

心・体・暮らしに寄り添う クリニック ちくさヒルズ通信 NO.22

ホルモンバランスを整えるプラセンタ治療

2022年12号

プラセンタとは「胎盤」のことです。

ご存じのように胎盤は、妊娠中に形成される臓器で、妊娠中に母体から赤ちゃんに酸素や栄養素を届けたり、逆に、赤ちゃんの老廃物を母体の血液に戻したりといった、お腹の中の赤ちゃんの生命を守る大切な役割を果たしています。

胎盤には10数種類のアミノ酸や多種のビタミン、ミネラル、酵素をはじめ、栄養成分や成長因子が豊富に含まれています。

こうしたことから、プラセンタは古くから“薬”として活用され、その歴史は紀元前にさかのぼるとも言われており、古代中国の始皇帝や、古代エジプトの女王・クレオパトラ、マリー・アントワネットも若さを保つためにプラセンタを活用していたと言いつたされています。
日本でも、江戸時代、加賀の三大秘薬の一つである“混元丹(こんげんたん)”に含有されていたといわれ、また漢方では生薬“紫河車(しかしゃ)”として知られています。

「プラセンタ」にはどのような効果があるの？

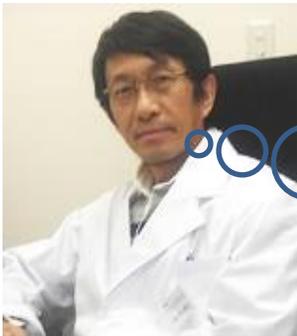
先に述べたように、プラセンタには豊富な栄養成分が含まれています。しかも、これらの栄養成分が化学的に合成されたものではなく、生物から自然に生成されているのが特別なところといえるでしょう。

栄養豊富なプラセンタは、健康面では、肝臓機能の強化、疲労回復、自律神経を整えるなどの効果を期待することができます。その他、美肌づくりにつながる様々な効果も期待できます。

プラセンタ治療は、胎盤から抽出されたエキスの有効成分を、皮下注射や点滴、内服などにより投与する治療法です。ストレス耐性を向上させ、メンタルヘルスにも良いと言われています。但し、自由診療のため全額自己負担(保険適用外)となりますが、更年期障害と肝疾患の治療は保険適用となります。

当クリニックでの治療費は **プラセンタ治療1アンプル 2,500円(税込)**

この費用は目安になります。ご希望のアンプルの数量によって費用が異なります。



当クリニック
林衆治理事長

プラセンタの期待される具体的な効果は、

- ・ 繊維芽細胞を活性化し、たるみやしわを改善します。
- ・ 血行と新陳代謝を促し、肌の若返りを促進します。
- ・ ホルモンバランスを整えます。
- ・ 代謝機能を促進し、体力アップ・疲労改善・痩身効果を期待できます。
- ・ 自律神経を整えて不安感などを抑え、うつ症状を緩和します。

年末年始を控え体調管理の一つに是非備えとして検討下さい。

今、健康寿命を如何に伸ばしていくかが 問われています！ その秘訣は、「フレイル(虚弱)」の早め予防にあり！

皆さんは老化は年とともに右肩下がりで進行していくものと思いませんか？
最近の研究では、晩年までは一定の機能を保ち続けますが、亡くなる少し前あたりから急激に変化することが明らかになってきました。
老化はあなたご自身で遅らせることができるのです。
正しい方法で老化と向き合うことで何歳からでも改善は可能とされています。



フレイルの主なチェック項目

体重減少

半年で2、3kg減



握力が弱い

男性26kg、女性16kg未満



疲労感がある

わけもなく
疲れた感じがする



歩くのが遅い

歩行速度 1.0m/秒未満



運動習慣がない



診断結果として、上記5項目の中で
「該当なし」=健康(頑健・健常)
「1~2項目」=プレフレイル(前虚弱)
「3項目以上」=フレイル(強弱)

昨今、この「フレイル」という言葉が使われる意味は、要支援・要介護状態と、健康な状態との中間体を指す言葉として使われています。これまで、健康寿命を延ばすためには、この要支援・要介護状態にならないように予防をすること、つまり介護予防が叫ばれていましたが、近年ではこのさらに前の段階で予防する、これが「フレイル予防」で、ここに注目されるようになってきました。
フレイルを予防すれば老化の速さを遅らせることができます。そのためには、まず、フレイルの予兆としての「プレ・フレイル」を見つけることが予防の近道です。
左図をみながら、ご自身やご家族の方の具体的な症状を確認してみてください。
このチェックリストで予防の開始が必要なタイミングを見逃さないようにしましょう。

「フレイル」予防には、健康寿命の3本柱である「運動」「食事」「交流」、この三つをバランスよく普段の生活に取り入れることが大切です。

「運動」=定期的に体を動かすことに心がけましょう。

「食事」=タンパク質(特に肉類)など必要な栄養をしっかりと摂ることで。

「交流」=社会参加として、社会や身近な人とのつながりを持つことです。

健康の知恵袋

今では、コミュニティーとか言いますが、つまりは「井戸端会議」、昨今ではほとんど目にするのがなくなりましたが、どうですか？またご近所さんと始めてみませんか？まずはよいお年を！



広報紙
発行

「クリニックちくさヒルズ通信」
医療法人財団榊原会 クリニックちくさヒルズ
〒464-0858 名古屋市千種区千種2-24-2
千種タワーヒルズ1F

ご意見はこちらまで info@clinic-chikusahills.com
編集・発行 医療法人財団榊原会 クリニックちくさヒルズ
編集委員会(原稿責任者 川島和信)
発行日 毎月10日