

世界が注目する「チャーガ」の優れた抗がん作用 生活習慣病を改善に導く効果も ロシアでは医薬品として正式に薬局方に収載

大学、研究機関で

実証された多様な健康果

いつの日か誰かが名も知らぬ植物の秘められた効用を見つけ出し、それを病苦に悩む人たちに役立たせるために卓効ある妙薬をそっと地上に散りばめてくれている自然界の計らいの妙に、私たちは驚かされます。

強力な抗がん作用で知られる「チャーガ」もそのひとつです。

日本からがんをなくしたいと願い、私は5年前に『ガンは五年以内に日本から消える』（経済界）を出版した医師として古くからロシアの民間療法でさまざまな疾病効果、特にがん治療に用いられ成果が認められているチャーガに強い関心を持ってきました。

ロシアのノーベル文学賞作家ソルジェニツィン氏が自身の作品『ガン病棟』の中で「ガンを予防し、自然治癒させるには白樺のガン(癌)であるチャーガを飲むのが有効である」と記述したことを機に、チャーガは一躍世界の医学者の耳目を集めるところとなりました。

事実、チャーガは1950年代からレニングラード第一医科大学をはじめシベリア医科大学や免疫研究所、ガンセンターなどの研究機関などによって、がんに対する有用性は立証されています。

1955年にはモスクワ医学科学アカデミーが抗がん剤として推奨し、ロシア赤十字社ではチャーガを主成分とした抗がん剤を販売。1983年には、がん胃潰瘍、慢性胃炎、鎮痛の医薬品として正式にロシア薬局方にも収載されています。ロシアでは医薬品としてだけでなく、疾病予防や健康管理に役立つ代替医療としてお茶にするなど広く愛用されています。

日本においてもチャーガの研究は、静岡大学名誉教授の水野卓博士、元大阪赤十字病院の星崎東明博士、日本統合医学会会長の甲田光雄博士、北海道大学農学部のグループなどで行われその多様な有用性が報告されています。

抜群のβグルガン含有量

アガリスクの3~4倍も

チャーガは、サルノコシカケ科と同種のきのこで、和名は「カバノアナタケ」といいます。白樺などのカバノキ類の生木に寄生しその表面は黒色で硬いこぶ

のような形状をしています。成長するまでには10年以上もかかり、白樺数千本にたった1本しか生息しない希少価値の高い「幻のきのこ」です。

チャーガにはどのような有用成分が含まれ、それらが体内でどのような働きをし、どのような疾病に優れた効果をもたらしてくれるのでしょうか。

チャーガにはβ-グルガンなどの多糖類をはじめ、食物繊維、タンパク質、各種ビタミン、ミネラル、SOD(活性酸素を無害にする体内酵素)、サポニン、イノシトール、ポリフェノール、リグニン、フラノボイド、エルゴステロール、アルカノイドなど有用成分が豊富に含まれています。

これらの有用成分が複合的に機能することによって、私たちの健康に好ましい効力を発揮してくれます。なかでもチャーガは抗がん成分であるβ-グルガンの含有量が多いのが大きな特長です。ちなみに制がん効果があることで知られるアガリスクの約3~4倍もあります。

私たちの体は毎日多くの正常細胞ががん細胞に変化していますが、体に備わった免疫細胞がそれを駆逐してくれることで正常な生命活動を営むことができます。β-グルガンには、その体内のがん細胞を攻撃するマクロファージやNK細胞・キラー細胞などの攻撃部隊を活性化させ免疫力を向上させる抜群の働きがあります。抗がん効果が期待できるのはそのためなのです。

チャーガにはSOD(スーパーオキシドディスムターゼ)という、体に悪さをする活性酸素を除去する体内酵素を活性化する働き、いわゆる抗酸化作用があることも優れた特長です。酸素は私たちの生命活動にとって不可欠なものです。呼吸によって取り入れられた酸素の約2%は体内で活性酸素という毒になってしまいます。

がんや多くの生活習慣病の原因は、この活性酸素が関与し疾患を引き起こすことが分かっています。体にはSODを作って活性酸素に対応する機能が備わっていますが、加齢とともにその機能は低下してくることから外部からSODを補給することが必要になります。

チャーガはそのSODがアガリスクの23倍も含まれている強力な抗酸化食品です。チャーガはSODをはじめ豊富な有用成分が複合的に機能し、免疫を高めると共に活性酸素を除去することから、がん以外にもさまざまな病気を改善に導く効果が期待できます。チャーガは蔓延する生活習慣病、特に2人に1人ががんに罹患する「がん大国」日本にとって得難い自然界からの送り物といえるでしょう。

宗像久男

1948年、福島生まれ。早稲田大学大学院政治経済学部で国際経済学を学ぶ。卒業後、長崎大学医学部に入学し神経内科を専攻。その後、代替医療を志す。2004年ナチュラルクリニック代々木開設、医療法人社団一友会初代院長に就任をはじめ複数のクリニック院長を歴任し現在に至る。...

