

ショウガの薬効が10倍アップ! 1日数^{グラ}で普通の食事が薬に変わる!

手作り



2019 4

わかさ

蒸

しししょうが

で高血圧が大改善!

糖尿病・心臓突然死を一掃! 花粉症も撃退

8^キロやせた! リウマチ痛が消え
血糖値も下がり薬が不要!

高血圧が200^ミリ→130^ミリに正常化!

パーキンソン病のふるえも止まった

ゆるトレ

助健容

初公開



テレビで大反響! 蒸しショウガ鍋



10大レシピ大公開

慢性副鼻腔炎 蓄膿症 花粉症

鼻水・膿がその場でドツと排出!

つらい鼻づまりが数十秒で解消!

頭痛も鼻づまりも即解消! 鼻スッキリ整体

鼻の粘膜のうっ血を取る。ペットボトルはさみ

高血圧が200ミ↓130ミに正常化し
狭窄症の跛行も解消！
パーキンソン病のゆるトし
助健容初公開

要介護度がとれた！200ミの高血圧が130ミ台！足腰の弱い人にも効果絶大ののんびり体操が注目
70〜90代に最適体操「助健容」は誰でもできる胸式呼吸でゆっくり手を上下左右に伸ばすだけ
200ミ近い高血圧が半年の助健容で130ミ台に安定し頭痛も吐きけも治まって顔色も良好

蒸せば薬効が倍増！食後高血糖も改善する
蒸し大豆 50代医師の血管年齢はなんと28歳！

血管の若返りに蒸し大豆を糖質制限「大豆ファースト」が効果大で、食後高血糖が大幅改善
蒸し大豆は不足しが食物繊維やミネラル、特効栄養を効率よく補え、筋肉ヤセも防ぐ万能食材

夜間頻尿 尿もれ・尿意切迫感が治まったと大反響！
快果 シーベリー

世界中で大注目の果実「シーベリー」は膀胱の筋肉の収縮を抑えて過活動膀胱の排尿障害を改善
シーベリーは前立腺の肥大を抑えて頻尿や残尿感・尿意切迫感を一掃し、生活の質も向上



プロポリスの世界的権威者
ルト・アーガード

20世紀に入り、プロポリスの父ルト・アーガードにより現代の「プロポリステラピー」が普及しました。「アーガードプロポリス」は、製法特許(D2414433C3)による群別精製法で高品質のプロポリンを抽出し主原料としている。

20世紀に入り、プロポリスの父ルト・アーガードにより現代の「プロポリステラピー」が普及しました。「アーガードプロポリス」は、製法特許(D2414433C3)による群別精製法で高品質のプロポリンを抽出し主原料としている。



ドイツが生んだ世界のトップブランド
アーガードプロポリス

「アーガードプロポリス」有用成分フラボノイド含有量

ガラゲン	2,200mg/100g
クリン	3,300mg/100g
アカセチン	410mg/100g
ケンフェノール	190mg/100g
アピゲニン	170mg/100g
イノラムネチン	89mg/100g
ケルセチン	75mg/100g

日本で初めて厚生省の検査に合格、プロポリス製品の輸入・普及のオピニオン・リーダー
UNICO (株) ユニッコ
東京都中央区日本橋本町4-4-16
☎03(3243)0770 www.unico-reform.jp

- 血液がサラサラになって糖尿病が改善！怖い合併症も抑えると注目の抗酸化成分[アカシアポリフェノール] ... 46
- 血液・血管を若返らせる！[糖尿病・怖い合併症の改善術] ... 63
- 免疫力を高めると研究論文で続々報告！花粉症が改善し、アレルギー体質を一掃！国産[冬虫夏草] ... 84
- 高血圧をぐんぐん下げる！中性脂肪値も改善して肥満・糖尿病まで撃退！[発酵黒豆エキス] ... 112

夜間頻尿・尿もれ・尿意切迫感が治まったと大反響!

過活動膀胱・前立腺肥大症が軽快する

快尿果実 シーベリー



世界で大注目の果実「シーベリー」

これから春になり少し暖かくなると、出かけたり旅行したりする機会も増えることでしょう。しかし、「トイレが近い」「夜にトイレに行く回数が多い」「おしっこが我慢

潜在的な患者数は
1000万人超

世界中で大注目の果実

「シーベリー」は膀胱の筋肉の収縮を抑えて過活動膀胱の排尿障害を改善

できない」などの悩みがある人にとつては、外出や旅行は憂鬱なものかもしれません。

排尿の回数が起床から就寝までに8回以上、就寝中に1回以上ある状態を頻尿といいます。頻尿に加えて、残尿感や尿もれ、排尿時にいきまないと出ないなどの排尿トラブルが頻繁に起こる人は、病気の可能性もあるので、泌尿器科を受診してください。

排尿トラブルの中でも最近急増している病気が「過活動膀胱」で、頻尿・尿意切迫感（急に排尿したくなる）・切迫性尿失禁（トイレまで我慢できずに尿をもらしてしまう）などの症状があります。40歳以上の8人に1人が過活動膀胱といわれ、潜在的な患者数

は1000万人を超えると報告されています。



藤浪一宏先生

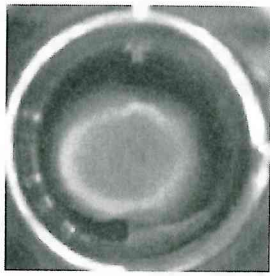
過活動膀胱の原因は、実はまだはっきりとわかっていません。しかし最近、シーベリーという果実が過活動膀胱に有効であることが判明し、世界中から注目されています。

ではシーベリーはなぜ、過活動膀胱の改善に役立つのでしょうか。まずは、排尿のしくみから説明しましょう。

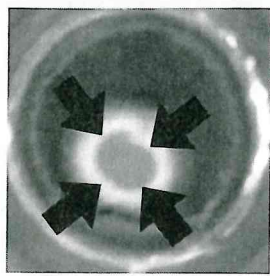
尿をためる膀胱は排尿筋という平滑筋（意志に関係なく

藤浪医院院長
ふじなみかずひろ
藤浪一宏

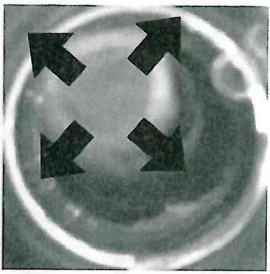
膀胱の筋肉の収縮を抑制



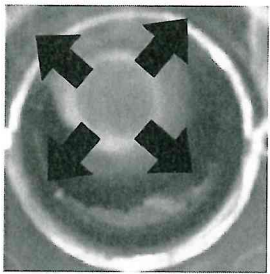
通常の状態



膀胱が収縮した状態



シーベリーのエキスを10%与えた



シーベリーのエキスを100%与えた

人間の膀胱の平滑筋細胞にシーベリーのエキスを与えたところ、平滑筋の過剰な収縮の抑制が確かめられた。

働く不随意筋)でできています。膀胱から続く尿道には尿道括約筋という筋肉があり、ふだんは尿がもれないようにしっかりと閉じられています。膀胱に尿がいっぱいにたまる
と脳へ信号が送られ、尿意を感じて、膀胱の排尿筋が収縮し、尿道括約筋が緩んで尿が排出されます。

ところが、過活動膀胱になると、膀胱に尿が少量しかたまっていないのに、排尿筋が勝手に収縮してしまい、頻尿などの排尿トラブルを引き起

こすのです。

昔から栄養源として 重宝されてきた

シーベリーとは、グミ科のオレンジ色の果実です。栄養が豊富で、昔から野生動物や人間の貴重な食料になってきました。

モンゴル帝国を築き上げたチンギスハンの伝記にも登場し、戦において兵士や馬の栄養源としても重宝されていたと伝えられています。

近年の研究でシーベリー

膀胱の過剰な 収縮を抑える

は、カロテノイドやフラボノイド、ポリフェノール、ビタミン、ミネラル、アミノ酸など、200種類以上の栄養素が含まれている貴重な果実であることがわかり、ジュースや栄養補助食品にも多く利用されるようになっていきます。

シーベリーの豊富な栄養の中でも、医療研究者たちの関心を集めているのが「パルミトレイン酸」です。シーベリーには、パルミトレイン酸が、植物の中で最も多く含有されていることがわかっています。

パルミトレイン酸には、血糖値を下げる唯一のホルモン「インスリン」の働きを高めたり、血液中のLDL(悪玉)コレステロールを低下させたりする働きがあります。

最近の研究では、過活動膀胱などの排尿トラブルは、糖尿病や脂質異常症、高血圧の

人ほど起こりやすいことが報告されました。

シーベリーの過活動膀胱を改善する働きについても、多くの試験が行われています。

例えば、人間の膀胱の平滑筋細胞にシーベリーのエキスを投与したところ、平滑筋の過剰な収縮を抑えることが確かめられました(左上の図参照)。過活動膀胱は膀胱平滑筋の過剰な収縮によって引き起こされるので、過剰な収縮を抑制できれば、過活動膀胱の症状の改善が期待できます。

さらにラットによる実験でも、シーベリーのエキスが膀胱平滑筋の収縮を抑えることが確かめられています。

このようにシーベリーは膀胱の過剰な収縮を抑えて排尿をコントロールする働きが期待でき、排尿トラブルを起しやすい、糖尿病や脂質異常症、高血圧の予防にも役立ちます。過活動膀胱に悩む人たちにとって非常に有益な果実といえるでしょう。

シーベリーは前立腺の肥大を 抑えて頻尿や残尿感・尿意切迫感 を一掃し生活の質も向上

ふじなみかずひろ
藤浪一宏

前立腺肥大症は 50代から急増する

中高年の男性の場合、頻尿などの排尿トラブルの大半の原因は「前立腺肥大症」で急増し、80代以上の男性の9割は前立腺が肥大しているといわれています。

前立腺は、男性特有の生殖

器官。尿道を取り囲み、一部は尿道に接しています。

前立腺が加齢とともに肥大する原因はわかっていませんが、前立腺が肥大すると尿道が圧迫されて尿が出にくくなり、膀胱にも負担がかかるようになります。膀胱に負担がかかる状態が続くと、膀胱はちよつとした刺激にも過敏に反応するようになってしま

い、頻尿や尿意切迫感（急に排尿したくなる）といった過活動膀胱の症状が多くなってしまう。

シーベリーには、前立腺肥大症による頻尿や残尿感、尿意切迫感を改善する作用があることも試験で明らかになっています。

試験は、頻尿や残尿感など前立腺肥大症の症状に悩む男性20人を対象に行われました。参加者を10人ずつの2グループに分け、片方のグループにはシーベリーの抽出物（エキス）、もう片方のグループにはシーベリーの果実油を、それぞれ1カ月にわたって摂取してもらったのです。

そして1カ月後に、世界共通で使用される国際前立腺症

状スコア（IPSS）とQOLスコア（QOLは生活の質のこと。現在の排尿状態に対する患者さん自身の満足度を現す指標）によって排尿状態を確認しました。

結果は、どちらのグループもIPSSスコアが1カ月で改善。昼夜の頻尿や残尿感が軽快し、生活の質も向上したことがわかりました（左ページのグラフ参照）。

前立腺肥大症におけるシーベリーの働きは、マウスを使った試験でも明らかになっています。男性ホルモンのテストステロンを与えて前立腺肥大症にさせたマウスに、シーベリー抽出物と果実油を摂取させたところ、前立腺肥大症が抑えられたという結果が出ているのです。

気分の落ち込みも 尿意切迫感も改善

最後にもう一つ、シーベリーの働きを確かめた試験を紹介します。

頻尿や残尿感がスッキリ改善



外食も楽しめないほど頻尿や尿意切迫感がシーベリーで改善し 残尿感も減ってスッキリ快尿

ふじなみかずひろ
藤浪一宏

残尿感があり

日中のトイレは15回

私の医院では、患者さんの身体へのケアだけでなく、心のケアもお手伝いする全人的な医療を実践しています。薬は必要最小限に抑え、病気の予防にも重点をおき、地域の方が健康で元気に過ごせる医療の提供をめざしています。

地域に密着した医師として



トイレを気にせず食事を楽しめた

患者さんのさまざまな体の不調と向き合い、治療する中で気づくのは、頻尿や尿もれなど、排尿トラブルに悩む患者さんが多いことです。

このような患者さんには運動や服薬とともに、エビデンス（科学的根拠）が確かめられたサプリメント（栄養補助食品）の「シーベリー」もすすめています。

広島県に住む吉田隆さん

（仮名・57歳）も、そのような治療を行い、症状が緩和した患者さんの一人です。

吉田さんは、昼間は1日に15回もトイレに行き、夜も3回はトイレに起きてしまうとのこと。しかしトイレに行っても尿に勢いがなく、思ったほどの量も出ません。いつも「尿が出切っていない」という残尿感もありました。排尿が終わっても、下着をつけたあとに尿がもれてしまい、下着が汚れることも多かったそうです。

急に強い尿意を感じてトイレに飛び込むこともあり、食事に出かけても常にトイレを気にするような毎日を送っていたのです。

そこで吉田さんには「シー

ベリー」のサプリメントをすすめました。さらに、利尿作用のあるお酒やコーヒーはなるべく控えてもらうようになりました。

尿の回数や残尿感、 下着汚れも減った

すると吉田さんは約1カ月で、排尿トラブルがかなり改善したのです。日中のトイレの回数は10回に、夜のトイレも1回に減りました。

尿の量は増えて勢いが増し、残尿感も減って、気持ちよく排尿ができるようになったそうです。排尿後に下着が汚れてしまうこともほとんどなくなっていました。

吉田さんは、たった1カ月で症状が改善したことに驚いていました。食事やトイレを気にせずに楽しめるようになり、仕事でも日常生活でも気持ちが悪くなくなったそうです。これからもシーベリーをとりつづけたいと、うれしそうに話してくれました。

トイレが心配で外出をためらう ほどの頻尿がシーベリーで半減し、 車の移動も楽しくなった

ふじなみかずひろ
藤浪一宏

トイレが心配で 外出もいやだった

広島県に住む荒井和子さん（仮名・77歳）は、来院したとき、とても不安そうで暗い表情をしていました。

話を聞くと、日中は1日に12回、夜間も3回はトイレに行くとのこと。急にトイレへ行きたくなることが不安で、

外出をためらうことも多かったそうです。車での移動も、

トイレのことばかり考えてしまふのでつらいと訴えています。夜もトイレで何度も目が覚めるので、十分に眠れず、気持ちが暗くなっているようでした。

また、荒井さんは頻繁にトイレに行きたくなるのに、いざ排尿しようとしてもほんの

わずかし尿が出ず、排尿後も尿が残っている感じがしてもやもやするそうです。

このような症状が続いていることから、私は加齢から起こる骨盤底筋（骨盤の底部で内臓を支える筋肉群）の衰えが、荒井さんの頻尿の大きな原因だろうと判断しました。骨盤底筋が衰えることで、膀胱が骨盤内に落ち込んで圧迫され、頻尿を招いてしまうのです。

そこで私は骨盤底筋を鍛える運動を指導し、「シーベリー」のサプリメント（栄養補助食品）もすすめました。

頻尿が改善し 生活の質が向上

その日以来、荒井さんは毎

日、骨盤底筋を鍛える運動を行い、シーベリーも欠かさずとるようにしました。

その結果、3ヵ月後には、日中のトイレの回数は6回、夜間のトイレも1回と、回数劇的に減ったのです。

さらに「1回で出る尿の量が増えた」「尿に勢いが出た」「残尿感が減り、トイレに行つたあとは、気分がスッキリする」という報告もしてくれました。

荒井さんはトイレの回数が減ったので、車での移動も楽しくなり、「世界が広がった感じがしてうれしい」と喜んでいきます。「夜もぐっすり眠れて、朝の目覚めもよくなりました」と見違えるように表情も明るくなりました。

荒井さんの例からも、排尿トラブルの改善がQOL（生活の質）向上に役立つことがわかります。荒井さんはこれからシーベリーのサプリメントと、骨盤底筋運動を続けたいと話しています。



外出も楽しくなった