

医師は語る



医療法人社団
健翔会 理事長
堀口医院 堀口 裕

ウイルスを撃退する免疫細胞

お相撲さんの世界では、もっとも小兵の力士がもっとも大柄な（大兵の）力士を打ち負かすことがあります。その姿は「あっぱれ！」としか言いようがありません。あれほど小さな身体で、どうして巨大な相手を倒せるのかとても不思議です。でもよく観察していますと、小さな身体ゆえの利点を最大限に活かしていることがわかります。小さな身体を相手の大きな懐にもぐりこませるのです。そうすれば、あとは相手の足を持ったり、ひっかけたりして倒せるのです。負けた大柄な相手力士は、次回には負けないようにと、入念に作戦を練ります。少し姿勢を低くして、もぐりこまれないように相手と距離をとって戦います。最後は相手を捕まえて土俵の外に追いやりま

す。私たちとウイルスとの闘いは、正にこの姿なのです。

人間の身体は、大きい人は二メートルほどです。一方ウイルスの方は一〇〇ナノメートル（〇・〇〇〇〇

〇一メートル）です。このとても小さなウイルスが懐に入ってこないようにするために、姿勢を低くして突き放せばよいのです。しかし二メートルの身体をどんなに低くしてみても〇・〇〇〇〇〇〇一メートルメートルにはなりません。ところが私たちの体内には、それに近い大きさの武器が用意されています。それを「免疫細胞」と言います。日頃から免疫細胞の力を十分に高めておけば、ウイルスを撃退することができま



免疫細胞を丈夫にする方法

昨年末から新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が始まり、いまや世界的に流行しています。しかし、このようなウイルス感染症は今後も絶えず起こります。感染防止対策として手洗いやマスクの励行、部屋の喚起、集会を控えるなど様々な方策がたてられます。またワクチンや抗ウイルス薬の開発によって季節性のインフルエンザと同程度の扱いになるかも知れません。しかし

最も大事なことは、人がウイルスと闘う力を身につけることです。免疫細胞（とくにリンパ球や単球）の働きを、常に万全にしておくべきなのです。以下の点にご留意頂き、今後皆様のご健康で過ごされることを願っております。

1. 睡眠を十分にとる。
2. 栄養をバランスよくとる。
3. ストレスと過労を避ける。
4. 身体の冷えを防ぐ。
5. 首や肩の凝りを解消する。
6. 日光を浴びながら歩く。
7. グルタミン（アミノ酸）をとる。
8. 還元電子治療を実践する。



還元電子治療器

【堀口裕先生プロフィール】北海道出身。川崎医科大学医学部卒業。一九九二年香川県坂出市で医療法人社団健翔会堀口医院を開院、現在は理事長兼院長を務める。長年に亘り、空気中のネガティブイオンに関する生理的作用を研究、独自に開発された細胞内検査と還元電子療法を駆使した、根元（ねもと）医療という新しい医療を推進し、国内外で活躍している。