

会計士業界初の  
“伝家の宝刀”を抜く「パシフィック監査法人」の怪

# 実業界

# 7

The Analytical  
Magazine  
for Economics

2012

毎月1日発売

昭和27年2月26日第三種郵便物認可  
毎月1回1日発行 平成24年7月1日発行 第1001号

## 「武田薬品工業」

創薬足踏みで過重感増す  
ガン領域ビジネスの  
厳しい現状

■「三井住友FG」  
グループ証券への  
改善命令の余波

■退潮くつきり！  
「NTT都市開発」  
殿様商法の行き詰まり

祈

祈

電力安定

雇用増

祈

安心  
年金



前号では「噛むこと」がヒトの健康と不可分な関係にあることをお話しました。

今回お話しするのは「健康長寿にだ液がいかに必要か」という点を少しだけ掘り下げてお話ししたい。

昔から「ヨダレの多い赤ちゃんはよく育つ」と言われる。赤ちゃんがいつばいヨダレを出すのは、自分で出した唾液中の成長ホルモンや免疫物質を自ら吸収するためだ。

言葉をかえれば、赤ちゃんはだ液によって守られているのだ。

唾液腺には大きな唾液腺と小さな唾液腺があることは前号でもご紹介した。大きな唾液腺には耳下腺、顎下腺、舌下腺があり、耳下腺はサラサラ(漿液性)、舌下腺はネバネバ(粘性)そして顎下腺はその中間というようにそれぞれ性格の異なる唾液を分泌している。

耳下腺から分泌されるサラサラの漿液性のだ液は食べ物をスムーズに



## 十 未病の憂い

歯科医が語る現代版養生訓

胃に運ぶ役目を果たす。主に穀物を食べる人間は嚙下の際に、このサラ

サラだ液の分泌が多量に必要となる。舌下腺から出るネバネバな粘性

の物質は主に多糖体の「ムチン」。

サカナのヌルヌル成分と同じで粘膜を潤し口や胃腸の粘膜を保護してい

る。このムチン。肌にも含まれ加齢とともにムチンが減ると肌のみずみ

ずしさが失われる。言い換えれば肌の老化はこのムチンの減少により水

分が失われ乾燥するためなのだ。だ液の驚くべきパワーはこれだけではない。

## だ液「よく噛める」は若々の証

だ液に含まれている酵素には、食品添加物などに含まれる発癌物質やカラダに発生する有害な活性酸素を大きく減らす作用がある。

有害な活性酵素として知られるのはタバコの煙に含まれる二十種を超える発がん性物質「ダイオキシン」をはじめ、サカナのおこげに含まれる「トリブロープ」などは一例だ。

さて、ここからは「だ液と加齢との関係」について説明したい。

だ液の分泌量を増やすには「よく噛むこと」が何より大事になってくる。

そして、よく噛むことで、だ液の分泌量を減らさないようにすれば、

だ液に含まれる有効成分を効率良く体内に取り込める。

逆に、歯のメンテナンスを怠るなどして、良く噛めないような状態になれば、だ液の分泌量が減るだけでなく、だ液に含まれるカラダに必要な有効成分まで取り入れることができず、健康が損なわれるリスクが高まるということになる。

中でも大切な有効成分が、だ液中に非常に多く含まれる「DHEA」という物質。こ

の物質は、成長ホルモンなど数十種類にも上るホルモンのベースとなる物質だ。

このDHEAの働きは「免疫力の向上」「肥満や動脈硬化、糖尿病の予防」「肌のハリや若々しさの維持」「筋力の増強」など若々しさを保つアンチエイジングとしての有効な作用がある。DHEAは加齢やストレスにより減少するが、維持をすることが見た目だけでない身体全体の老化を遅らせることとなる。

このように多くの生理活性物質を含むのが、だ液。

だ液は、ヒトが健康に生きる上で必要不可欠な働きをしていることがお分かりいただけただろうか？

「不老長寿の妙薬」とも言われているだ液。だ液は通常寝ているときはほとんど出ないが、噛むとその十倍くらいも出てくる。

年齢に関係なく「よく噛める」とは、それだけ老化が遅れている。若さのパロメーターとも言える。

年齢に関係なく「よく噛める」とは、それだけ老化が遅れている。若さのパロメーターとも言える。

年齢に関係なく「よく噛める」とは、それだけ老化が遅れている。若さのパロメーターとも言える。

## 顎関節症

## ドライマウス

## 舌痛症

長年歯科クリニック  
亀井 英志  
Kamei Hideshi

ストレスは

見える！

すべては「噛みしめ」が原因だった

気がつくとも歯を食いしばっている。…心当たりの方は、当コラムの亀井医師の著書『すべては「噛みしめ」が原因だった』をお読みいただきたい。未病、の原因をまとめた良書です。

亀井英志(かめいひでし)

1951年群馬県前橋市生まれ。76年東京歯科大学卒。都立病院歯科口腔外科医を経て、84年より長栄歯科クリニック院長。臨床ゲノム医療学会理事。

