



ニューサンキング

らく び お 楽Bio通信

2020年
8月号

NS 乳酸菌革命記

私は豚と接していて、彼らは日頃、人間に対する恨みがあるのだと感じました。いいエサを与えないと、人間が近寄ったら、一目散に一番遠いところに逃げて山なりになります。しかし、乳酸菌を混ぜたいいエサを与えたら、近寄っても、黙って寝ています。豚に触っても、じっとして気持ちよさそうにしています。この大きな違いは本当に不思議です。この結果を見て、私は乳酸菌で人間の自殺を防ぐことができれば素晴らしいことだと思ったのです。

乳酸菌で豚の性格が変わるんだったら、自殺しようとする人に乳酸菌を与えると、自殺をやめさせることができるのではないかと考えて、私は2005年に自殺のことを細かく調べてみました。自殺の原因や、自閉症、精神病等をいろいろ研究しました。そして、自殺は心理的、社会的な原因だけではなく、生物学的な要素があるという結論に至りました。なぜ人間はこんなに自殺しやすいのでしょうか。

2008年2月、アメリカの科学雑誌「サイエンティフィック・アメリカン」に自殺や精神病は、ウイルスとバクテリアの感染症だという論

文が掲載されました。

私が3年前に同様の説を発表しようとした時は、学者たちから「それは心理学の知識が不足しているだけだ」と言われました。乳酸菌の働きが人の精神状態まで影響を及ぼすということは誰も言っていないでした。その話をすると、しばしばこう言われました。「先生、あなたは教授ですから気を付けてくださいね。他のところで言うのと笑われますよ」当時は審査してくれる人さえいない状態でした。そういう反応に対して、私は彼らの忠告を一切無視して、自分の道を歩いてきました。NS乳酸菌によって病気が治り、動物の行動まで変わることば豚で証明できていたのです。

日本では、硫化水素が自殺の道具として使われて、すっかり有名になってしまいました。硫化水素とアンモニアは神経毒です。微量でも神経に接するとイライラしてストレスがたまってきます。腸内で硫化水素とアンモニアが発生すると、体内被曝して、精神的に不安定になると考えられます。逆に、それがなくなると精神状態は大きく改善されます。

豚での実験から分かってきたこと、通常の養豚では、消化の過程で硫化水素とアンモニアが大量に発生します。これらは強い神経毒で、大

量に吸収すると死に至ります。人間が、気分が優れなかったり、集中力がなくなったり、怒りっぽくなったり、うつ病や自殺に至るといっても、これらの神経毒に密接な関係があると考えられます。人間には同じ実験はやりにくい。人間は自分の脳しか信じない人が多いからです。自分の腸の気持ちは一切覚えていません。

一方で、アンモニアや硫化水素はアミノ酸の原料でもあります。乳酸菌が活発に活動して健全な消化活動ができれば、これらのガスは、必須アミノ酸や良質なたんぱく質になるのです。体内には、食べ物から合成できないアミノ酸があり、必須アミノ酸と呼ばれています。その内、特に大事なものはドーパミンとセロトニンです。これらは幸せ感をつくる物質です。

コロンビア大学のマイケル・ガーション博士は、その著作「セカンド・ブレイン」の中で、人間を幸せにさせる物質、セロトニンの95%が腸の中でできると指摘しています。脳と腸を比べたらどちらが賢いかというと、実際に、腸もものすごく賢いのです。脳で食べ物安全かどうかは判断できませんが、腸ではそれができるのです。

人間の第2の脳である消化道には大脳に匹敵するほどの数の神経細胞

(ニューロン)があるのです。実際は人間の感情や気持ちを決定する化学物質はほとんど腸の中でつくられます。ニューロンは「考える細胞」と言われます。これまでは考えると言え、学者でも頭のことしか思い浮かびませんでした。じつは腸の思考力は、頭脳の及ばないものを持っているのです。脳死しても、人間の生命体は終わりとは言えません。脳死しても消化道は何年でも何十年でも機能し続けることができます。同じように心臓も動き続けられます。しかし、消化道が完全に死んでしまえば、頭脳の動きも完全に停止してしまいます。

「乳酸菌革命」より抜粋

NS
乳酸菌
が
世界を
変えます



