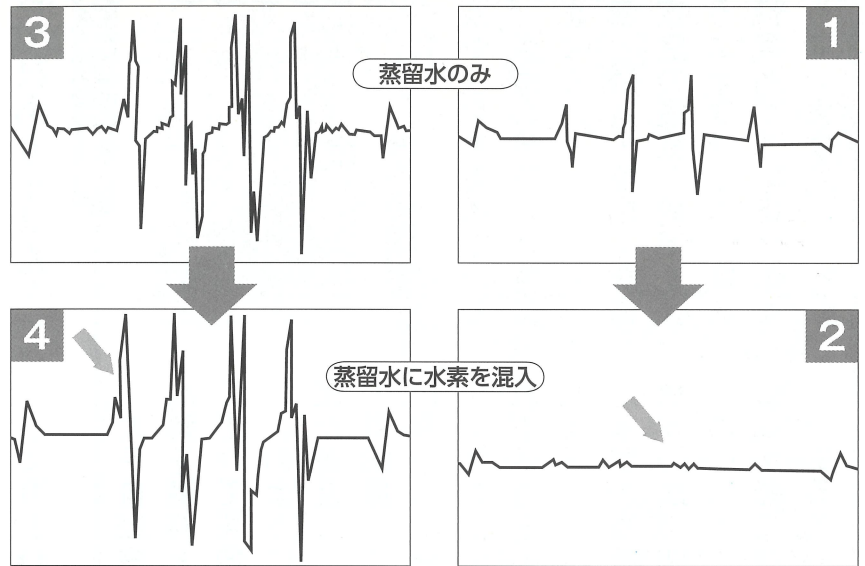


そして、細胞の核やミトコンドリアを酸化させるヒドロキシラジカルに取りついて消去していくのです。

しかも、私が行った実験では、水素は善玉活性酸素を消去することはなく、ヒドロキシラジカルを選択的に消去するこ

しかも、私が行った実験では、水素は善玉活性酸素を消去することはなく、ヒドロキシラジカルを選択的に消去するこ

水素はヒドロキシルラジカルを選択的に消去する



蒸留水に悪玉活性酸素のヒドロキシルラジカルを発生させると特有の波形が現れたが①、水素を混入するとその波形は消えた②。一方、善玉活性酸素のスーパーオキシドの波形③は、水素混入後も変化はなかった④。

この結果から、水素はヒドロキシルラジカルを選択的に消去していることがわかった。

とがわかりました。

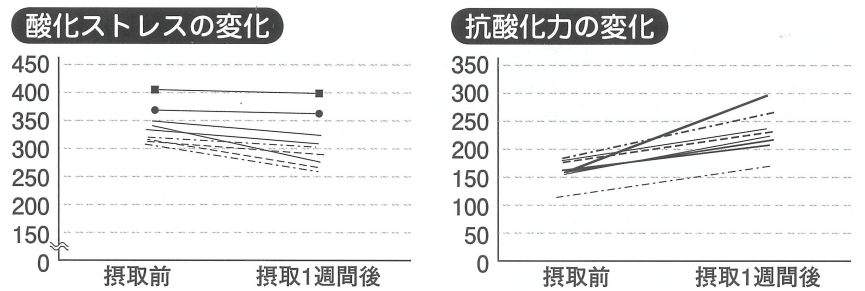
別の試験では、人間が水素を一週間摂取すると、

血液中の抗酸化力が向上し、酸化ストレスが軽減するというデータも得られました。

活性酸素から守れば 遺伝子は自らを修復

水素の抗酸化力によって、病気がどのように治癒するのか、がんを例にご説明しましょう。

水素の摂取1週間で抗酸化力が上昇した



水素の摂取1週間で、被験者全員の血液中の抗酸化力が上昇した。同時に酸化ストレスは減少した

ヒドロキシルラジカルによって、細胞の核が酸化して傷つくと、無秩序に増殖して転移するがん細胞へと変化します。しかし、水素によって酸化の害から守られると、

遺伝子は自ら傷を修復して、がん化をまぬがれると考えられます。

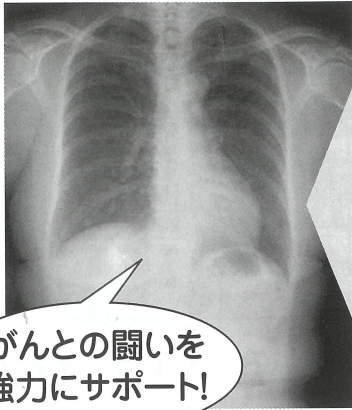
また、がん細胞内では、正常な細胞のエネルギー生産工場であるミトコンドリアが活動停止している状態にあります。

そこに水素を投与すると、ミトコンドリアが目覚めて活性化し、本来のエネルギー生産が再開するので。

その結果、がん細胞がアポトーシス（細胞の自殺）を起こして壊れていくことで、増殖・再発・転移が抑えられると推測できます。

免疫細胞のミトコンドリアも、水素によって活

がんなど難病が続々回復！体内の悪玉活性酸素を消去する「水素」



がんとの闘いを
強気にサポート!

遺伝子の損傷を防ぐ

細胞の遺伝子を傷つけることでがん化させるヒドロキシルラジカルを消去する

がん細胞を自然死に導く

がん細胞内で休眠しているミトコンドリアを活性化。がん細胞を自然死に導く

免疫細胞を活性化

免疫細胞内のミトコンドリアを活性化させて、がんと闘うエネルギーを養う

「水素」の抗がん作用の特長

性化するため、がんを駆逐する力が回復することも見逃せません。そのほか、水素によってヒドロキシルラジカル

が消去されると、アトピー性皮膚炎などアレルギー疾患の炎症も鎮静化していくことに。免疫システムが整うことも加わり、関節リウマチの痛みやこわばりもやわらぐといえます。血管の老化が抑えられれば、血液の流れがおのずとスムーズになり、高血圧の緩和や、糖尿病の合併症を防ぐことにもつながるでしょう。このように、水素の有効性が確認された病気は二〇種類以上あります。水素ならではの抗酸化力が全身に行き渡れば、難病・持病と縁を切ることも可能となるのです。

水素療法が有効と認められた主な病気

がん

発症、再発、転移の予防。抗がん剤の副作用緩和

アレルギー

アトピー性皮膚炎、気管支ぜん息など

生活習慣病

糖尿病、高血圧、脂質異常症、肝臓病など

そのほか、関節リウマチ、認知症、パーキンソン病、腎臓病、脳梗塞、心筋梗塞、胃腸疾患、動脈硬化、歯周病など20種類以上の病気に有効性が確認されている。

水素に替わるものはないと高く評価

私のクリニックにおける水素療法では、水素の点滴・局所注射・吸入などを適宜行っています。みなさんが日常、手軽

に水素を摂取するには、サプリメント(健康食品)の活用が最適でしょう。

水素は環境に敏感な性質ですが、サプリメントなら一定の量が摂取でき、血中の水素濃度を継続して保てます。

特に話題を呼んでいるのは、シソ科のエゴマ油を原料として作られたサプリメントで、体内で水素を発生させます。水素の発生量と発生時間を長く持続させる工夫がされています。

また、水素とともに、ビタミンB群の一種であるNMNという成分を配合したサプリメントも要注目でしょう。

水素とNMNの相乗効果(ハーバード大学の報告)

	投与なし	水素のみ	NMNのみ	水素+NMN
サーチュインタンパク質	約100	約115	約135	約180
血管内皮細胞の細胞死	約42%	約42%	約18%	約11%
血管新生	約1.2	約1.2	約1.5	約2.4

NMNの大きな特長は、細胞内のミトコンドリアとサーチュイン遺伝子(長寿遺伝子)を活性化して、老化を抑制することにあります。こうしてくくると、水素とNMNは作用に共通点があり、きわめて相

性のいい組み合わせといえるでしょう。

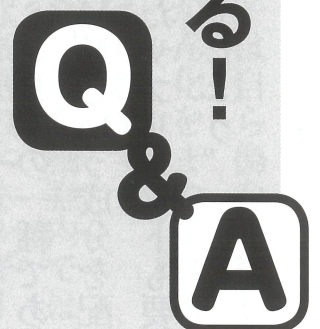
事実、アメリカのハーバード大学では、水素とNMNを同時投与することで、血管の細胞死が抑えられた、新たに生まれる血管が二倍以上に増えた、などの実験データを発表しています。

現在、市場にはさまざまなサプリメントがあふれていますが、私自身、ひとつ選ぶとすれば水素以外にはありません。

これまでのデータや症例の蓄積から、病気と老化の予防にこれほど万能なものはない、これに替わるものはない、と評価しているからです。

さらによくわかる!

「水素」の力



Q 水素のサプリメントを一日に摂る量は?

A 水素のサプリメントを摂取する量や時間帯は、薬のようには厳密には決められていません。一般的には朝夕の食後、一粒程度摂ることがすすめられます。ストレスがつのっている、体に疲れがたまっているなど、体調に不安を抱えているときは、やや多めに摂ることもすすめられるでしょう。

Q 病院の薬と併用してもよいですか?

A 病気の治療中で薬を服用している場合でも、水素のサプリメントを併用して摂ることは問題ありません。病院の症例では、がんの患者さんに抗がん剤と水素を同時に投与して、よい治療成績が得られたという報告もあります。

Q 副作用の心配はないでしょうか?

A 水素そのものは無味無臭であり、人間の腸でも腸内細菌によって生理的に作られています。そのため、サプリメントで摂取する場合も、水素による副作用が起きることはないといえます。

Q 水素の摂取で実感できる体調の変化とは?

A 水素を習慣として摂取している方々からは、「体が疲れにくくなった」「肩こりや足腰のしんどさがやわらいだ」「若く見られるようになった」などの声が多く聞かれます。これは水素によって細胞内のミトコンドリアが活性化し、さらに血管の酸化が防がれたことで、全身の血流がスムーズに促されたためと考えられます。

森先生の水素療法の症例をご紹介します



再発・転移した胃がんを 克服して体調復活！ 余命3カ月から生還できた

構成 『はつらつ元気』編集部

「がんはどこにもない」と最高の知らせ！

五年前に森先生のクリニックを受診したAさん（女性・七十二歳）は、胃がんが再発して、腹膜転移も起こしていました。

がんが胃壁をつらぬいて、胃腸をおおう腹膜に散らばるように転移して

いたのです。

Aさんは当時、がんの治療を行っていた別の病院で、もはや手術は不可能で、余命は三カ月と告げられていました。

そこで、すぎる思いで訪れた森先生のクリニックで、水素療法を始めとしたがん治療に望みを託すことを決心。

するとほどなく、がんの進行とともに増える腹水がたまらなくなりました。久しくなかった食欲も戻って、体調が着実に好転していったのです。

さらに、並行して通っていた、もともとがんの治療を受けていた病院の検査で、がんが退縮していることが判明。

そしてついに、Aさんはその病院の医師より、「がんはどこにもありません」という最高の知らせを受け取ったのです。

余命三カ月から無事生還を遂げたAさんは、現在も再発予防のために、水素療法を継続して受けているとのこと。



再発予防のためにも水素療法を続けています

腹水がたまらなくなって食欲も復活！

森先生の水素療法の症例をご紹介します



乳がんが半分に縮小して 腫瘍マーカーも正常化。 すでに細胞死をしたと推測

構成 『はつらつ元気』編集部

**がんが死んで栄養を
取り込まなくなつた**

乳がんをわずらつたB

さん（女性・五〇歳）は、手術や抗がん剤療法に不安があり、森先生のクリニックを訪れて治療の相談をしました。

来院時、Bさんの右乳房には2cmのがんが確認されていました。

そこで、水素療法を含めたがん治療を継続したところ、がんが徐々に小さくなり、腫瘍マーカーも下降をたどるように。

現在、がんは1cmまで縮小し、転移もない状態。腫瘍マーカーも正常となつて、Bさんは心から安

堵されています。

なお、Bさんのがんは、PETではもはや確認できないとのこと。

PETはがんの栄養であるブドウ糖の薬剤を患者に投与して、全身を断層撮影し、がんの位置や大きさを調べる検査です。

このPETに写らないということは、がんがす

でに死んで、ブドウ糖を取り込まなくなっている可能性を示しています。

森先生によれば、ゆつくりと死んだがんは、その組織の線維のみが残る場合があるとのこと。

水素療法など総合的な治療によって、がんが死滅に追いやられたと推測できるでしょう。

水素療法が期待に
しっかり応えてくれた！



PETの検査ではがんは写っていません！

森先生の水素療法の症例をご紹介します

大腸から肝臓と腹膜に
転移した末期がんが八カ月で
縮小。腫瘍マーカーも低下

構成『はつらつ元気』
編集部

大腸がんを発症し、さらに肝臓と腹膜にも転移を起こしてしまつたCさん（男性・五五歳）。

もともと、大腸と肝臓は太い血管で結ばれているため、がん細胞が血流に乗つて転移しやすいといえます。

森先生のクリニックに来院されたときには、Cさんの病状はすでに厳しいといわざるをえない状況でした。

しかし、水素療法などさまざまながん治療を組

み合わせることによつて、Cさんのがんは徐々に退縮していきました。

治療開始から八カ月後には、大腸がんの大きさが半分まで小さくなり、腫瘍マーカーも下がつてきたのです。

残念ながら、Cさんは来院から三年後に亡くなられましたが、当初の病状を考えると、延命やQOL（生活の質）の向上のために、水素療法などががん治療は大きく貢献したといえます。

森先生の水素療法の症例をご紹介します

関節・筋肉の痛みケアに
プロスポーツ選手が活用！
鎮痛作用が即効で一週間続く

構成『はつらつ元気』
編集部

水素療法は関節や筋肉の炎症を抑えて、痛みをやわらげる作用ももたらします。

そのため、プロスポーツ選手の中には、試合に備えたコンディショニングに活用している方も多くいます。

その一人がベテランの



水素のおかげで好成績！

プロゴルファーであるDさん（男性・五〇代）で、長年の体の酷使によつて、背中や手首などの痛みに悩んでいました。

そこで、森先生のクリニックで水素の局所注射を行ったところ、全身あちこちの痛みが即効的に緩和。

さらにDさんが喜んだのが、鎮痛作用が一週間も持続すること。以来、大会前には水素の注射を打つことが必須のケアになつたそうです。

水素のサプリメントのおかげで 関節リウマチの全身痛が 三カ月で退散！高血圧も返上した

体験談

ドッサリ処方された
薬も減らせた！

腕、肩、足腰が絶え間なく痛むようになったのは四年前で、検査で判明したのは相当に進んだ関節リウマチでした。

愛知県在住

佐藤 雅さん(七三歳)

すぐに薬をドッサリ処方されましたが、病状は一向に好転せず。指が痛くて手を握れないし、腕も足も上がらないなど、全身ガタガタで毎日が苦痛そのものでした。

そんな私を見かねて、知人が教えてくれたのが水素のサプリメントです。ワラをもつかむ思いで、さつそく毎日、水素を摂り始めたところ、薄皮をはぐようにリウマチ症状

が治まってきました。

特に足腰の痛みは三カ月で大幅に軽くなって、自力で歩けるばかりか、軽いジョギングができるまでに大回復。

医師も「どんどん変わ



ジョギングも草刈りも余裕！



指の握り開きが楽々です！

つてきてるね」と感心しきりで、薬の量を減らす許可が出ました。

もちろん、水素は忘れずに摂り続けて、今では両手指の痛みも消え去り、握り開きが楽々です。

おかげで、体操クラブでボール投げもできるし、公園の草刈りを二、三時間続けても平気だし、しやべる言葉までハキハキと一変しています。

また不思議なことに、血圧も一五〇から一三〇台まで下がり、体が疲れにくくなりました。

水素の力が全身にくまなく行き渡って、リウマチが出る前より元気いっぱいになった私です。

水素を一カ月摂って大感激！

血糖値、ヘモグロビンA_{1c}、尿酸値、

コレステロールがすべて下がった

体験談

千葉県在住

坂井良和さん(四四歳)

食事の我慢なし！ 便通、睡眠も快適

私は身長一七七cm、体重一一五kgのメタボ体型で、血糖値や尿酸値など検査値の異常もあれこれ心配でした。

今年も六月に人間ドックの時期となり、ゆううつになつていたところに、水素のサプリメントと出会いました。

水素関連の資料を見て

も半信半疑でしたが、人間ドックの一カ月前から摂り始めたのです。

その結果は私にとって衝撃的で、まず糖尿病の検査で空腹時血糖値が一三〇から一〇九に、ヘモグロビンA_{1c}が七・〇から五・九に正常化。

尿酸値は最高八・〇あったのが、六・九にこれまた下がりました。

総コレステロールも二五〇から一九三に低下し、



10年ぶりにA判定を獲得！

医師も「何かやった？」とびっくりしていました。とはいえ、毎晩のビールや焼酎は相変わらずで、コロッケ、唐揚げなど好物の揚げものも我慢なし。それでも、人間ドック

で「要経過観察」続きたつた私が、一〇年ぶりに「A判定」を獲得したのですから、水素の力には敬服しかありません。

水素を摂ってからは体調もよく、もともと下痢体質だったのが、やや軟便程度に改善しました。

睡眠も深くなり、夜中に目覚めず、六時間グツスリ熟睡。起床時の気分も爽快で、体のたるさも残っていません。

水素をつい摂り忘れると、また下痢気味になり、睡眠も浅くなるので、これは健康管理に不可欠。当初の半信半疑の気持ちは吹き飛んで、今や大の水素ファンです。