

白樺の森に生育する
ガンを消す力

自然の恵み

チャーガ茸

農学博士
国連・APO〈エグゼクティブ〉専門員

米山 誠
Makoto Yoneyama

超免疫療法は実在した！

ノーベル賞作家ソルジェニツィンの「ガン病棟」
で注目された「チャーガ」の驚くべき免疫力の
初公開！ —ロシア・ガン医療の最前線で研究実証

青萌堂

農学博士
国連APO(エグゼクティブ)専門員
米山 誠
Makoto Yoneyama

白樺の森に生育する
ガンを消す力 チャーガ茸

青萌堂

プロローグ ロシア、白樺の森に生育する神秘 5

- 白樺の生命力を吸いつくした驚異の木の「チャーガ」 5
- ノーベル賞作家の名著『ガン病棟』が語るチャーガ 8

1章 確証された特効!

最新ロシア・ガン研究からの衝撃報告 13

- ガンの研究者が最も早く注目したきの「チャーガ」 13
- チャーガは胃潰瘍のガン化を100%阻止した 16
- 咽頭ガンから乾癬疾患まで絶大な効果 18
- 次々とチャーガの威力を立証したロシア医療最前線 20

2章 チャーガ特効の謎を解き明かす 23

- チャーガとはどんな木の木なのか? 23
- チャーガ特効の鍵を握る有効成分を明かす 26
- 白樺の樹液のエキスがもたらしたチャーガの強力パワー 31

3章 ガンの犯人「活性酸素」を見事に除去するチャーガ 33

- 今、医学界が最大の敵とみなす病根、活性酸素 33
- 活性酸素を除去するSODの申し子、チャーガ 35
- 解明されたチャーガの抗オキシダント効果 38
- 抗酸化力の鍵を握るもうひとつ特効成分 39

4章 ガンの免疫療法として、これほど絶大なチャーガ 42

- 免疫力を高めれば、ガンは撃退できる 42
- 注目される新たなるガン免疫療法 43

●末期ガンの患者がなぜチャーガを望むのか 45

45

5章 糖尿病、C型肝炎など

さまざまな現代病をチャーガが救う 47

47

●エイズからインフルエンザまでウイルスへの最新報告 50

50

◇チャーガがもっとわかるQ&A 53

53

カバー・デザイン 佐久絹子
カバーレイアウト ハッシャイ
本文レイアウト 緑舎

プロローグ ロシア、白樺の森に生育する神祕

●白樺の生命力を吸いつくした驚異のきのこ、チャーガ

厳寒の地ロシアで、長く語り継がれてきた興味深い史実があります。その史実とは、「チャーガ」というきのこのをお茶替わりに飲用してきた村では、ガン患者が極めて少ない」というものです。

日本ではまだ耳慣れない「チャーガ」とは、白樺やダケカンバ（岳樺）などのカバノキ類の幹に寄生するきのこのことです。タバコウロコタケ科、キコブタケ科、サルノコシカケ科と近縁のサビアナタケ科に属するこのきのこには、極めて高い薬効があります。

その証拠に、日常的にチャーガのお茶を飲用してきたロシア・アレクサンド

ロフ郡の田舎地方の人々は、数世紀にもわたりガンと無縁の生活を送ってきた
というのです。

そのチャーガの薬効の謎が、最近になって科学的に解き明かされ、世界的な
注目を集めています。

主な原産国であるロシアでは、すでに「ガンの予防と治療に有効な民間薬」としてチャーガが広く知られ、医療機関でも本格的な使用が行なわれています。チャーガの和名は「カバノアナタケ」、別名は「シベリア靈芝」。ロシア語名の「ЧАГА（チャガ）」には、「古い幹にできる黒いきのこ様のコブ」という意味があります。実際に、チャーガは硬くゴツゴツしたコブのような姿をしており、大きなもので直径30センチにもなります。一見して不気味な印象を受けますが、チャーガのまたの名は「白樺のガン」。

実は、このきのこは「白樺の木のガン細胞」ともいすべき恐るべきパワーを秘めています。一度樹木に寄生すると、その栄養分をたっぷり吸収しながら長い年月をかけて成長し、いずれエキスを吸い尽くしてしまいます。結局命枯れ果てて幹が腐ってしまうほど、チャーガは生命力旺盛なのです。

もともとカバノキ類は、寒冷地に自生する力強い樹木として知られています。

チャーガの学術名

— Carga または Tchaga —

和名；カバノアナタケ

学名；*Fuscoporia obliqua*

(Persoon ex Fries.)

Aoshima

Carga または Tchaga は菌核の呼び名。

ロシア語名「ЧАГА（チャガ）」=「古い幹にできる黒いきのこ様のコブ」からきているといわれる。

◎タバコウロコタケ科、キコブタケ科、サルノコシカケ科（今ではマンナンタケ科という）、そして近縁のサビアナタケ科に属する耐寒性きのこ。



そのたくましい幹を腐らせ、木を殺してしまうとなれば、チャーガの生命力の強さは容易に想像がつくことでしょう。

白樺にとってみれば、チャーガはまさに命を脅かすガン細胞そのものです。ただし、人間にとってみればその立場はなんと逆転します。巨木を枯らしてしまふほどの生命力が、人類の宿敵であるガンを叩きつぶしてくれるのです。つまり、白樺のガンが人のガンを制するということです。

●ノーベル賞作家の名著『ガン病棟』が語るチャーガ

チャーガの名を一躍世界に広めるきっかけとなったのは、ある一冊の本でした。ロシアの著名なノーベル文学賞作家アレキサンドル・I・ソルジェニツィンの『ガン病棟』という著書の中に、チャーガの史実とその薬効について数ページにわたって記されています。

ガン病棟の現場を事実に基づいて描いたこの作品は、当時ソビエト国内のあらゆる雑誌から掲載を拒否されるなど、社会的な問題を投げかけたことでも知られています。チャーガについて触れているのは『白樺の癌』^{がん}という章で、ガ



初めて世界のチャーガが紹介された
ソルジエニツィンの著書「ガン病棟」

ン患者同士が病棟でチャーガについて語り合うという展開になっています。

簡単な内容ですが、まずコストグロートフという名の患者がふとしたきっかけからチャーガの存在を知り、同じガン病棟の患者仲間にその不思議なきのこの存在について語り始めます。ガンという病魔に人生を一変させられた患者仲間は、チャーガに希望の光を見出し、真剣な眼差しでコストグロートフの話に耳を傾けるのです。

さて、この『ガン病棟』に登場するガン患者らは、一様に自然治癒力というものに強い関心を示し

ていました。

自然治癒とは、外科的あるいは化学的治療を施さなくとも、人体に備わっている力で自然に治癒してしまう現象のことです。専門的に言えばホメオスタシス（恒常性の維持）機能、つまり身体状態を一定のバランスに保とうとする機能が働いて、病を自力で治してしまうことです。

たとえば、チャーガのような薬効きのこの力で、拡大する一方だったガンの腫瘍が縮小し始めたり、消滅してしまうといった現象も自然治癒の一例です。

そして今、この自然治癒力を高めるための療法に世界的な関心が集まっています。西洋医学以外の東洋医学、民間療法、食事療法、ハーブ療法など、化学薬物を利用しない療法を総称した「代替医療」がそれで、チャーガをはじめとしたときのこ療法も代替医療の手法の一つです。

きのこ療法の歴史は長く、中国などでは紀元前から漢方薬としてきのこを利

用してきました。

最近では、アガリクスやメシマコブなどガンに効くきのこの薬効の高さが評判となり、これらのきのこ類を使って免疫力を高めながら化学療法を行なうということが医療機関でも一般的に行なわれています。

そして新たな薬効きのこのエースとして登場したのが「飲用すればガンを予防、自然治癒させる力がある」と『ガン病棟』でも語られたチャーガなのです。ロシアでは、すでにガン医療最前線でチャーガが利用されています。

モスクワからほど近い場所にある「伝統植物療法センター」では、自然生薬や機能性食品などを用いて治療を行なう専門病院です。ここでもガン患者に対してチャーガの処方が行なわれ、ガンを克服した例が複数報告されています。たとえば、余命2ヶ月を宣告された31歳の女性のケース。

彼女は、チャーガを服用する前には乳ガンからリンパ腫、肺ガンへと転移が進んでいました。大きな病院で手術をしたもの、すでに手の施しようのない状態でチャーガを主にした植物療法を開始。そうしたところ、2年後にはガン細胞が完全に消失。体じゅうを蝕んでいたガンの影も見事に消えてしまったのです。

48歳の女性も、チャーガと植物療法によって奇跡的な生還を果たしたひとりです。彼女は、乳ガンと子宮筋腫きんしを患っていましたが、チャーガを飲用するうちにガンの撃退に成功したのです。今は良性腫瘍の悪性化を抑える目的で、治療を継続しているそうです。

ロシアでは、他の医療機関でも、最近たて続けにこのような治癒例が次々と報告されています。

日本では、まだチャーガは無名のきのこの領域を出ていません。ただし、日本のチャーガ史は、ロシアのそれと同じようにずっと以前から始まっています。実は、北海道の先住民族であるアイヌの人々がチャーガを煎じて健康飲料として飲んだり、炭団（タドン）がわりに火にくべていたと言い伝えられています。

その日本でも本格的なチャーガ研究が始まっています。チャーガが各種のガンや胃潰瘍、免疫力や治癒力の増強に非常に有効であることをつきとめています。21世紀、ガン患者は増加の一途をたどり、さらなる脅威として従来の医学ではたちうちできないような細菌やウイルスと人類との戦いが始まることが予測されます。

そんな時代に強く求められているのが、ガンやウイルス系の疾患に対して働くべき特効をあらわすチャーガなのです。

1章 確証された特効！

最新ロシア・ガン研究からの衝撃報告

● ガンの研究者がもっと早く注目したきのこ、チャーガ

「チャーガをお茶がわりに飲んでいた村人は、なぜガンになりにくいのか？」
「チャーガにガンを撃退する力があるのだろうか？」

ロシアでのチャーガ研究は、そんな研究者らの素朴な疑問から始まっています。そして、50数年の間に、チャーガ薬効の謎はかなり解明され、すでに医療用のチャーガ製剤も誕生しています。次の段階として、医学の分野でのチャーガの応用が進められています。

チャーガの臨床治療を行なう「伝統植物療法センター」で、ガン細胞の消失、

縮小などの治癒が次々報告されていることは、前述した通りです。

さらに、モスクワにある「エリダン95メディカルセンター」では、最近の2年間だけで、ガンや消化器系疾患の患者1000人近くにチャーガを使つた治療を施し、確実な成果をあげています。ここでは、とりわけリンパ節への転移の抑制効果が顕著に認められているそうです。

チャーガは、他の自然生薬と同様にガン細胞を直接殺すことはできません。しかし、免疫力を強化し、消化器系の働きを正常化する働きから、ガン細胞の働きを抑制できるのだと考えられています。つまり、チャーガの飲用によって本来身体に備わっている自然治癒力が強化され、ガンを自らの力で撃退できるようになるのです。

現時点ではわかっているチャーガ製剤の主な薬効は次の通りです。

- ▼身体の新陳代謝プロセスを改善する
- ▼神経系と身体の免疫反応を促進する
- ▼腫瘍疾患者の全体的な健康状態を改善し、身体を保護する働きを高める
- ▼腫瘍細胞の増殖を遅らせ、転移の進行を遅らせるなど、抗腫瘍効果を有する
- ▼胃腸管の活動を正常にし、吐き気、痛みを軽減する

他にも、抗炎症、痙攣治療効果、抗オキシダント、肝機能保護、発汗や痛みの抑制、便通の改善などが報告されています。

ここに至るまでは、ロシアを中心とした多くの研究者らによる実験や研究の積み重ねがあつたことは言うまでもありません。そこでまず、ロシアから届けられたチャーガ研究に関する膨大な資料をもとに、チャーガ研究の歩みを追つて見ていくことにしましょう。

実は、チャーガの研究は1世紀以上前からすでに始まっています。

その手がかりとなるのが、1859年に発表されたロシアの医師フェレーベンの論文です。そのなかに「チャーガがガンに有効である」という記述が見られます。

さらに、1862年にフルヒト、1896年にはスマイルノーフの研究報告で「チャーガで身体各所のガンの治療に成功した」と記録されています。

ただし、ロシアでチャーガ研究が本格的に幕を開けたのは、今から50余年前の1951年。ソ連邦科学アカデミー・カマロフ記念植物学研究所とパヴロフ記念第一レニングラード医学研究所の共同研究という形でスタートしました。

この共同研究では、チャーガの抽出物で臨床実験を行い、すぐにその有効性

が認められました。当時の報告書によると、「痛みなどの苦痛が軽減された」、「失われていた食欲が回復し、体力が増強された」、「身体がラクになり、気分も爽快になった」などの、体調の変化が詳細に報告されています。なんと、ほとんどの患者に食欲の回復や体重の増加が見られ、延命期間も大幅に延びたと いうのです。

延命期間には個人差があつたものの、最長で10年というケースも見られました。しかも、この臨床治療は第4期に差し掛かった重症のガン患者に対しても行なわれたものだったのです。

第4期とは、ガンが身体のあちこちに転移し、手術や化学療法ではもはや手の施しようがない状態を指し示します。その重症患者に対してチャーガの有効性が顕著にあらわれたとなれば、ガン医学界にとっては画期的なニュースです。

● チャーガは胃潰瘍のガン化を100%阻止した

第一レニングラード医学研究所では、その後も臨床実験を繰り返し行い、チャーガの有効性をさまざまな角度から実証してみせています。

従来のガン治療と併用する形でチャーガを長期服用すると相乗効果を生み、本来の治療効果も高まることもわかつてきました。

この研究所では、1973年から10年間にわたり「ガンになる危険性が体内に潜んでいる場合のチャーガの阻止力」を試すための研究も行なっています。

フェドートフ教授を中心とした研究チームは、重度の胃潰瘍で入院中の患者150人に対して、長期的な臨床実験に臨んでいます。胃潰瘍は、20～25%の確率でガン化するとされています。そこで、潰瘍の段階でチャーガの投与治療を行なうことで、ガン化の抑止力を試そうというわけです。

対象となつた150人の患者には、毎年2ヶ月間にわたりて1日5ミリグラムのチャーガを飲用してもらい、定期的な検査を継続。

その結果は、驚くべきものでした。チャーガを処方した胃潰瘍の患者150人のうち、ガン化が認められた患者は10年間でただの一人も存在しなかつたのです。つまり、チャーガは胃潰瘍のガン化を100%阻止したのです。

通常ならば、4人に1人が胃潰瘍のガン化を避けられないとなれば、チャーガの抑止力は相当強力であると言わざるを得ません。

● 咽頭ガンから乾癬疾患まで絶大な効果

チャーガの本格的な研究がスタートしてから約20年が経過した1972年。カローヴィンはそれまでの臨床データをもとに、咽頭の腫瘍に対するチャーガ効果に関する臨床実験に臨みました。

調査に加わったのは27名の咽頭ガン患者で、いずれも症状は重く第4期と診断されていました。調査はそれまでの治療を継続しながら進められ、併用してチャーガ噴霧剤を吸入器を使って処方するというもの。治療は10日間続けられ、吸入時間は毎日5～6分と決められていました。

実験結果は、調査スタッフも驚くべき内容でした。

「咽頭部の痛みが緩和された」
「全体的に症状が緩和されて、身体がラクになった」
「呼吸がラクになった」「よく眠れるようになった」

など、5回の吸入でなんとほとんどの患者が症状の改善を自覚したのです。これにより、チャーガが耳鼻咽喉科系の疾患に対しても特効薬になり得るという結論が導き出されました。

研究者		
1970年	スハーノフ	チャーガ煎剤の抗炎症効果を証明。
1972年	カローヴィン	喉頭ガンにチャーガの噴霧剤（アンカゾール）を試し痛みはとれ呼吸が改善し、ガン治療の歩みを前進させた。
1972年	ドスイチョーフ ブイストローヴァ	皮ふ病と内臓障害の併発など50名の患者に用い、3カ月で著効、結果的に38名が快復。

同じ頃、ドイツのドスイチョーフとブイストローヴァは、慢性的皮膚病として知られる乾癬の症状に加え、慢性的な胃腸管と肝臓疾患に悩まされる患者に対してチャーガの臨床実験を行なっています。

女性14名、男性36名の計50名の患者に対し、チャーガ製剤だけを投与したり、軟膏とチャーガ製剤を併用するなど、個々の症状に合わせた治療を行なった結果、ほとんどの患者にはほぼ3ヶ月で著しい効果があらわれたのです。

ある患者は治療3ヶ月が経過した頃、乾癬に侵された爪が正常化しています。また、3ヶ月以後もチャーガ治療を継続した患者は、他の補助的な治療な

しで乾癬性の発疹の改善、胃腸機能の改善や一般生活機能の向上、全体的な体制調の回復などが見られました。結果的に、観察対象となつた50名のうち、38名が回復に至るという、好結果を得ています。

●次々とチャーガの威力を立証したロシア医療最前線

最近の主なチャーガ研究で注目されているのがチャーガ製剤です。

90年代に入つてからは、薬局方指定の公認チャーガ製剤として『ベフンギン(Befungin)』がすでに開発され、実績をあげています。そして、表の通り、トムスク国立大学をはじめ、抗腫瘍効果などの報告が次々となされました。チャーガの研究実験は、ロシアを主にポーランドなどでも度々実施されます。そしてこれまでの執念の研究により、医学への本格的な応用が可能になつてきたのです。

研究者及び研究機関		
1990 年代	トムスク国立大学	チャーガ製剤（薬局方指定公認）の合理的開発に乗り出し、乾燥チャーガ抽出物で、大幅な抗腫瘍効果を得る。
1996 年	バシンスキー	乾燥チャーガとペフンギンを比較研究し、転移阻止率 60% と 40%（投与しないグループ 100%とした時）の成果を得る。
1996 年	ブルチク	子宮腫瘍に対してチャーガ抽出物を用い、腫瘍細胞の成長の抑制を報告。
1997 年	ロシア科学アカデミー微生物科学・生理学研究所	多数の菌糸体きのこに、ビウォナゾールを注入した結果、すべてのきのこに抗真菌作用（抑制効果）が現われる。
2000 年	ペレゴンツエーヴァ	乾燥チャーガとイラクサの葉により症状の進行を 1.65 倍抑える。

ブに対してチャーガ製剤が積極的に使用されています。

胃腸病や腫瘍の患者に対して、高い頻度で医療用のチャーガ製剤が使用され、治療効果をあげているのです。

最近ロシアでは、「自然生薬への関心が高まっていますが、これは世界的な傾向でもあります。「できるだけ化学薬品を使わずに、自然な方法で病気を直したい」と考える人たちが増えています。

医学は今大きな転換期を迎え、西洋医学一辺倒の時代を経て、流れは西洋医学と東洋医学の折衷という方向に向かい一つあります。西洋と東洋、それぞれのすぐれた部分を補い合う形で、21世紀の医療は新たな展開を見せるでしょう。チャーガは、そんな時代の転換期にタイミングよく掘り起こされました。

ガンをはじめ、数々の現代病を救うために、最前線の医療現場に足を踏み入れたばかりなのです。

2章 チャーガ特効の謎を解き明かす

● チャーガとはどんなきのこなのか?

地球上には数千種ものきのが存在していますが、その中でもチャーガは希少価値の高い珍しいきのこです。

山の中を一日探し回って、やっと見つかる程度なので、「幻のきのこ」「森のダイヤモンド」とも言われているほどです。普通はなかなかお目にかかるないこのきのこの正体に、もう少し迫ってみることにしましょう。

まず、チャーガの生育地は北半球の温帯全域で、主にC I S諸国(ロシア、ウクライナ、カナダ、米国など)の北部ヨーロッパ地帯、西シベリアなど。とくに、白樺をはじめとしたカバノキ類が生える地帯の北部を好んで分布しています。何しろチャーガは寒さに強く、

く、マイナス20℃にも耐えうる強靭なきのこなのです。

日本では主に北海道に分布していますが、筆者は山梨県でチャーガを発見しています。しかし、その地方の住民は名前すら認識していないのだから、なんともつたないことでしょう。



学術的な面から見ると、チャーガの学名は「*Fuscoporia obliqua* (Persoon ex Fries.) Aoshima」。チャーガ (Carga または Tchaga) は、その菌核の呼び名です。「菌核」とは植物でいうと球根にあたる部分で、例の黒い大きな塊がチャーガの菌核です。その点で、

チャーガは特殊なきのこと言えるでしょう。

というのも、一般にきのこは目に触れる子実体と目に触れない菌糸体で構成されているからです。子実体とは、シイタケやマツタケでいえば目に見える傘の形の部分。植物の花や実にあたります。そして、糸状になった菌糸体は葉や茎、根の部分にあたります。

菌類に属するきのこは葉緑素を持たないため、植物のように光合成によって体内で栄養分を作り出すことができません。そこで、菌糸体を他の植物などにもぐり込ませて栄養分を吸収するのです。きのこにとって、菌糸体はまさに命綱で、これなくして自らの生命を守ることはできません。

チャーガも糸状の菌糸体から白樺などの樹木の栄養分を吸収する点は他のきのこと同じです。ただし、ちょっと違うのは、菌核がいちばん目立っていることです。菌核のサイズは10～30センチ。ぐっと接近して見てみると、表面は黒く、凹凸があつて縦横に亀裂が生じています。このコブを幹からそぎ落とすと、剥き出しになった内部は黄褐色を帶び、樹皮下に子実体が薄平らに広がっています。そこで、子実体は表面から確認することができません。これがよく知られる食用きのこと違う点で、チャーガの場合主役はあくまで菌核なのです。

樹皮下に隠れた子実体は生殖器の役をし、胞子を形成します。胞子が放出され、樹皮部に付着し、発芽に適した条件が満たされた場合に成長を始めるのです。特に古木を好んで寄生し、樹木のエキスを吸い取りながら10～15年という年月をかけてだんだん大きなコブ状に拡大していきます。

そして、この黒い大きなコブに、チャーガ特効の秘密が隠されています。

●チャーガ特効の鍵を握る有効成分を明かす

チャーガの黒いコブには、健康効果の高い有効成分がたっぷりと詰まっています。

ここに、日本でいち早くチャーガの本格的な研究に取り組んだ静岡大学の故水野卓名譽教授らのグループによる実験結果があります。

研究グループは、シベリアのハバロフスクおよびナホトカ北方の山地で採取されたチャーガとその培養菌糸体を使つた実験を行ないました。その結果、チャーガの有効成分や抗ガン作用のしくみが具体的に解明されました。

チャーガの菌核と菌糸体の乾物を利用した分析結果は表の通り。

組成成分は、タンパク質、脂質、灰分、纖維、食物纖維、糖質、そしてビタミンD₂の前駆物質であるエルゴステロールなどです。

黒いコブ状の菌核、糸状の根の部分である菌糸体共に主成分は糖質であり、菌核では乾物あたり56・56%、菌糸体では49・79%の糖質が含まれています。次いで、菌核では纖維と灰分、菌糸体ではタンパク質と纖維の含有量が多いことがわかります。ここに記されていないなかでも、フラボノイド、トリテルペノイド、アリカロイド、プロテリン、アガリチン酸、イノシトールといった成分も認められました。

研究グループは、菌核（チャーガ）と菌糸体から組成組織の中でも注目すべき多糖類の抽出・分画を行い、マウスによる抗腫瘍試験と血糖降下試験を実施。多糖類とは、たくさんの単糖（糖質の最小単位）が結合した高分子で、元来きのこには良質の多糖類が豊富です。同じ多糖類でも分子量によって何種類もあり、とりわけβ-D-グルカンという多糖類に高い制ガン活性が認められているのです。

ちなみに、「ガンに効くきのこと」としてよく知られるサルノコシカケには多糖類が多く含まれ、チャーガはそのサルノコシカケ科（今はマンネンタケ科）

多糖体	多糖	蛋白						Cdc2 kinase 阻害率 ID ₅₀ (μg/ml)
	(%)	(%)	Glc	Man	Gal	Xyl	Ara	Fuc
FIS-I	34.6	65.4	1.00	0.32	0.58	0.88	0.36	0.30
FIS-I-1	86.2	18.8	1.00	0.21	0.69	1.32	0.30	0.66
FIS-I-2	24.6	75.4	1.00	0.22	0.45	0.18	0.25	0.18
FIS-I-3	25.4	74.6	1.00	0.14	0.47	0.14	0.35	+
FIS-I-2-A	21.9	78.1	1.00	0.28	0.50	0.17	0.22	+
FIS-I-3-A	20.9	79.1	1.00	—	—	0.14	0.46	—
FIS-II	42.0	58.0	1.00	0.16	0.77	0.47	0.28	0.24
FIS-II-A	47.2	52.8	1.00	0.21	0.43	+	—	0.15
FIS-II-B	43.8	56.6	1.00	0.43	1.31	0.27	0.12	+
FII	98.7	1.3	1.00	+	0.11	+	+	+
FII-1	99.3	0.7	1.00	+	+	+	+	+
FII-2	98.6	1.4	1.00	+	0.13	+	+	+
FIII-1	46.7	53.3	1.00	+	+	+	+	+
FIII-2	46.8	52.2	1.00	+	+	0.13	+	+
FIII-1-A	56.9	43.1	1.00	+	—	+	+	+
FIII-1-B	38.2	62.8	1.00	+	+	+	+	+
FIII-2-A	72.4	27.6	1.00	+	—	+	+	—
FIII-2-B	39.5	61.5	1.00	+	+	0.15	+	+

* チャーガ菌糸体から単離した多糖類の cdc2 kinase 阻害活性 ID₅₀ 値 (μg/ml) : FI、FI0、FA-1、FA-2、FA-3、FII はいずれも >1000 (無効) であった。ID₅₀ 値が小さいほど、抗腫瘍活性が大きい。

水野教授の研究からわかった化学成分

静岡大学の水野卓名誉教授の研究グループは、シベリアのハバロフスクおよびナホトカ北方産地で採取されたチャーガとその培養菌糸体から多糖類を抽出、分画し、さらに抗腫瘍試験と血糖降下試験によって上記の結論を得ることに成功。

「制癌性多糖類に関する研究 (第 27 報)

カバノアナタケ多糖類の抗腫瘍活性と血糖降下作用」
きのこの科学 Vol.3 No. 11 (1996) 等

① チャーガの菌核と菌糸体の化学成分 (乾物 %)

	菌核 (チャーガ)	菌糸体
タンパク質	2.40mg%	23.51mg%
脂質	1.37	6.44
灰分	11.27	3.04
繊維	19.88	13.52
食物繊維	58.25	40.13
糖質	65.56	49.79
エルゴステロール	35.3	777.6

② チャーガに含まれる多糖類の理化学性質と抗腫瘍活性

* 水溶性多糖類 : マンノース (Man)、ガラクトース (Gal)、キシロース (Xyl)、アラビノース (Ara)、フコース (Fuc) などからなるヘテロ糖鎖を含むグルカン

* 水不溶性多糖類 : ホモグルカンからなる。NMR スペクトルから [β-(1→6) グルコシル分岐をもつ β-(1→3)-D-グルカン] を主体としていると考えられる。

の近縁にあたります。

実験結果から、チャーガから得られた水溶性多糖の正体は、マンノース、ガラクトース、キシロース、アラビノース、フコースなどからなるヘテロ糖鎖を含むグルカン（ブドウ糖の結合によってできる高分子の多糖類）とわかりました。水不溶性多糖の方は、 β -D-グルカンが主体になっているという考察が導き出されました。

そして、菌核から得た多糖類は、水溶性多糖、不水溶性多糖のいずれにも顕著な抗腫瘍活性が認められました。

ただし、培養菌糸体から抽出・分画した多糖類からは、いずれも顕著な抗腫瘍活性は認められませんでした。つまり、ガンに有効な成分は、菌糸体よりも菌核のほうにぎっしり詰まっているということです。

やはり、あの黒いコブ状の菌核||チャーガは、有効成分の宝庫だったのです。血糖降下活性試験は、菌核と菌糸体から得た多糖を正常マウスに注射するという手法。その結果、いずれの場合もマウスの血糖値を降下させる作用が認められました。

●白樺の樹液のエキスがもたらしたチャーガの強力パワー

ガンや数々の現代病を制する強力なパワーを秘めたチャーガ。その薬効成分を語るうえで見逃せないのが、成長過程で吸収する樹木エキスです。

チャーガは、寄生したカバノキの樹木エキスを吸収しながら成長し、いずれエキスを吸いつくして木を死滅させてしまうほどの生命力を持っています。

ここで注目したいのが、大切な栄養源である白樺樹液です。実は白樺の木の天然樹液には、すぐれた美容と健康効果があることが知られています。これを飲めば、体の細胞が若返り、健康増進ができるというのです。

そこで、ロシアでは、昔から「体にいい天然ジュース」として、愛飲されていました。ロシアだけではありません。白樺の樹液を健康飲料として飲む習慣は、日本や世界の国々にもあったのです。

日本では、かつてアイヌの人々が白樺樹液を健康のために飲用したり、料理に使用したりしていたそうです。

これまでの研究では、白樺樹液には各種の多糖類、サポニン、アミノ酸、有機酸、ミネラル等の有効成分が含まれていることがわかつています。たとえば、

アミノ酸は肌や髪の健康を保つうえで欠かせない必須の栄養素。多糖類やミネラルは、ガンや高血圧の改善などに有効な成分です。

美肌効果、高血圧の改善、そして内臓全体の活性化、抗ストレス、利尿、便秘、胃腸病、腫れ物などなど、白樺樹液の薬効は多岐にわたっています。

そこでチャーガは、栄養満点の白樺樹液ときのこ本来の有効成分の相乗効果が期待できます。これらの豊かな薬効成分が、「白樺のガン」とも形容されるチャーガのパワーの源泉となっているのです。

チャーガは、白樺にとってみればガン細胞にも似た脅威ですが、人間に対してもまったく毒性を発揮するものではありません。今までの研究から、無害性や安全性が確認され、化学薬品にありがちな副作用は認められていません。むしろ、化学療法などの副作用を取り除く効果が認められているのです。

つまり、体に負担をかけず、基礎体力を強化しながら病気への抵抗力を高めることができる。これが自然から生まれたチャーガの強みなのです。

今後、さらに科学的な薬効の解明がすすめば、チャーガの活躍の場は一気に広がりを見せることでしょう。

3章 ガンの犯人「活性酸素」を見事に除去するチャーガ

●今、医学界が最大の敵とみなす病根、活性酸素

今、医学界で大いに注目されているのが活性酸素です。マスメディアでもよく取り上げられているので、ご存知の方も多いでしょう。

最近の研究では、病原菌以外の病気の9割はこの活性酸素が原因だと言われています。ガンをはじめ、心筋梗塞や脳血管障害、糖尿病、肝炎、痴呆など、数々の疾患も活性酸素と少なからず関わりがあるというのです。

私たちは、呼吸によって酸素を取り入れています。その酸素のほとんどはエネルギーとして活用されますが、体内でエネルギー代謝が起こる過程で活性酸

素が発生します。また、過剰なストレスが生じたり、皮膚に紫外線が当たった際にも発生するし、タバコや電磁波なども発生原因になります。稀に、食べ物から活性酸素を取り込んでしまうこともあります。

簡単に言うと、活性酸素とは O_2 になりきれず不安定な状態に置かれた分子のことです。分子は、普通決まった数の電子を取り巻かれ、しかも電子は対をなして存在しているのが普通です。ところが、活性酸素はその電子配置が異常になり、対になるはずの電子が一つだけになってしまった状態です。そのため、安定化をはかるために隣の分子から電子を取り込もうとして、体内で悪さをするのです。

困ったことに、活性酸素の害は連鎖的に起こり、一度電子盗り合戦が始まると、次々と正常な細胞が傷つけられてしまいます。とりわけ傷つけられやすいのが細胞膜で、活性酸素の攻撃を受けると生体反応をストップさせてしまい、さまざまな老化現象が引き起こされるのです。

ただし、活性酸素は単なる悪者ではありません。一方で、体内に侵入した病原菌や有害物質を退治するという防衛戦士としての一面もあわせ持っているのです。つまり、いてもらっては困るけれど、いなくてもやっぱり困る。人間によるのです。

とつて非常に頭の痛い存在というわけです。

21世紀の医学の最大のテーマは、この活性酸素と言つても過言ではありません。そしてチャーガは、この活性酸素の害を防ぐうえで、非常に有効な働きをするのです。

● 活性酸素を除去するSODの申し子、チャーガ

チャーガには、問題の活性酸素を除去する力があります。活性酸素の生成そのものを抑制したり、発生した活性酸素を除去するすぐれた「抗酸化作用」を備えているのです。

チャーガの抗酸化作用について触れる前に、簡単なクイズを一つ。

食品は冷蔵庫で保存しなければ腐ってしまうのに、人間はどうして冷凍しなくても腐らないのでしょうか？ 金属は放置しておけばサビが発生するのに、人間はどうしてサビが発生しないのでしょうか？

回答は「人間の体内には抗酸化物質が備わっているから」です。抗酸化物質とは、すなわち抗酸化作用をもつ物質のこと。そして、人間の体

内には、もともと有能な抗酸化物質が備わっており、それがSOD（スーパー・オキシド・ディスクミスター）という酵素です。

人間が簡単に腐つたりサビついたりしないのは、このSODをはじめとした抗酸化物質が働いているためです。たとえば、体内で活性酸素が増加すると、SODの働きが活発化し、悪玉の活性酸素を取り除いてくれます。

ただし、発生した活性酸素の2%は、どうしても防御システムのコントロールからはずれてしまい、そのわずかな量が細胞や組織の障害を引き起こすのです。しかも、SODの力は年齢と共に弱まっていくし、個人差もあります。SODの働きが弱ければ、当然人間の体にもサビつき現象が起こってしまうでしょう。ただし、悲観することはありません。体内の抗酸化物質の活性を高める方法はちゃんとあります。SODと同様の働きをする抗酸化物質を含む食品で補えばいいのです。

チャーガをはじめとしたきのこ類は、活性酸素を除去する抗酸化物質をたっぷりと含んでいます。

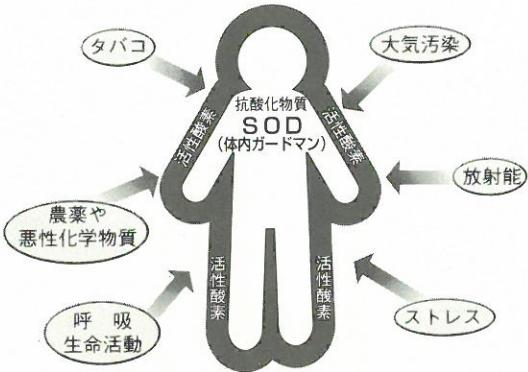
専門的には、SODと同様の働きを「SOD様活性」と言い、数値的には「SOD様値」としてあらわします。そして、きのこ類はSOD様活性もSOD

D様値も高く、特にそれが際立っているのがチャーガなのです。

成分分析の結果、チャーガはSOD様値が非常に高く、活性酸素対策にとても有望なきのこであることが確認されています。

他にも、話題のポリフェノールという抗酸化物質を含む食品は、活性酸素対策に有効です。ポリフェノールにはたくさんの種類がありますが、といふのは赤ワインに含まれるタンニンというポリフェノール

活性酸素とSODのメカニズム



体内的サビともいわれる活性酸素を発生させる様々な原因。それを防ぐ、体内に備わっている抗酸化物質の代表がSOD（スーパー・オキシド・ディスクミスター）という関係

D様値も高く、特にそれが際立っているのがチャーガなのです。

成分分析の結果、チャーガはSOD様値が非常に高く、活性酸素対策にとても有望なきのこであることが確認されています。

他にも、話題のポリフェノールという抗酸化物質を含む食品は、活性酸素対策に有効です。ポリフェノールにはたくさんの種類がありますが、といふのは赤ワインに含まれるタンニンというポリフェノール

ル。同じものが緑茶や柿、バナナなどに多く含有されています。

ブルーベリーやマンゴーに含まれるアントシアニン、豆腐や納豆などの大豆製品に含まれるイソフラボン、ココアやチョコレートなどに含まれるカカオマスポリフェノールなどのポリフェノールも、代表的な抗酸化物質です。

逆に、加工食品やインスタント食品、あるいは脂身の多い肉や魚などは体を酸化させる食品です。つまり、活性酸素の害を防ぐためには、これら体を酸化させる食品を控え、抗酸化物質を多く含む食品を摂ることが大切です。加工食品や脂身の多い食品を食べたときも、抗酸化物質を多く摂れば、毒性を取り除くことができるでしょう。

そして、SOD様活性の高いきのこは、圧倒的に活性酸素を除去する力が強く、体のサビつきすなわち“酸化”を抑えてくれるのです。

●解明されたチャーガの抗オキシダント効果

チャーガの抗酸化作用を知るうえで参考にしたいのが、「チャーガ浸剤（熱湯抽出で薬用成分を浸出した薬剤）の抗オキシダント効果」についての実験と

臨床研究についての報告です。

抗オキシダントの「オキシダント」とは、オゾンなどの大気汚染を引き起す酸化性物質の総称です。そして、抗オキシダントは、オゾンのような酸化力の強い物質の働きを抑える作用のことです。

アイナベコーヴァによるこの論文で明らかになったのは、「チャーガにフラボノイドと遊離フェノールが含有され、この化学構成が抗オキシダント効果を高める」ということでした。

実験から、チャーガの抗オキシダント効果が証明され、その結果は「発明」として認定されています。（登録番号990927・1、1999年8月20日

発効『抗オキシダント剤』

チャーガの抗酸化作用の高さは、その他の臨床実験や動物実験でも次々と実証されています。

●抗酸化力の鍵を握るもうひとつ特効成分

最近になって、チャーガの抗酸化力の一端を担うもうひとつの成分が発見さ

れました。その成分名とは「メラニン色素」。

メラニンといえば動物の皮膚などにある色素で、肌の色を決定したり、紫外線から肌を守るなどの重要な役割があります。一方で、メラニンは色素沈着をおこしてシミの原因にもなってしまいます。シミは女性の大敵ですが、メラニンが人間にとつて欠かせない防御システムの一環であることは間違いないありません。そして、チャーガが生成するフェノール系高分子色素も、このメラニンではないかというので研究対象となつたのです。

実は今、科学者らの間で世界的にメラニンに対する興味が広がっています。なぜなら、メラニンには強力な「抗酸化作用」と「遺伝子保護作用」があることが明らかになつたためです。

とりわけ、きのこなどの菌類が合成するメラニン色素は、「医薬品や化粧品の製造用として手に入りやすい」、しかも「経済的に有利な原料となる可能性がある」として熱い視線が注がれています。

菌類のメラニンを活用すれば、すぐれた医薬品や化粧品が製造できるのでは、という期待感が高まっているのです。

今回、ロシアのバラルーシ国立科学アカデミー微生物学研究所では、V・G・

バビーツカヤ、V・V・シチュエルバ、N・V・イコンニコヴァらのチームが、ついにチャーガが生成するメラニン色素の研究に着手しました。

ここに、2000年に発表された最新の研究報告書があります。

報告によると、「チャーガのメラニン色素には強力な「抗酸化作用」と「遺伝子保護作用」があり、「抗ガン剤として非常に有効である」という結論が導き出されています。

チャーガは、間違なく体の酸化システムを抑制するというのです。
チャーガの抗ガン作用は数々の研究からすでに立証されており、チャーガ製剤の開発も進んでいます。

ここにきてメラニン色素という新たな抗酸化物質が特定されたことで、さらに抗ガン剤としてのチャーガの可能性が大きく開かれたことになります。

改めて言うと、チャーガは体の酸化を抑えるSOD様活性が高いうえに、メラニン色素という抗酸化力にすぐれた成分も兼ね備えています。これほど抗酸化物質に恵まれたチャーガを摂れば、活性酸素をはじめ、細菌やウイルスなどの外敵と戦う力もおのずと高まるしくみです。

4章 ガンの免疫療法として、これほど絶大なチャーガ

●免疫力を高めれば、ガンは撃退できる

同じように生活していても、ガンになる人とならない人がいます。また、同じ環境に身を置いてもウイルスや細菌に感染する人としない人がいます。

その違いをひとことで説明するならば、「免疫力」に個人差があるからです。人間の体内には、ガン細胞のような悪い細胞や細菌やウイルスなどの外敵に対し、これを攻撃して体を守ろうとする免疫機構が備わっています。

ところが、活性酸素を除去するSODと同様に、免疫機構の攻撃力も年齢と共にしだいに低下していきます。また、病気で体が弱っているときは、免疫の働きも弱まってしまいます。実は、健康な人であっても40歳くらいになると一

日30000～50000個ほどのガンの芽が発生しています。

約60兆からなる人間の細胞は常に新陳代謝を繰り返し、その過程で異常な細胞へ変異してしまうものがあります。普通は、このガンの芽は免疫機構の作用ですぐ摘み取られてしまいます。ところが、免疫力が低下すると、免疫機構のチェックを免れたガン細胞が拡大し、本格的にガンが発症してしまいます。たとえば、深酒、タバコの害、疲労やストレスの蓄積などは、どれも免疫力を低下させる要因となります。ガンを避けるためには、不規則な生活や食生活を改め、免疫機構を健全に保つことが絶対条件。

「免疫力を高めれば、ガンは撃退できる」は、今や医学界の常識です。そして、チャーガには、免疫力を高める有効成分も豊富に含まれています。

●注目される新たなるガン免疫療法

今、ガン治療の主流は「外科療法」「放射線療法」「化学療法」の三通りの療法です。そして、次なる第4のガン療法として医学界が重大な関心を寄せているのが「免疫療法」です。主流をなす三通りの療法は、ガン細胞そのものに

ターゲットを定めて攻撃する対症療法です。

一方、免疫療法はもともと生体に備わっている免疫機構を活性化することで、内側からガンと戦う力を高めようというものです。つまり、患者自身の力で病気を撃退する力を養うのです。免疫療法にはいくつかの方法があり、よく知られるのがワクチンの摂取です。そして、最近特に実績をあげているのが制ガン効果の高いきのこ類を使った療法です。きのこ類は総じて免疫力を高める力が強く、「抗ガンきのこ」としてアガリクスやメシマコブなどが注目されていることは周知の通り。そして、あとに続くのがチャーガです。

免疫療法はもともと西洋医学の流れの中で開発されてきたものです。しかし、ここにきて東洋医学の流れをくんだ自然生薬を用い、免疫を活性化させる治療が実践されるようになったのです。免疫療法の場合、免疫を活性化するための「免疫賦活剤」と呼ばれるものが使用されます。たとえば、カワラタケやシイタケなどのきのこ類のエキスを利用した免疫賦活剤も開発されています。

ロシアの医療機関では、すでにチャーガの免疫賦活剤が使用されており、臨床実験で著しい効果をあらわしているのです。従来の対症療法の場合、辛い副作用というリスクが壁となっていました。しかし、チャーガを併用することに

よって、その副作用が軽減され、元の治療効果を高めたり精神的ストレスを取り除けるなど、複数の効果も期待できます。つまり、従来の三通りのガン療法と免疫療法が手を組めば、相乗効果を高めることができるのです。

●末期ガンの患者がなぜチャーガを望むのか

では、チャーガはなぜ免疫力を強化することができるのでしょうか。ガン細胞増殖の抑制、減少、消滅といった奇跡を起こすことができるのでしょうか。

免疫活性に貢献する主な成分は、チャーガに含まれている多糖類です。

とりわけ、チャーガには β -D-グルカンなどの多糖類が豊富で、この多糖類が免疫強化の鍵を握っています。きのこの多糖類に制ガンのヒントがあることは、国立ガンセンター研究所などでも以前から注目され、各研究機関でさまざまな角度からの研究が進められていました。

よく知られるアガリクスにも高分子多糖類の β -D-グルカンが非常に多く含まれていますが、チャーガにも同じ成分が相当量含まれています。しかも、チャーガの免疫賦活作用は多糖類だけがもたらすものではありません

ん。 その他の成分にも、すぐれた抗ガン作用があることも見逃せません。

たとえば、第六の栄養素として注目される食物纖維には、免疫を活性化させるBRM物質としての働きがあります。しかも、体内の不要物を絡め取って速やかに排出する作用があるため、発ガン物質を取り除くことができるのです。これらの有効成分に恵まれたチャーガには、低下した免疫力を速やかに向上させる力があります。ロシアの第一レニングラード医学研究所が行なった臨床実験によると、手術もできないほどの末期ガン患者の多くがチャーガを服用して間もなく食欲が復活しています。食欲を改善することは、免疫力を高めるための第一歩です。

食欲が改善する、体重が増加する、苦痛が和らぐといった前向きな変化が起これば「ガンと前向きに戦っていこう」という精神的プラス効果ももたらされることはあるかもしれません。

免疫力を高める力、健康を脅かす活性酸素を除去する力、そしてまだ解明されていない未知の力。これらの力が集結することで、驚異的なチャーガの抗ガンパワーは生み出されるのです。

5章 糖尿病、C型肝炎など さまざまな現代病をチャーガが救う

● エイズからインフルエンザまでウイルスへの最新報告

「チャーガはガンのみでなく、エイズウイルスに対しても有効である」

「日本エイズ学会」で、この衝撃的事実が発表されたのは、1993年。研究は、大阪府立公衆衛生研究所主任研究員大竹徹氏によるものでした。

94年には、同研究所による具体的な研究結果が「日本薬学会第41回研究発表」でも報告されています。「チャーガの抽出物は、天然物としてはきわめて高い抗HIV作用を示すことが明らかになった」というのです。

その後も、チャーガのHIV抑制作用に関する調査研究や学会発表が相次ぎ、

チャーガとエイズとの関連性がにわかにクローズアップされてきました。

周知の通り、ガンと同様にエイズの決定的な治療法はいまだに確立されていません。合成新薬は有効ですが、効果をあげるために長期的な投与が必要不可欠となります。これにより、末梢神経障害や急性膀胱炎といった副作用が新たな問題として生じてきます。

そこで求められるのが、副作用の心配のない治療薬ですが、なんところで名乗りをあげたのが日本ではまだ無名のきのこチャーガだったのです。

99年11月11日の産経新聞には、第51回北海道公衆衛生学会で発表されたチャーガ研究の内容が掲載されました。北海道立衛生研究所と北海道名寄市内の農産物加工会社サラダメロン佐久間和夫代表の共同研究で、「チャーガにはエイズウイルス、インフルエンザウイルスの増殖抑制効果がある」と報告されています。

この研究実験で、チャーガから抽出した成分には、エイズ、インフルエンザ共にウイルスによる細胞変性を抑制する効果があることが認められました。チャーガはインフルエンザに対しても特効力があることがわかつてきたのです。

では、いったいチャーガのどの成分がウイルスを撃退するのでしょうか？

その有効成分とは「リグニン分画」です。

あまり聞き慣れない名前ですが、このリグニン分画という物質が、エイズやインフルエンザのウイルスを餓死させてしまうというのです。

たとえば、植物などに含まれるセルロースという物質があります。もしも、ある種の雑菌がついてセルロースを食べて壊してしまおうとしたとき、リグニン分画はこの雑菌をすかさず攻撃して殺してしまう役割を担っています。つまり、セルロースにとって免疫機構として働く物質がリグニン分画であり、これと同じものがチャーガにも含まれていたのです。

もしエイズウイルスやインフルエンザウイルスが人体に入ると、ウイルスは細胞に向けてある種の酵素を出し、細胞膜を溶かして悪さをしようとなります。

しかし、リグニン分画は、この問題の酵素を吸収し、ウイルスの攻撃を阻害してしまうのです。ウイルスは自力で増殖することはできません。そこで、リグニン分画の攻撃を受けて細胞に感染できなかつたウイルスは、死滅するしかないのでです。

リグニン分画は抗菌作用や抗酸化作用にすぐれており、その威力は今話題の抗酸化物質ポリフェノールの親分級とも言われているほどです。

すでに、エイズ患者がチャーガで回復したケースが日本生薬学会などでも報告され、専門家らがさっそく熱い視線を注いでいます。今後の研究次第で、チャーガを原料とした本格的なエイズ特効薬が開発される可能性も出てきました。

●糖尿病やC型肝炎にもチャーガは切り札となるか

ところで、近年の国内外の研究によると、糖尿病の原因の一つもウイルスだという説があります。つまり、チャーガを用いれば「ウイルスを倒す」という方向からも糖尿病の改善策を見出すことができるわけです。

しかも、チャーガには血糖値の降下作用もあり、いろいろな角度から糖尿病をたくることができます。抗ウイルス作用、免疫強化作用、血糖値降下作用が三拍子揃っているとなれば、糖尿病にとって強力な味方となり得るでしょう。すでに、私のもとにも症状が改善したという朗報が届けられています。

北海道・足寄郡在住の女性の場合は、長く糖尿病を患つており、平成13年からチャーガの飲用を開始。すると、著しい体の変化が起きました。ある日旅先の温泉で血圧を計つてみると、以前は上が180、下が100だった血圧が

チャーガの注目されるその他の効果

▶エイズウイルス
▶インフルエンザウイルス
▶O-157、MRSA（メチシリン耐性黄色ブドウ球菌）他の病原性細菌
▶糖尿病
▶高血圧
▶アレルギー性疾患
▶慢性肝炎
▶慢性腎炎
▶慢性胃炎・胃潰瘍

他、改善がみられた適応症は、胃腸の運動異常、慢性アトニー（無緊張症）、吐き気、十二指腸の運動異常などがあり、現在もあらゆる症状に試され、統々と実証成果が上がってきてている。

上が148、下が90に変わつていたのです。

「これはチャーガ効果に違いない」と確信したこの女性は、今度は血糖値が下がることを期待して毎日500ミリ以上のチャーガを飲み続けたのです。その後の健康診断の結果、血圧は上が125、下が82まで下がり、血糖値の方も最初の頃のような高い数値は出なくなつたそうです。しかも、体重もラクに8キロ減量ことができ、体調は良好のこと。

さらに、目立った症例として、チャーガでウイルス性のC型肝

炎が改善されたケースも報告されています。

また、O-157をはじめ、メチシリソ耐性黄色ブドウ球菌（MRS A）、肺炎桿菌、緑濃菌、黄色ブドウ球菌、枯草菌、ガス壊疽菌などに対するチャーガの抗菌活性効果が認められたという実験報告もあります。このように、チャーガの可能性は広がりを見せる一方です。

最後に、今までの国内外の研究から明らかになったチャーガの薬効を改めて列記してみることにしましょう。

- 1 抗ガン・制ガン効果（とりわけ消化器系のガンに有効）
- 2 免疫力の強化作用
- 3 活性酸素除去作用（SOD様活性作用）
- 4 抗エイズウイルス作用
- 5 抗インフルエンザウイルス作用
- 6 O-157他抗菌活性作用
- 7 糖尿病の予防と改善
- 8 高血压の予防と改善
- 9 アレルギー疾患の予防と改善
- 10 慢性肝炎の予防と改善
- 11 慢性腎炎の予防と改善

他、慢性胃炎、胃潰瘍、胃腸の運動異常、慢性アトニー（無緊張症）、吐き気、十二指腸の運動異常などから体脂肪を落とすダイエット効果まで、チャーガの特効は実に多彩です。さらにきのこ全般に目を向けてみると、生体恒常性（ホメオスタシス）の維持、強心作用、コレステロール除去作用、抗血栓作用、痴呆症改善作用、骨そしょう症の予防効果など、薬理効果はさらに広がりを見せます。

そして、チャーガはそれ自体の特色ある薬効に加え、きのこ全般のここに書ききつくなはないほどの薬効を併せ持っています。

多くの薬効を秘めた幻のきのこチャーガは、21世紀の医療に確実に新風をもたらすことになるでしょう。今後、このきのこの素晴らしさを多くの方に伝え、治療や健康増進に役立てていただきることが私の切なる願いです。

◇チャーガがもつとわかる実証のQ & A

- 1 一日どれくらいの量を飲めばいい？

健康維持を目的にチャーガを飲用される方は、一日10～20g程度を目安にするといいでしよう。ガンなどの治療中の場合は、それよりも摂取量を増やし体調と相談しながら量を調節してください。適量を守ることは基本です。

2 チャーガはいつ飲むのが効果的？

一般に、免疫細胞は寝ている時につくられるともいわれますので、就寝前が望ましいでしょう。大切なのは、朝夕にかかわらず、継続しやすい時間帯を選んで、毎日規則正しく飲用を続けることです。

3 効き目はどれくらいであらわれる？

個人差があるのであくまで目安ですが、早い人なら一週間であらわれ、最長でも1ヶ月程度で体調の変化が感じとれるでしょう。ただし、毎日継続して飲み続けることが、体調改善のための鉄則です。

4 副作用の心配はない？

チャーガは、最近、ウクライナの氷の中の遺物から発見されたというニュースからもわかるように、古くからロシアで家庭薬として利用されてきました。そのチャーガの長い歴史をふりかえっても、副作用があらわれたという記録はありません。

この本で紹介されている“チャーガ”に関しての詳しいお問い合わせは下記。

チャーガ（カバノアナタケ）研究会

フリーダイヤル

TEL : 0120-538-400

FAX : 0120-733-100

〈著者紹介〉 米山 誠（よねやま まこと）

1954年生まれ。東京理科大学理学部応用化学科卒。鹿児島大学大学院連合農学研究科博士課程後期修了。“アガリクス・プラゼイ”の一連の研究で農学博士号を取得。日本応用キノコ学会評議員、日本木材学会員、山梨科学アカデミー会員。

著者は、永らく食用及び薬用きのこの研究に従事、現在、日本中できのこの栽培の技術指導にあたっている。また、一方で国際舞台においても、国連・APO（アジア生産機構）〈エクゼクティブ〉専門員、中国天津市科学院客員教授、中国天津農業大学客員教授、韓国きのこ生産者中央協議会諮問委員としてエネルギーに活躍中。

著書に「ひめまつたけの科学」（サイエンスハウス）、「ガンを消す幻の茸チャーガ」（青萌堂）などがある。

しらかば
白樺の森に生育するガンを消す力
きのこ
酵素処理した チャーガ茸

2002年6月28日 第1刷発行

2002年7月25日 第2刷

著 者 よね やま まこと
米 山 誠

発行者 尾 嶋 四 朗

発行所 株式会社 青 萌 堂

〒162-0808 東京都新宿区天神町13番地

TEL (03) 3260-3016

FAX (03) 3260-3295

印刷／平河工業社

落丁・乱丁本は送料小社負担にてお取替えします。

本書の一部あるいは全部を無断複写複製することは、法律で認められていない場合を除き、著作権・出版社の権利侵害になります。