乳癌…肉食과 에스트로겐이 關聯

脂肪과 蛋白攝取量이 女性홀몬代謝에 영향

보스턴發—科學者들이 食事에 대해 조사하면 조사할수록 食事가 건강에 미치는 역할이 커져가고만 있는데, 최근의 연구에서 脂肪과 단백의 攝取量에 의해, 여성홀몬의 에스트로겐代謝가 영향된다는 사실을 확인했다.

미국여성이 11명에 1명비율로유암이 되는 이유는, 이 연구소견에서 설명될지도 모른다는 것이다.

에스트로겐代謝에 相違

당지의 New England 메디칼 센터의 Barry R.Goldin 박사는, 肉食하는 女性과 菜食主義여성과에서 에스트로겐의 代謝방법이 相違한 것을 발견했다.

肉食女性에서는 에스트로겐이 再순환, 血液중의 量이 증가되는데 비해, 菜食女性에서는 体外로의 배출量이 많다고 했다.

문제는 에스트로겐이 어떠한 이유에서, 乳癌의 대부분에 중요한 역할을 한다는 사실이다.

미국女性은 동양여성등에 비해, 乳癌이 3～8배 많다는 사실은 10년 전부터 알려져 있다.

통계적인 연구는 오랫동안 脂肪이 풍부한 미국인 食事에 문제가 있는 것으로 되어 있다.

쌀, 야채, 생선이 많은 전통적인 일본의 食事에서는, 脂肪에서섭취되는 칼로리는 20%에 불과하다. 이에 대해, 미국인의 食事에서는 40%를 차지하는 것이 보통이다.

美·女性11명에 1명꼴罹患

Gold in 박사는 肉食例와 菜食例가 거의 同數의 閉經前, 閉經後의 여성 45명을 조사했다. 兩群모두 消費하는 칼로리는 같았으나, 菜食例에서는 동물성단백과 동물성지방의 섭취량이 3분의1에 불과했으며, 肉食例에 비해 2～3배의 에스트로겐을 배출하고 있었다. 에스트로겐의 배설량이 많을수록, 血中의 에스트로겐値는 낮아진다.

보통 에스트로겐은, 글루쿠론酸化合物과 결합하고 있다.

肉食例와 菜食例의 상위는, 세균 특히 肉食者의 結腸에 보통인정되는 細菌중의 효소(β－글루크로니다제)의 작용에 있다. 이 효소는, 에스트로겐과 글루쿠론酸의 결합을 해제한다. 에스트로겐은 腸壁을 통과, 血流中에 吸收된다.

이렇게해서 再순환하는 에스트로겐이 癌에 관련되는 効果를 유방에 미치게 하는 것으로 생각된다고 했다.

한편 菜食중심의 食事라면, 이 효소의 活性이 낮고, 에스트로겐과 글루쿠론酸 化合物이 結合된 分子가 파괴되지 않아, 腸壁을 통과하지 못한 채 배출되는 것이 아닐까 추정되고 있다.

<8면에서 계속>

人間의 불(火)을 발견한 것은 약1만년 전후라고 보고 있다。그 이전에는 모든 음식물을 생으로 먹으면서 살아온 것이다。불을 이용한 조리는 처음에는主로 보존용으로 사용하였던 것이다。그러는 사이에 불로 익혀 먹으면 유연해지고 맛도 좋다는 것을 점차 알게 되면서 또 주택을 건축하여 옥내에서 조리하면서 火食이 발달된 것이다。

현대인의 요리법은 식생활상의 중요성보다는 여하히 하면 향취와 입맛을 돋굴수 있나하는 기호성식탁을 준비하는데 주력을 기울이게 된 것이다。이러는 사이에 건강상의 배려는 점차 무관심하게 된 것이다。

특히 시장에 범람한 인스탄트식품은외양, 색채, 향취, 미각, 방부 등에 몰두한 나머지 인체건강에 중요성은 자연 그거리가 요원하게 되고야 만 것이다。

事實上「자연식이라고 명명한가공식품」도 그 수는 많으나 그 實은 현미식잡곡식 등은 물론 좋지만 야채, 果實, 球根類 등등 그 모두가 加熱處理한 식품이다。위하수증, 기관지천식, 저혈압증, 癌, 알레르기性體質患者 등등의 알카리성 체질환자에 대하여 도리어 악화시킬 수있는 결과를 초래하고 있다。

생야채는 본래 중성이라 그것은 酸性 또는 알카리성체질 그 어느 편이든 무난한 식품이다。그러나 그것은 火力으로 요리할 때 칼슘, 칼슘, 마그네슘 등등의 그것들이 결합하여 유기산이 파괴되면서 알카리性으로 작용하게 된다。

동양의학을 전공한 인사중에는물(水) 또는 生野采 등은 냉하여 陰性이다。그러므로 陰性體質者에게는 부적당한 음식물이라고 배격하는 者가 많다。그러나사실상 물(水), 야채는 중성이므로 결코 음성체질자에게 사용을 배척할 이유는조금도 없는 것이다。

인간이 육식을 과식하는 사이에 점차 육식으로 인한 건강의 손상을 터득하게 되면서 채식주의, 특히 생야채식 내지는 생식법 등을 알게 된 것이다。

희랍의 피타고라스, 플라톤, 아포로니오 등등 또 중세기에 이르러 구레고리오스, 聖어거스틴敎父, 근세에 이르러서는루소詩人 씨루렐, 뉴톤, 후렌크린, 톨스토이, 에디슨 등등 채식생활을 몸소 실천하면서 그러한 식생활의 우위점을 주장하게 된 것이다。

1848년에는 영국 만체스타에는「채식주의협회」가 창설되었다。1968년에는 독일에서「자연생활 동지회」가 창설되었다。

1938년에 향년 72歲에 사망한 비루헬우 벤넬박사는 열렬한 생식론자였다。그는 그의 제창에 대하여 가지가지의 반대론자들의 반항과 압박이 연속되었으나 일생을 통하여 생식생활을 몸소 실천하면서 생식론보급을 위하여 헌신적 노력을 경주하였다。1936년에는「식품 에너지의 본질과 그 구조및 식품적가치와 그 활력에 대한 에너지의 第2法則의응용」이라는 저서를 발간하였다。

에너지역학의 제2법칙이란 즉 모든에너지는 결국 열에너지에 歸着된다고 논술하였다。原子의 원자핵윤곽을 회전하는 電子의 궤도가 변동됨에 따라 에너지순위도 또한 변화하고 있다。내측궤도에이행됨에따라 방사선이 방출된다。외측궤도에 이행되면 에너지는 흡수된다。이같이 생을 영위하고 있는 동식물내부에서 야기되고 있는 현상이 윤전되고 있다。

생물체의 화학현상 발현에 따라 생물체에 발생되는 전기현상과 더불어 방사선이 발사된다。사망과 더불어 放射(放光) 능력은 정지된다。생야채는 획득된光量子가 에너지원으로 저장되게 되는 것이다。빌루헤루벤넬박사는 벌써 原子爆彈의 출현을 예언하였다고 높이 평가하지 않을 수 없다。

프랑스의 훠리엘루씨도「營養과放射」라는 論文에서도, 생물에 대한 일광및 우주선의 중요성을 설명하면서 생야채와과실의 효능을 해설한바 있다。

독일의 자연요법 대가 부라우호려 교수도 1949년에 改版된 저서「火食과 生食에 관한 營養法」에서 생야채는 염류및 비타민이 풍부하고 단백질이 微少한 것이 그 특징이라고 해설하면서 자연생활과 생야채식생활에 대한 예찬과 권장을 강조하였다。

위카씨도 1936년「생야채즙요법—당신의 신체내부에 그 무엇이 결핍되어 있나.!」라는 저서를 발간하였다。

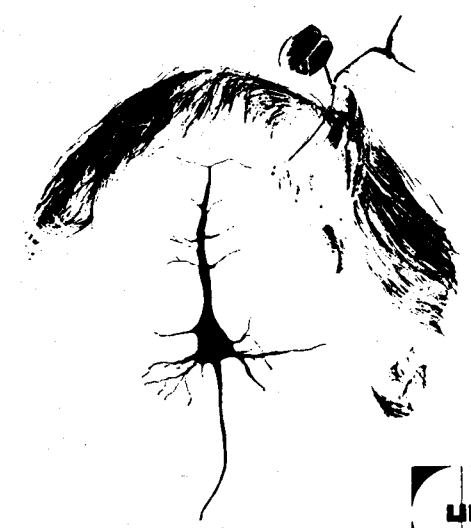
美國의 라스도씨도「생야채즙은 마시자 이리하여 健康을 되찾으라」이러한 저서에서 위카氏와 동일한 이론을 논술하였다。

우리나라에서도 옛날부터 채식생활의예찬이 일반적으로 보급되어 있으며 아직도 그 여맥이 잔존되어 김치, 깍두기배추김치, 된장국, 미역국, 콩나물국, 시금치국, 생선구이, 두부찌개(멸치 끓인국물)로 보리밥 자연 그대로의 자연식이 한국인의 식생활로 그 특성이 뚜렷하다。

특히 김치. 깍두기는 각 가지의 양념을 잘하여 염분을 가하여 먹으니 우리 조상들의 지혜야말로 그 어느나라보다도 健康自然食을 실천하였던 것이다。그러나 한일 합방이후에 과자먹는 버릇이 보급되면서 엿먹는 습관이 적어졌고 또 解放後에는 코피, 콜라, 홍차, 기타 각종의청량음료수(백사탕, 조미료, 깡통食品, 인스탄트식품 등)의 보급과 더불어 우유빼터, 고기, 精白米食, 食빵 등등의 食生活이 歐美化 되면서 우리나라 성인병의증가도 선진국형에 추종되어가고 있다。우리들의 식생활을 또 다시 옛날 우리나라조상의 지혜의 선물을 헛되게 버리지 말고 더 한층 연구하여 아름다운 자연을 보호하고 자연식생활을 발전실천함으로써 건강장수 두뇌명석의 國民運動을展開시켜나가지 않을 수 없다。

Belgium UCB 뇌대사 부활제

nootropil



Outstandingly Unique!!

피로·권태감·기억력감퇴·의욕감퇴·두통 등의 자각증상을 나타내는 뇌순환부전·뇌동맥경화증 등은 중년기 성인병의 불길한 예후입니다.

뇌순환부전증의 병인

40대 이후 점차적인 뇌신경세포의 기능저하로 인하여 포도당이 이용되지 못하여 뇌신경세포가 팽창됨으로서, 인접 뇌모세혈관을 압박하여 대뇌혈류량을 감소시키므로 본증상을 더욱 악화시킵니다.

독특한 약리 작용

뉴트로필은 혈뇌관문을 통과하여 뇌신경세포 레벨에 직접 작용하여, 뇌신경세포의 물질대사를 촉진시켜 이용되지 못하고 있는 포도당을 분해하여 ATP. 생합성을 촉진시켜 세포팽창으로 인한 국소빈혈을 해소시켜줍니다. 또한 ATP생합성으로 발생한 CO_2는 모세혈관을 통해 정맥으로 흡수되는 과정에서 호흡촉진인자로 작용하여 뇌세포의 산소친화력을 촉진시키므로 뇌동맥경화증·뇌순환부전증·뇌혈관사고의 가장 이상적인 치료제입니다.

혈관확장제의 단점

- 혈관확장제는 평활근이완작용에 의하여 혈관을 확장시켜주는데 뇌혈관의 대부분을 차지하는 모세혈관에는 평활근이 없으므로 뇌혈관을 확장시키기 어렵습니다.
- C. V. A. 환자같이 뇌혈관이 파손된 환자에게 투여시 증세를 더욱 악화시킵니다.

적 응 증

- 뇌혈관사고 및 뇌순환부전
- 뇌졸중(중풍·반신불수) 및 뇌동맥경화증
- 두부외상 및 후유증
- 약물중독
- 일산화탄소 중독 및 후유증

포 장

• 캅셀: 400mg, 60c, 100c, 가격: 캅셀당 200원 • 주사: 1,000mg, 6A, 12A 앰플당 1,500원

제조원 주식회사 한유약품

ucb sa. n.v pharmaceutical division BRUSSELS BELGIUM

약좋다 남용말자 좋은약도 효능없다. 총력안보!