

サプリメント外来のご紹介

① オートモレキュラー療法

当院は、薬(だけ)ではなく、
栄養素の働きによって
治療／予防に取り組みます

皮膚が病気になるということは

皮膚の病気には、アトピー性皮膚炎、接触皮膚炎、かゆみ、乾燥肌、あせも、フケ症、ニキビ、乾癬、イボ、魚の目、乳児湿疹、じんましん、しわ、しみ、水虫、赤ら顔、床ずれなどたくさんありますが、

共通していることは、

**栄養素が不足して、
皮膚が弱くなっている**

ということです。

なぜ皮膚の栄養素が不足するのでしょうか？

いろいろな理由がありますが、下記のようなものが考えられます。

- ◆ ストレス
- ◆ 薬剤の長期服用
- ◆ 病気(糖尿病、肝臓、がんなど)
- ◆ 食の乱れ(糖質過剰、ファーストフード、加工食品)
- ◆ 食材の栄養価の低下
- ◆ 消化吸収の低下(ピロリ感染、胃炎、腸内環境の悪化)
- ◆ アルコール
- ◆ 栄養需要の亢進(小児、妊娠、スポーツ)
- ◆ 加齢

皮膚は内臓(栄養)の鏡です

体内の栄養素が少ないと、あらゆる臓器の働きが衰え、からだには大変なダメージです。緊急措置として、生命活動にすぐに影響が出るわけではない皮膚(粘膜、毛髪、爪)の栄養を犠牲にして、緊急度の高い臓器にまわります。つまり、栄養障害の影響が最も顕れるのが皮膚なのです。

■ 皮膚の異常と栄養素の関係

- かゆみ、ブツブツ(丘疹) → 鉄不足
- ジクジク(湿疹)、ひび割れ、色素沈着 → 亜鉛不足、糖質過剰
- 赤味(紅斑)、毛細血管拡張 → ビタミンB群・C・E不足、糖質過剰
- カサカサ(乾燥)、ゴワゴワ(苔癬化) → タンパク質・ビタミンA不足

■ 皮膚に必要な栄養素(一部)

	所要量 (成人男性)	オートモレキュラー 療法
ビタミンB群	1.5 mg (B1レベル)	100~150 mg以上 (B1レベル)
ビタミンA	2000 IU	10000 IU以上
ビタミンC	100 mg	2000 mg以上
鉄	10 mg	16 mg以上
亜鉛	11 mg	30 mg以上



からだに十分な栄養素があれば、
皮膚にも栄養は行き渡ります。
そうなれば、
トラブルの少ない、丈夫で健康な
皮膚になることでしょう。

血液検査で確認しましょう

皮膚の異常から、体内ではどのような栄養素が不足しているのか、ある程度の子想ができます。
しかし、より確かに知るために、**血液検査**を行いましょう。

十分な栄養を皮膚に行き渡らせるには

- 高品質のサプリメントによる栄養補給
- 栄養補給による、消化吸収力・肝機能・貧血の改善
- 高タンパク食、糖質制限などの食事療法
が有効です。

血液データによる栄養状態を把握し、栄養素の補給とお食事の見直しによって、体内の分子(細胞、栄養素)を最適な状態に整えようとする治療法を、栄養療法またはオートモレキュラー(分子整合栄養医学)療法といいます。

症例:アトピー性皮膚炎/皮膚のトラブル

健康な皮膚の再生を刺激するための栄養素と、血液検査データから選択した栄養素の組み合わせで、難治性のアトピーにも効果を発揮しました。

26歳 女性(母親) ▶ 母親の栄養状態を改善した結果、母親のみならず、母乳から摂取した栄養で赤ちゃんの皮膚状態までもがよくなりました。

検査項目	初回	3ヶ月後	この期間の栄養素
フェリチン	31.3	35.8	・ヘム鉄 ・亜鉛 ・ビタミンA ・ビタミンC ・タンパク質 など
GOT	13	18	
GPT	9	18	
T-Chol	118	135	
亜鉛	54	85	

