

前回、「胃腸が働かず食べても消化吸収ができない」と書いていて、正常な腸は単に吸収しているのではないことを思い出した。

一歳未満の赤ちゃんに蜂蜜がいけないことをお母さん方ならば知っているだろう。だが何故いけないのか。それは蜂蜜にはボツリヌス菌の芽胞が含まれていることがあるからとは私も聞いていたが、では何故、大人には問題ないのかが疑問のままであった。

もう一つの別の疑問があった。母乳育児の利点として、母乳には免疫グロブリンが含まれるということが言われるが、免疫グロブリンの様な高分子タンパク質が腸でそのまま吸収されるのかという疑問である。高校の時にも、鍼灸専門学校の時にも、「タンパク質はアミノ酸に分解されて吸収される」と教わった覚えがあった。

以前、その二つの疑問が『赤ちゃんの生命のきまり』(西原克成著)(※1)を読んで、氷解した。大人がボツリヌス菌の芽胞を食べて問題ないのは、芽胞の発芽を妨げる発達した腸内細菌叢があり、しかも、発芽して産生される毒素は高分子タンパク質であり、ほとんど吸収されないからである。逆に乳児の腸では芽胞が発芽してしまう。しかも乳児の腸は高分子タンパク質を吸収する様になっている為、産生された毒素は吸収されてしまうわけである。

乳児の腸は、母乳から免疫グロブリン他必要な物質を消化せず吸収できるようになっている。大人の腸とは違うわけで、大人にとって良いものが赤ちゃんにとって良いとは限らず、逆に悪い場合もある。

蜂蜜しかりだが、現在増えている食物アレルギーも、早期の離乳食に大きな要因があると考えられるわけである。つまり離乳食中の

異種タンパク質が分解されないまま、吸収されてしまう為である。西原氏は『アレルギー・マーチ』が子どもの顕著な症候群としてあらわれはじめた一九六〇年代こそ、『母子健康手帳』で早期の離乳食摂取を積極的に推奨するようになった時期と正確に対応する」と指摘している。粉ミルクや離乳食を作る会社の宣伝にのって、乳児から母乳を取り上げることをやめなければいけない。

では大人はもう無関係かという、そうではない。こうした腸の吸収阻止の機能が働くのは、腸が正常に働いている場合である。「アイスクリームや氷、よく冷やしたビールなどをたくさん摂取すると、腸管内の温度が冷えます。すると、平常体温では吸収できないタンパク質が分解されずそのまま小腸壁を透過してしまうものが出てきます」(※1)。おそらく、これ程までに腸管が冷やされていなくても、腸管が慢性的に冷え、不活発な場合も、吸収阻止が不十分であると想像される。過剰な肉食による不消化物の腐敗から発生する毒素もまた吸収されてしまう。生理不順からだけでなく、こうしても血毒が生まれるわけである。

こうした面からも、現代における冷飲食文化の蔓延は、アトピー性皮膚炎や喘息などのアレルギー疾患の温床になっていると考えられるわけである。子供に除去食を与えながら、冷飲食をさせている愚を改めなければいけないだろう。

本来良いものを食べても、胃腸の働きが悪ければ、食毒となり、あるいは吸収されて血毒となる。いわゆる食品の安全という外側の問題だけでなく、食べ物を毒に変えてしまっている内側(自分自身)の問題にも気付くべきである。(2006年5月小満の頃)