

成人病特報

ハーブがあれば
糖尿病は恐くない。

- 糖尿病の本当の原因を考える
- お薬で糖尿病は良くなるらない？
- 食事療法と運動療法の知識
- ハーブで「糖代謝の異常」を改善



全国から寄せられた体験談

herb

成人病研究会



糖尿病の本当の原因を知る



糖尿病の本当の原因を考える

●糖尿病の一般的な原因

- ① 食べ過ぎ（飲み過ぎ）
- ② 運動不足

もちろん、血糖値を上げる原因である「ブドウ糖」はエネルギー源（カラダ全体を動かす「燃料」）なので、それを摂り過ぎれば（食べ過ぎ・飲み過ぎ）当然、血糖値はあがります。また、運動不足になれば燃料を使わないので、血糖値が上がります。

でも、お医者様に言われた通り薬を飲み、食事制限を行い、運動を心掛けてもなかなか血糖値が下がらないということが多くあります。

むしろ、そんな方が多いのではないのでしょうか？

それは「**過食や運動不足が引き金**」であっても**糖尿病の本当の原因ではない**からです。

糖尿病は、「**糖代謝の異常**」と呼ばれ、ブドウ糖がカラダの中で大量に余ってしまい、尿に流れ出てしまう病気です。

その事で、カラダの中で正しく**ブドウ糖が処理されていない、つまり「代謝」**されていない事が最大の原因であり、ブドウ糖が、細胞の中にきちんと入って、燃料に変わるといって、**カラダの自然な作用が働かなくなっている**からなのです。

お薬で糖尿病は良くならない？

●糖尿病は、「糖代謝の異常」。

現代医学の治療では、この「**糖代謝の異常**」を改善することができません。

- ① お医者様からもらうお薬の量や種類が年々増える。
効かないから量を増やす。効かないから種類が変わる。
- ② 確かに血糖値やグリコヘモグロビンA1cなどの数値は下がったけど、カラダがだるい、元気になったと思えない。
- ③ だいたひ数値が下がったので、自己判断で薬を止めたら、また数値が上がってしまった。
- ④ 数値は下がったが合併症の進行が止まらない。
ということも起こります。

確かに病院で定期的に検査を受けて、血糖値やグリコヘモグロビンA1cなどの数値を正確に知って、良いアドバイスをもろうことは、とても重要な事です。

高すぎる血糖値やグリコヘモグロビンA1cは、急速に合併症を進行させますから、決して自己判断でお薬を止めてはいけません。

しかし、現代医学の治療法だけでは、数値が下がっても食事はおいしくないし、カラダがだるいから運動はつらいし、何よりも「元気」がでません。

●薬物療法では、糖尿病の進行を遅くしているだけ

最も重要な事は糖尿病ではブドウ糖が、細胞の中にきちんと入って、燃料に変わるといって、**カラダの自然な作用が働かなくなっている**わけですから、「元気」になるはずがありません。

まして、病気が良くなるには「燃料（ブドウ糖）」が必要ですが、その燃料がカラダのすみずみまで届いていないのですから良くならないのみならず、**元気な細胞も破壊して合併症も進行する**のです。

現在の治療法は糖尿病の根本原因には働きかけず、とにかく合併症を起こさないようにしているだけです。

お薬は血糖値をコントロールし合併症の進行を遅くらせているだけで、この糖尿病の原因にアタック出来ていないわけではないのです。あくまで「その場しのぎ」なのです。では。何をすべきなのでしょう？



食事療法と運動療法の知識

●血糖値が上がりにくい食材と調理方法を選ぶポイントとしておさえておきたいのが「食品には同じカロリーでも血糖値が上がりやすいものと上がりにくいものがある」ということです。

例えば努めて食べる必要があると言われる野菜でも、煮物となると砂糖やミリンを使って甘辛く味付けする場合があります。すると、せっかく野菜をとっても血糖値を上げてしまう食品になりかねません。砂糖やミリンの使用を控えて、ダイエット甘味料などで補うとよいでしょう。

●血糖値を上げる原因は炭水化物！

データによると、焼き肉だけを食べた場合には、さほど血糖値が上がらないのに比べ、白米を食べた場合、食後1〜2時間の間に血糖値が急上昇してしまいます。カロリーが高い＝血糖値を上げるのではないのです。

これはそれぞれの食材の血糖値を上げるスピードが異なるためです。このスピードを表したものがG値（グリセミック・インデックス）というもので、この値が低いほど血糖値の上昇率が低く、日々の血糖コントロールに良い影響を与えます

●「食後」に筋肉運動をする

糖尿病、改善の基本は食事と運動ですが、なかでも運動は高い血糖値をまねている**血液中のブドウ糖を筋肉が直接消費**することにつながりますから重要です。ただし、運動療法は「タイミング」が大切であることが意外に知られていません。

食物に含まれるブドウ糖のモト（ご飯・パン・麺類などの炭水化物）は、口で咀嚼され、胃で消化され、ブドウ糖となって小腸から吸収されて肝臓などを経由しながら血液中に運ばれます。やがて血糖値が上昇し始めると、すい臓からインスリンが分泌し始め、約3〜4時間をかけて血糖値が元の空腹時と同程度まで下がってきます。

この間、血糖値は食後1時間から2時間の間にピークを迎え、その値は糖尿病ではない人でも高血糖になります。

この食後2時間以内の高血糖になる

タイミングに合わせてブドウ糖を燃やす運動をすることです。すると食後の高血糖を避けることができます。

カンタンな筋トレで構わないですが、運動は少しずつでも毎日続けることが重要です。ムリをすれば続きませんし、疲れてしまえばあきらめてしまします。

ハーブで「糖代謝の異常」を改善

実は様々な検証の結果ハーブには、「糖代謝の異常」を改善する働きがあります

- ①数値が下がった。
- ②お薬が減った（飲まなくてよくなった）。
- ③元気に明るくなって運動も食事も楽しくコントロールできるようになった。
- ④合併症がよくなった。

●食生活では補えない栄養素がある。

現代の食生活において身体に必要な栄養素はまかなわれているのでしょうか？

農業や化学肥料の多用により生態系の破壊＝環境破壊につながり、以前から取りざたされる酸性雨や、最近の問題としては放射能による影響等々やせた土壌により生育する作物も深刻な状況に陥ってしまっています。

つまり、農作物の生産性を高め、安定化や匂い等の扱い易さを求めた代償として、栄養不足＝質の低い作物が出来上がってしまったという悪循環を生みました。

●ハーブの力で正常な身体を取り戻す。

実験の成果によりハーブが血糖値やグリコヘモグロビンA1cの低下に関係している事は確かなのですが、なぜ身体が「元気」になるのかは、まだまだ説明されていない点が多くありました。

最近明らかに変わった、特殊な環境下で育成されたハーブ（希少性の高い）には本来の身体に必要な栄養分が備わっているのです。

普段の食生活では摂取できない様々なビタミン・ミネラルをはじめ、希少な栄養素が数多く含まれており、それらが相乗的に働いて**糖尿病の根本原因である「糖代謝の異常」を招いた体質を改善する事で正常な本来の身体に作り変え**たと考えられます。

●代謝療法なので副作用もなく安心

ハーブは自然な「生薬」ですから副作用も無く、食事療法の延長である代謝療法ですので安心して取り組む事が出来き、糖尿を患うものにとって、まさに「天の恵み」なのです。

私どもは、お薬を使った①薬物療法や②食事療法と③運動療法に加え**第④の療法として「ハーブ療法」**を薦めております。

今回も全国から沢山の「糖尿病が良くなった」というお声が届きました。その中から11名様の貴重な体験談を是非、ご覧下さいませ。



体験談 --File01

糖尿病の大変さを理解している 妻の助けもあって自然治癒に…

静岡県 佐野 信博さん 63歳 男性

●4年前、頭が痛く病院へ行った所…

頭が痛くなつたのをきっかけに、病院へ行つた所、血圧が高く、FBSも高いと始めて言われました。

以前より血圧の薬は飲んでいたのですが、症状が全くなく、気にしてはいなかったのですが、1年後位には糖尿の薬も始まつてしまいました。

当初、A1Cも6・2～6・4%位であまり心配もしていませんでしたが、ある時からA1C6・5%以上がしばらく続き、一時はA1C7・5%、血糖値も200mg/dl以上あり、尿糖もずっと+になつてしまつたのです。

周りに糖尿からの合併症で苦しんでいる人を見ていて心配だつたもあり、ハーブを飲み始める事にしたところ、驚いた事に半年で薬が減つたのです。



体験談 --File02

A1C9.1%↓6.3%に改善したので インスリンを打たなくてよくなりました。

宮城県 佐々木 千恵（仮名）さん 72歳 女性

●糖尿病を発症したのは、市の健康診断から。

今から10数年前のことです。市の健康診断で血糖値が高めと診断され病院にいった所、軽い糖尿病との事で、その当時「弱い薬」と言われてすぐに投薬治療が始まりました。治療と言っても薬を飲むだけで、すでに10年以上薬を飲み続けていましたが、正常値には決してならず、ただ、合併症の症状はでいていませんでしたので安心はしていました。このハーブのチラシが目に残り、すぐに電話をしたのは年の初めでした。その頃、なんとA1Cが9・1%まで上がつてしまい、先生からも「インスリンを打ちましょう」と言われてしまいました。

●絶対にインスリンは避けたかったの。

このハーブと食事療法も始めてみました。このハーブを取り入れてから2ヶ月目でA1C8・2%、4ヶ月目でA1C7・0%となり、なんと6ヶ月目A1C6・3%になったのです。ハーブを飲み始めてからは毎日、日記をつけ飲み忘れの無いように十分気を付けています。飲み忘れたことは今まで一度もないのが私の自慢ですが、半年でこのように早く結果が出て本当に、ハーブを始めて良かったと思っています。

●ハーブを飲む事も習慣になつて数値が改善。

ハーブを飲む事も習慣になつていき、日本酒から焼酎にしたリ（量を決めている）晩酌は毎日、食べたいものは食べているにも関わらず、A1Cも6・3%血糖値も100～130mg/dlで落ちてきて、飲み始めてからすべての数値がよくなりました。

現在のところ合併症もなく体調も絶好調。病院の先生も「何か、やっているのですか？」と聞くほど、数値も落ちていきます。お金では買えない健康だからこそ、本当にこのハーブのおかげと思っています。

健康に「保証」はないので、糖尿病からの合併症で寝たきりや失明など、本人も大変ながら看病する周りの人間の大変さもよくわかつている妻にもしっかり管理してもらい、今は私も自然に自己管理する様に心がけています。

【研究会から一言】

やはり、奥様や周りの人間の理解や助けは非常に心強くもあり改善には必要不可欠です。いつまでも仲良くお大事にしてください。

おかげさまで、合併症もなく数値ももう少しでA1C5%台までできています。インスリンは避けられましたが、薬はまだ処方されています。またA1Cが上がれば、先生はすぐに薬を増やします。これが現実ですので、もっと良くなって、早く薬から解放される日が来ることを望んでいます。

【研究会から一言】

一度、インスリンを処方する事で、身体がそれに慣れてしまい自己治癒力を鈍らせてしまいます。又、こまめな自己管理も功を奏しましたね。





体験談 --File03

**A1c 9.2% ↓ 6.3% になりシビレや
疲れも無く運動が出来る様に…**

愛知県 長谷川 寛さん 74歳 男性

●はじまりは会社の健康診断。

最初、自覚症状はありませんでしたが、糖尿病と言われてから30年は経っています。当時の血糖値は120mg/dl位だったと思います。症状はなかったので、運動と家内が考えてくれる食事に対処していました。ところが10年前からは、

徐々に血糖値が高くなり、病院でもらった薬を飲むようになり、一旦は落ち着きましたが、気を抜くとまたグッと上がってしまつというようなことが繰り返して続いていた。きつかけは半年前に体調がおかしくなりました。



●そんな時に新聞折込を見かけ、飲み出しました…
当時は、とても疲れやすく、だるさがとれない、目がかすんで見にくく、足先にシビレもあり合併症が出ていました。しかし、飲み始めて5ヶ月経った頃から、疲れにくく、だるさもとれてきました。そうなる運動もできる様になり、さらに足先のシビレもなくなり、気にならなくなりました。さらにヘモグロビンA1cも5ヶ月間で、**ハーブを飲む前の9.2%から6.3%に落ちてきました。**医師にはハーブを飲んでることを告げていまして、この結果には驚いていました。また、**血糖値は180mg/dlから105mg/dlになりました。**

●ほとんど正常値というところまで改善しました。

血圧も薬を飲んでいても、160mg/Hgもあり困っていたものが、このハーブで、140mg/Hgで安定するようになり、ひと安心しました。今後は、孫の成長を楽しみに、経営者でもあるので、ハーブで健康を続けていられる様にがんばります。

【研究会から一言】

神経の異常により運動療法が出来なくなる等、病気というのは、一度つまずく事でさらに悪化の一途を辿ります。ハーブを改善のきっかけに出来た例ですね。



体験談 --File04

**それだけ良いものなら
飲んでみようと思えました。**

長野県 大和 久子さん 86歳 女性

●検査したところ糖尿病と分かり…

62歳の頃、頭に腫瘍ができ手術のため、検査したところ糖尿病と分かりました。具体的な数値は覚えていませんが、かなり高かったようです。以来24年になります。

膝が痛いため歩くことは難しいのですが、料理をするのは好きなので、自分で工夫をし食事療法をしていましたが、やがてヘモグロビンA1cが7%前後、血糖値は200mg/dl前後から落ちないようになりました。それが気になりチラシで見かけた荷花堂に問合せをし、それだけ良いものなら飲んでみようと思えました。ご愛用商品初めはハーブとミネラルを飲んでいましたが、都合があり今はハーブだけを飲んでいまして、あれだけ高かったヘモグロビンA1cが半年の間にみるみる下がって、**6%台になりました。ずっと6%台を維持していた、ヘモグロビンA1cがここ半年前から5.8%位に下がりました。**

●食事は野菜から食べ、お米は控えるように。

気楽な一人暮らしですが、近くに嫁と孫が2人いて毎日のように顔を出してくれています。食事は野菜から食べ、お米は控

【研究会から一言】

身体の基本を作るのは、やはり日々の食事となります。食事療法をこたわる事はあるにこした事はないですね。食べる順番へのこだわりも素晴らしいと思います。





体験談 No.105

**身体にあつてると思われるので、
医薬品は出しませんと言われました。**

静岡県 服部 功さん 67歳 男性

●人間ドックで糖尿病と診断され。

62歳頃、近所の「かかりつけ医」に行った所、A1Cが6%前後で薬を飲む程ではないと診断されました。それから自分なりに食事にも気をつけていましたが、最近になってA1Cが6.7%まで上がってしまい、先生からは「このままではもう薬を飲むしかないよ」と言われてしまいました。また妻をその頃亡くしたこともあり、症状として夜は眠れない日が続く、日中の眠気、喉の渇き、また肩を中心に身体中痛みがあり、痛み止めの薬や血圧、睡眠薬など薬も増え、医者通いが続いていました。その頃、チラシでハーブを見かけ問合せをしました。

●相談をしてハーブを始める事に

ハーブを始めてから、4ヶ月たった頃でしょうか、「もう薬を飲むしかないよ」と言われていた状態から、一気にA1Cが5.7%になったのです。先生からは、「何か他で治療をしているのではありませんか?」と言われハーブを始めたことを告げると、「それが身体に合っていると思われるので薬は

出しません」と言われ今も糖尿の薬は飲んでいません。また15年以上高血圧で、薬を飲んでも140/109mg/dlという状態でしたが、**なんとこの血圧も119mg/dlまで下がり、薬が半分に減りました。**また「痛み止めの薬はむくみの原因にもなる」と先生から言われ薬を止め、リハビリを行う様になりました。

●ほんとうにハーブが私に合っている

今は、食事療法もカロリー計算はしていませんが自炊と「配達弁当」を利用し栄養バランスをとるように心がけています。晩酌も焼酎2杯程度は毎晩楽しんでます。A1Cも血圧も改善し、様々な薬もやめられたり、減ったりしてほんとうにハーブが私に合っているのだと思います。これからもハーブを続け、薬に頼らない生活をして行きたいと思っています。

【研究会から一言】

カロリー計算も重要ですが食事に対する意識付けが大切です。



体験談 No.106



**夜間貧尿がなくなり、
数値が正常になりました。**

栃木県 和泉 実さん 84歳 男性

●酒の付き合いや仕事が忙しくて。

昭和58年に健康診断で血糖値が高めと言われましたが、当時は組合長などもやっており仕事が忙しく、また、酒の付き合いなどが毎日のように病院に行くひまがありませんでした。体重も身長が160cmの割には、72kgとやや太めでしたが、特に自覚症状もなかったのです。

その後、平成19年に健康診断で、空腹時血糖値145mg/dl、ヘモグロビンA1c7%となり、不整脈もあったところから糖尿病薬治療が始まりました。当時は血圧も高く170/80、朝には左手のしびれを感じるようになり、また、夜にはトイレに4回位も起きるので熟睡できないという状態でした。その頃の体重は67kgと少し痩せてきていました。15年前から毎朝ウォーキングはやっていますが、糖尿病は確実に進行していました。

●ハーブを愛用し始めてから1か月位して。

やがて1か月位してから血糖値が下がり始めました。ヘモグロビンA1cも徐々にではありますが下がりはじめたのです。

3~4ヶ月後にはなんとA1cが4.9%にまでなったので、今では毎日飲み忘れなく愛用しています。

ここ3カ月間はA1cは4.9%、血糖値は70~88mg/dlと、まったく健康体と言ってもいいほど落ち着いており、先生もびっくりしています。もちろん、薬も減りました。

●薬を飲まなくてもよくなるのが目標

なによりも嬉しいのは、夜のトイレの回数が減り、ぐっすりとお酒は飲んでいますが、朝、たびたび起きていた手のしびれも今はなくなりました。体重も64kgとなっています。

毎朝のウォーキングはもちろんの事、農業をやりながら、老人クラブにも入り、ゲートボールや旅行にと、楽しんでいきます。元気でいないと楽しい事もできないので、今のままA1cが安定し、薬をまったく飲まなくてもよくなるのが目標です。

【研究会から一言】

頻尿が改善されて、数値が改善された例です。就寝中にたびたびトイレに起きると睡眠不足になります。睡眠不足が続くと健康な人でも血糖値が2倍になることが確認されています。



体験談-File07

**A1c 10.5% ↓ 5.1% に改善したので
やっと目の手術ができました。**

埼玉県 石田 由佳里さん (仮名) 68歳 女性

● 検診を受けていなかったの…

10年以上検診を受けていなかったのですが、去年、血糖値が270mg/dl、グリコヘモグロビンA1c 11.0・5%という状態でした。

当時、介護の心労からか「介護うつ」になり、食事がとれなくなっていました。食事はとれないものの「甘い物」だけはノドを通ったので365日、甘いものばかりを食べていたのが糖尿の原因になったと思います。

● ハーブの折込を見掛けて、これだと思い。

ハーブの飲み始めには眼底出血・白内障・足裏の違和感・足のむくみ・残尿感などの自覚症状もありました。右目の方は白内障だけだったのですが、左目は白内障・網膜症・眼底出血があり、23年の9月に手術をしました。右目は手術で良くなりましたが、左目は手術中に出血したとかで、失明はまぬがれたものの見えづらいという状態です。強度の近視なので眼鏡をかけなければ見えないのですが、眼鏡を作っても視力が出ないので、裸眼で生活しています。この手術ができるようになったのも、ハーブを飲んで、「血糖値が正常になり4ヶ月続いています」と先生に言ったところ「手術を試みますか?」と言われたからです。それまでは眼科に通っても、ただ眼底などを検査するだけでした。



体験談-File08

**A1c 10.5% ↓ 6.0% にまで下がり、
EDも改善、自信を取り戻しました。**

神奈川県 桜井 猛さん 60歳 男性

● 会社の検診で予備軍と分かり

10年位前に検診で予備軍と分かり、「早めに病院に行くように」と言われていましたが、疲労感などの自覚症状はあったものの、仕事の忙しさもあり、そのままにしていました。4年位前に「ノドの乾き・オシッコが近い」が現れ、いわゆるEDになりました。夜間陰茎勃起現象がまったくなくなり、「糖尿では、そのようなこともある」と聞いてはいましたが、とうとうきたかという感じでした。やがて、症状は左目の方にも現れ、白内障も入っていると思うのですが、視力が1・2から0・7になってしまいました。2年位前、会社を変わって検診でやはり糖尿でひっかかり、病院に行ってみると「即、入院」と言われました。A1cが10・5%でした。入院は困るので薬を出してもらいましたが、何が糖尿に良いものはないかと思っていたところハーブの折込が目にとまりました。

● 飲み始めてすぐにEDが改善されました。

朝はきちんと若い時と同じ状態になるのです。飲み始めて1ヶ月でA1cも7・2%から6・0%になりました。血圧も上が170から130になりました。

ゴルフが好きでよく行きます。ハーブを飲む前はだるくて疲れてしまいラウンドがきつかったのですが、今では疲れ知らずで快調です。年齢的にまったく疲れないわけはありませんが、

ハーブを飲むようになって半年もしないうちにA1cが5・6%になりました。現在、1年になりますが、5・1%になっています。年齢もありますから勢いよく小水が出ることはありませんが、毎日あった残尿感も、たまに感じる程度になりました。

足のむくみもお医者さんに聞いたところ「あまりむくんではない」ということです。

A1cが5%台になった時、糖尿の薬は「もう飲まなくていい」とお医者さんから言われました。でも、怖いのと5%を切りたので、一番弱い小さい薬を1錠飲んでいきます。

● 食事は1400kcalになるようにしています。

食事は1400kcalになるようにしています。一人暮らしで、一人で食事を作って食べているとストレスを感じるので、昼は外食するようにしています。3食ご飯だと食べ過ぎてしまうので外食の時にはハーブを1粒多めに飲んで、おソバなどを食べるようにしています。運動はウォーキングで、昼の外食のあと歩いて帰って来ます。毎日歩いていると足がつつたりするのでつらくない時に休み休み運動しています。

食事もとれるようになり、「介護うつ」の症状は軽くなりました。

今後の希望としてはとにかくA1cが5%を切るように頑張っていきたいと思っています。

【研究会から一言】

食事・運動療法を楽しんでいるところがポイントです。

以前とは全然違うのです。

ハーブを飲んでいることは医師には言っていないさんから、大変、驚いています。仕事の関係で朝が早いのですが、寝起きも良くなり、朝はスパッと寝床から出られます。前は指先がピリピリと気持ち悪くしびれていたのですが、それもなくなりました。腕のむくみがあり、血管が見えないほどでしたが今ではスッカリむくみもとれ、血管が見えるようになりました。さらに以前は、とにかくノドが乾くので水をがぶ飲みし（夜、ペットボトル1本を飲むこともありましたが）、夜中もトイレに行っていたのですが、ノドは乾かなくなり、トイレに行くこともなくなりました。一時は夜の頻尿は前立腺からかと心配したこともありましたが、それは一切なく、おしっここのわずらわしさからスッキリ解放されました。

● 自分の努力も必要ですから、ご飯は茶碗に1杯

大好きな肉を控えて魚をとり、野菜中心にしています。酒は飲まず、甘いものも控えています。そんな節制から体重も10キロほど減らすことができました。おかげで膝や腰の痛みもなくなりました。中性脂肪が少し高かっただけで、検査数値はすべてマイナスで、医師からは「あと10kg痩せれば、糖尿は治るよ」とまで、ゴルフ仲間にはインスリンを打っている人もいて、確かにゲッソリ痩せてしまい、見た目にもつらそうです。私は早めにハーブに出会えて、本当に良かったと喜んでいきます。

【研究会から一言】

夜間陰茎勃起現象が週に一度もないのは初期の動脈硬化です。



体験談 - File09

腎臓に持病があるので、透析だけは避けたくて…

長野県 森本 吉和さん 63歳 男性

●糖尿と分かったのは平成8年の人間ドック

空腹時血糖値は114mg/dl、食後2時間で144、ヘモグロビンA1cは5.7%という状態でした。その後、だんだんと悪くなってきました。

もともと「馬蹄腎」という腎臓の病気を持っており、21歳の時に手術を受けました。すでに結石があり、腎臓の機能も低下していました。

高血圧は40歳の時から薬を飲んでいました。当時はお酒を飲む機会も多かったのですが、頭の痛いこともあり、記憶では血圧が160はあったと思います。

平成5年、朝、階段を上る時に足が重たくて上がらなくなったりして病院に行ったところ「狭心症」と言われ、それ以来狭心症の薬を飲んでいました。「視野が狭くなる」という経験もしたことがあり、「血液サラサラ」の薬も飲んでいました。平成14年からはコレステロールの薬も飲み始めました。

●様々な病気の根源になると分かり

平成19年のドックで「糖尿に気をつけないと薬を飲まなければいけない」と言われ、さらに様々な病気の根源になると分かり、「薬はすでに色々飲んでいるので、薬ではなく、血糖値を下げるサプリメントの様なものはないか」と探していたところ、ハーブの新聞折込を見かけ、電話で問い合わせ、飲んでみることにしました。



体験談 - File10

ひどい頭痛もちで薬にも すぐる気持ちでハーブを…

愛知県 近藤良子さん 75歳 女性

●ハーブを飲み始めて1〜2年で偏頭痛がなくなり

頭痛もちで30歳位から40年程、1年に数回2日間寝込む程の頭痛と吐き気、だるさがあり、とにかくこの片頭痛（偏頭痛）が良くなればと思い飲み始めたのがはじまりです。

ハーブを飲み始めて1年位してから、片頭痛で寝込むのは1日と減り、2年位で、片頭痛がなくなりました。

当初は、高脂血症（コレステロール）の薬を飲んでいましたが、現在は、コレステロールは正常になり薬は飲まなくて良くなりました。

主人も亡くなり、一人暮らしなので、子供たちにも心配をかけたくない。何よりも自分の身体は自分で守らないといけないと思っているので、又、あの辛い症状があった頃のように元に戻ってしまうのが怖くて、このハーブをずっと続けています。やはり、お金より身体、健康が大切と一人になってより強く思っているのも、あの辛い頭痛から解放され、今こうして健康でいられるのも、このハーブを長く続けてきたおかげと感謝しています。

【研究会から一言】

糖尿病の人は空腹時に低血糖の症状で片頭痛が起こることもあります。

飲み始めて2・3日後に便通が改善されました。気持ちよくスーッと出るようになったのです。それ以来、便通で苦勞することなく、1日に2〜3回、快便です。

●体質が変わるのに4ヶ月位かかる

ちょうどそれくらい経った頃、A1cは6.2%から6.1%とそんなに変わりませんでした。食後2時間の血糖値が212から162とだいぶ変わってきました。飲み始めてから7ヶ月が過ぎる頃には食後2時間で116、A1cは5.8%となり、その後、5.6〜6.0%で安定し、この1年間は6.0%以上だったこともありません。5.1%だったこともあります。ハーブを飲んでからは、コレステロールも152mg/dlと落ち着いています。善玉・悪玉コレステロールのバランスや中性脂肪値なども正常値の範囲内です。

ダンスの講師をしているので、特に運動はしていませんが、食事はご飯を子供のお茶碗1杯にするなど工夫しています。昨年、腎臓ガンの可能性があると言われ、心労からか3キロ、痩せました。検査の結果、大丈夫と分かり、安心しました。

今後は6.0%以下で安定させていきたいと思っています。腎臓に持病を持っていますから、透析にならないように注意していきたいと思っています。

【研究会から一言】

森本さんのように年に1度は人間ドックに通い、食事や運動に気をつけていても糖尿が進行することがあります。まさに糖尿は「糖代謝の異常」だからです。



体験談 - File11

若い頃にI型の糖尿病を発症。 様々な合併症を伴いながら。

京都府 立川真由美さん 53歳 女性

●網膜症と過度のストレスによる肝機能低下。

18歳にインスリンが出ていないI型の糖尿病を発症しました。やがて、合併症により網膜症を発症。手術するも左目は失う事になったが右目を14年前に失明。

近年は家族の介護をした事が重なり、血糖値とともにヘモグロビンA1cも異常値を示す様になったり同時に6月には肝機能も悪化、肝機能も低下しクレアチニンも1.08になってしまいました。

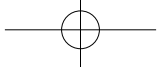
眼圧も一気に25〜26mmHgと上がり、主治医には過度のストレスが原因であると指摘を受けました。

飲み始めて2週間位から身体が軽くなりだるさがとれ、1ヶ月を経た定期検診では左目眼圧は15mmHgまで下がる。その一週間後検査ではヘモグロビンA1cの数値が改善されました。

最近では左目の視力が劇的に0.6まで改善され、身体が軽くなりスタスタ歩ける様になってきて病院の先生方にも驚かれます。

【研究会から一言】

I型の方は一生糖尿病と付き合わなければなりません。それらに打ち勝つ為に、私共は日々情報提供に努力していきたいと思っています。



※本書の無断複写(コピー)は法律で禁じられています。

【体験談 -MENU】

- 糖尿病の大変さを理解している妻の助けもあって自然治癒に……………P06
- A 1 c 9.1%→ 6.3%に改善したのでインスリンを打たなくてよくなりました。……………P07
- A 1 c 9.2%→ 6.3%になりシビレや疲れも無く運動が出来る様に……………P08
- それだけ良いものなら飲んでみようと思いました。……………P09
- 身体にあつてると思われるので、医薬品は出しませんと言われました。……………P10
- 夜間貧尿がなくなり、数値が正常になりました。……………P11
- A 1 c 10.5%→ 5.1%に改善したのでやっと目の手術ができました。……………P12
- A 1 c 10.5%→ 6.0%にまで下がり、ED も改善、自信を取り戻しました。。 ……P13
- 腎臓に持病があるので、透析だけは避けたくて……………P14
- ひどい頭痛もちで薬にもすがりもちでハーブを…。……………P15
- 若い頃に I 型の糖尿病を発症。様々な合併症を伴いながら。……………P15

成人病研究会

健康医学普及協会 <http://www.ken-ikyo.or.jp/>



0120-661-615

成人病特報106号 2014年2月21日発行

●監 修 特定非営利活動法人 健康医学普及協会 永井朋人

●発行所 成人病研究会 〒330-0801 埼玉県さいたま市大宮区土手町 1-305-1
電話 / 048-662-5031 ファックス / 048-662-5103

成人病特報 -16