

# ご近所の お医者さん

□  
638  
□

馬場記念病院脳神経外科部長

金本幸秀さん

＝堺市

## 医療と栄養

脳卒中は、国内の死亡原因の4位、要介護原因の1位となっております。

当院は脳卒中、脳腫瘍、頭部外傷、脊髄疾患など、年間1700人以上の入院患者に対して専門性の高い治療を提供しています。

我々に期待されているのは外科的治療が中心で

すが、その先にはリハビリテーション

や療養生活だけではなく、患者さんの人生があります。

しかし、数多くの入院患者さんを診ると、脳卒中の再発が多く見受けられます。脳卒中再発予防に対して、外科

的および内科的治療を最大限に施すだけでは、十分ではないと常々肌で感じ

ていました。何かが欠けているのではないかと考え、科学に基づいた栄養学の勉強を始めました。

人は数十兆個の細胞からなり、毎日約数千億の細胞が入れ替わるとされて

足すると、同化もうまくいきません。

特にたんぱく質の補給が十分なければ、壊された細胞からの材料を再利用するしかありません。その状況が繰り返されると細胞がどんどん劣化し、あらゆる疾患の要因となります。新しく家を建てるのに、古材で建てた物件になっ

てしまします。また代謝は、あらゆる化学反応の組み合わせによって起こります。すべて

## 未来へ毎日積み重ね

の化学反応が滞りなく進むことによって、代

います。健康に生きるためには、代謝

(異化と同化)が正常になされる必要があります。異化とは、細胞内のミト

コンドリアでエネルギーを作ることです。同化は、そのエネルギーを使って遺伝子の設計図に従い細胞を作ること

です。「人は摂取する物によって作られる」。正にその通りです。「健康に生きる」ためには、毎日の十分な栄養摂取が基本です。未来の自分は毎日の積み重ねで必ず変わります。



「発電」にあたる異化が十分に機能しないと、エネルギー不足に陥り、あらゆる体調不良の原因となります。さらに細胞を作る材料やエネルギーが不