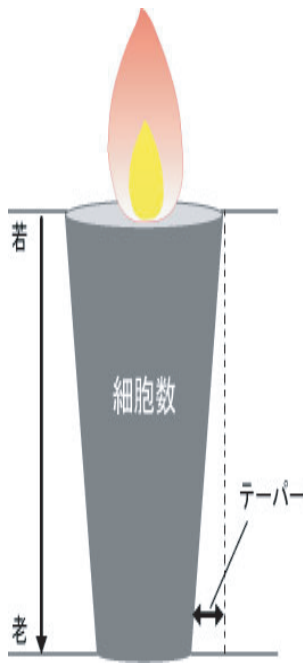


ところで、命のロウソクは1本ではありません。太いのや細いのや、長いや短い、テーパーの大きいや小さいものなど、いろいろなロウソクがひとつの燭台の上に林のように並んでいます。そして、それぞれが目や耳や肌や髪や骨や心臓や脳など、いろいろな器官の寿命を表しています。そして、一番大事な脳や心臓などのロウソクが消えたとき、その他のロウソクはいつせいに消えてしまいます。ロウソクが燃え尽きた後をみると骨のロウソクなどは太いま残ってる人もいますが、火は消えてしまうのです。人によっては若くして髪の毛のロウソクだけが燃え尽きてしまうかもしれません。そして、それによって他のロウソクが消えることはありません。と、してみると健康レベルとは、命のロウソクの炎の大きさであると言えるかもしれません。そして健康レベルには、それぞれの臓器や髪の毛など個々の健康レベルがあり、全体の総和として人間の命の健康レベルがあるといえるのかもしれませんが。

つまり、健康レベルを最大にし、細胞代謝率を最大にするための栄養条件を完全に行うことが、健康管理の最大の目標ということになります。



■確率的親和力理論 (パーフェクト・コーディング) について

人間の体には、酵素という重要なタンパク質があります。食べた栄養を分解するのも、吸収した栄養を体内に必要な物質に変換するのも、体内に入ったアルコールや毒素などを無害にするのも、ウイルスや病原菌などを撃退するための免疫を強化するのも、ほとんどこの酵素の働きです。

ところが酵素はそれ単体では意味を成しません。一緒に働く共同因子として、ミネラルやビタミンが絶対に必要なのです。そして、これらの酵素とミネラルとビタミンは、一緒にあればいつも必ず仕事をするかという点、そうでもないのです。何故かという点、同じ酵素でも、人によって顔や指紋が違つよつに、少しずつ形が違つからです。酵素には鍵穴のようなものがあつて、必要なミネラルやビタミンが、その鍵穴

にうまくはまったときに、スイッチが入って、決められた仕事をできるようになっています。このことを酵素とミネラル、ビタミンとの親和性といいます。

ところで、同じ種類の酵素・ビタミン・ミネラルには、それぞれ個性があつて、まったく同じ形というわけではありません。また、それらは、こんなにやくのように、全体としても部分的にもぶるぶる振動しているのです(これを熱運動による「ゆらぎ」といいますが)なかなかうまく結合できないのです。そして、この結合のし易さ、しにくさのことを、確率的親和力とい

ます。例えば、通常の100分の1の割合でしか結合が成立しない場合、体内での酵素の働きが、通常の100分の1程度と、低くなってしまいます。酵素は、体の中でも重要な働きをしていますから、確率的親和力の低い、結合しにくい酵素しか作れない人は、そうでない人に比べて、酵素の働きに大きな差ができてしまいます。そのため、こうした確率的親和力が低い酵素をもつ人は、体質上の弱点を持っていると考えられます。

ところで、人間の体には約3000種類以上の酵素があり、その1つ1つについて結合の確率が違います。そして3000種類以上の全ての酵素において、確率的親和力が通常より高いような状態はちよつと想像できません。すると、恐らく全ての人が、いくつかの体質上の弱点をもっていると言えるでしょう。

そこで問題は、この体質上の弱点は、カバーできるのかという点です。



ここで仮に、体質上の弱点をもたない人と比べて、10分の1の結合率という弱点をもった人が、酵素反応の共同因子であるミネラルやビタミンの摂取量を通常の10倍にしたら、結合しよつとする回数またはぶつかる頻度が10倍になります。すると、10分の1×10倍=11です。数字の上では、体質上の弱点をもたない人と同じになります。つまり、この人は、体質上の弱点のカバーに成功した、と言えるのです。

メガビタミン主義という思想があります。これは、ビタミンの大量摂取に大きなメリットがあるとする考え方が、分子栄養学でもこの主義をとります。その根拠はここに書いたとおりです。たんなる経験的事実ではなく、分子栄養学では、それが体質上の弱点をカバーする最上の手段ということ、ミネラル・ビタミン・アミノ酸の大量補給をお勧めしています。

ところで、私たちは通常、体内にある個々の酵素についてその共同因子との確率的親和力が大きい小さいかを知りません。であるとすれば、ミネラルやビタミンなど共同因子となる栄養素はすべて、摂取上限以内であれば、大量に摂った方が無難であるという判断になるでしょう。ここにメガビタミン主義の原理があるのです。

