



はじめとらきち君からの手紙を読む方へ、はじめ君は店長の初孫です。多少の可愛いがりすぎは、お許し下さい。



はじめ君、きゅうり1本まるかじりです。カレーライスも大人並みの量を平らげます。彼のスゴイ?ところは、ご飯とおやつは別腹になっているところです。この後も、お菓子をパクパク食べるのです。5月4日で4歳になります。早いものです。大きくなあ~れ(^o^)

私は前々から、今の健康基準値はおかしいと訴えてきました。新聞報道にもありましたが、日本人間ドック学会が血圧やコレステロール値などの「新基準」を4月4日に発表しました。今週の週刊ポスト(5月2日号)に詳細が載っていましたので報告します。

日本人間ドック学会と健康保険組合連合会が立ち上げた共同研究事業で、約150万人に及ぶ人間ドック検診受診者の血液検査データを使って、健康基準を導き出しました。

仮に新基準が採用されたら、どれだけの「病人」が「健康体」に変わるのでしょうか? 東海大学大榎陽一名誉教授は「過去の調査によると、30~80歳の男女で『血圧の上が130以上』には全体の約30%が当てはまる。ところが、新基準で高血圧とされる148以上の人は、約8%だけ。つまり、『異常』と診断される人は約22%減ることになる。現在の高血圧の「病人」は2474万人から660万人へと、何と1800万人も減る計算になります。」

さらに驚くのは、悪玉コレステロールの試算。30~80歳の男性で考えると、現在の基準「120以上」に引っかかるのは全体の52%。ところが新基準の「179以上」の人はたったの4%。ほとんどの人が健康体になります。現在、男性だけでおよそ2361万人もいる「悪玉コレステロール値が高すぎる人」が、新基準では182万人しかいないことになります。

私は「20才の人と80才の人の血圧基準値が同じなのはおかしい」といつも疑問でした。人の身体はスーパーコンピューターで、体の中で何かが不足したり、炎症を起こしたりすると、それを補ったり、治そうとする免疫能が働きます。血圧も必要があって上げるのですから、無理やり化学物質の薬で見た目だけの数字を下げてはいけません。体の反応には必ず理由があります。

店頭で「薬を止めて健康を取り戻した人」を多く見てきました。この基準が採用されれば、年間1兆円ずつ増え続けている医療費(平成12年度38.4兆円)も削減できるし、薬の副作用による認知症やうつ、自殺者などもどんどん減ることでしょう!何よりも、健康寿命(介護や施設に入らなくても、自力で生活できる)が伸びることと思います。

しかし、この新基準により薬の売上げは激減し、製薬メーカーは大ダメージを受け、薬で患者を引っ張ってきた開業医や調剤薬局は潰れることになります。だから、製薬メーカーから多額のお金をもらい、低い基準値を作って病人を量産してきた各学会、医師は猛反発しています。今こそ一部の人間の利益のために健康人を病人にし、税金を無駄にしてきたことを考える転換期だと思います。

私は検診を受けていません。なぜなら、現行の基準だと病人にされてしまいますから...。オノドラでも、バッファリンなどの新薬も置いていますが、ほとんどお勧めしていません。薬には必ず副作用が伴います。使うときは、+ - で考えます。副作用よりも今の症状を取った方がいいか悪いかです。

「病は自分の体でしか治せない」
免疫力と解毒能力を高めましょうね(*^_^*)

		新基準	現在の基準
血圧	収縮期	88 ~ 147mmHg	~ 129mmHg
	拡張期	51 ~ 94mmHg	~ 84mmHg
BMI	男性	18.5 ~ 27.7kg/m ²	18.5 ~ 25.0kg/m ²
	女性	16.8 ~ 26.1kg/m ²	
尿酸	男性	3.6 ~ 7.9mg/dl	2.1 ~ 7.0mg/dl
	女性	2.6 ~ 5.9mg/dl	
中性脂肪	男性	39 ~ 198mg/dl	30 ~ 149mg/dl
	女性	32 ~ 134mg/dl	
-GT	男性	12 ~ 84U/l	0 ~ 50U/l
	女性	9 ~ 40U/l	
空腹時血糖値	男性	83 ~ 114mg/dl	~ 99mg/dl
	女性	78 ~ 106mg/dl	
総コレステロール	男性	151 ~ 254mg/dl	140 ~ 199mg/dl
	女性 (年齢別)	(30-44)145 ~ 238mg/dl	
		(45-64)163 ~ 273mg/dl (65-80)175 ~ 280mg/dl	
LDL(悪玉)コレステロール	男性	72 ~ 178mg/dl	60 ~ 119mg/dl
	女性 (年齢別)	(30-44)61 ~ 152mg/dl (45-64)73 ~ 183mg/dl (65-80)84 ~ 190mg/dl	