

歯科領域における

# 天然素材フィトンチッドの新活用

フィトンチッド研究会

5

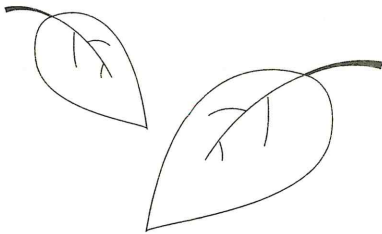
最終回

## ● 森林浴と健康 ●

# フィトンチッドの多能性を活かす

座談会 谷田貝光克 × 小橋 恭一 × 駒井 正

司会：植田秀雄（ミトレーベン研究所：ガス分析学、健康開発）



● 谷田貝光克

（東京大学大学院教授：森林化学、天然有機物化学）

● 小橋 恭一

（富山医科薬科大学名誉教授：生化学、腸内細菌学）

● 駒井 正

（宝塚市市民安全部次長／国民健康保険診療所歯科診療担当）

前回まで、「歯科領域における天然素材フィトンチッドの新活用」について4回にわたりお届けしてきました。最終回では、このシリーズを振り返りながら、日常生活、職場環境の中での自然、植物、バクテリア……といったキーワードで、「現代社会におけるフィトンチッドの役割」「森林浴と健康」をテーマとした座談会で締めくくっていただきます。



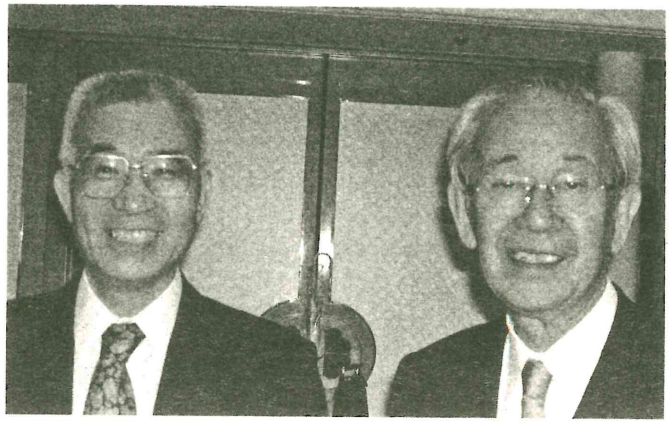
抗生物質

腸内フローラ

プロバイオティクス

院内感染

フィトンチッド研究会



谷田貝光克氏（左）と小橋恭一氏（右）。対談後の記念に。

● 悪臭のないのが健康

——まず、森林化学というご専門の立場で長年森林とかかわってこられた谷田貝先生の方から、現代社会への提言、メッセージを伝えていただけますでしょうか。

谷田貝 2005年11月号でも述べましたが、これだけ科学技術、文明が進展して、さぞや健康で幸せな社会が出来上がったか

という、意外にもさまざまな悪しき社会現象が頻発、社会、個人に歪みが発生してしまいました。中でも、特に個人個人のレベルで言えば、さまざまな難病が増えてきています。昔はなかったのに、今は当たり前のようが増えてしまった病気……。例えば、花粉症、アトピーや新型の感染症などです。このようなものがどういうふうが増えてきたのか、結論を先に言いますと、これはやはり自然、植物の絶対的な欠落ですね。

小橋 そうですね。これも科学技術優先の考え方に起因していると思いますが、「キレイキレイ」指向が常識化されて、バクテリアに対しても皆殺しの薬品を使っている。我々の体、それを取り巻く環境、さらに自然全体は、目には見えなくともさまざまな微生物で支えられています。しかし、そのことを知らずに「キレイキレイ」の発想で率先してそれを壊している、その結果が今の現象ですね。当然と言えば当然の結果です。

● 富士山の麓、青木ヶ原で死体が発見されない理由

谷田貝 大自然の森というものは、われわれの力の及ばないものを持っています。例えばこんな話を耳にしたことがあると思います。

富士山の麓、青木ヶ原で行方不明になった（自殺？）人を発見するのは難しく、訓練された犬でさえもわからない。これはつまり、都会でモノが腐っていると悪臭を發しますが、森の中では全くと言ってよい程ほとんど悪臭が出ないからです。その後発見されるのは、長い時間が経ち、白骨化してからということもあります。

これはなぜでしょうか。ひとつは樹木の成分、「フィトンチッド」が消臭しているということが考えられます。もうひとつは、森の中には悪臭を出す腐敗菌が少ないということですね。

片や、我々の生活の場ではモノが腐ると明らかに臭いが出てくる。この菌叢の状態は、我々が見えない部分ですが、悪臭の有無でその違いを想像することはできません。こんなことが、今の文明社会（都会）に植物を取り込む、都会を森にしようという発想の原点なのです。

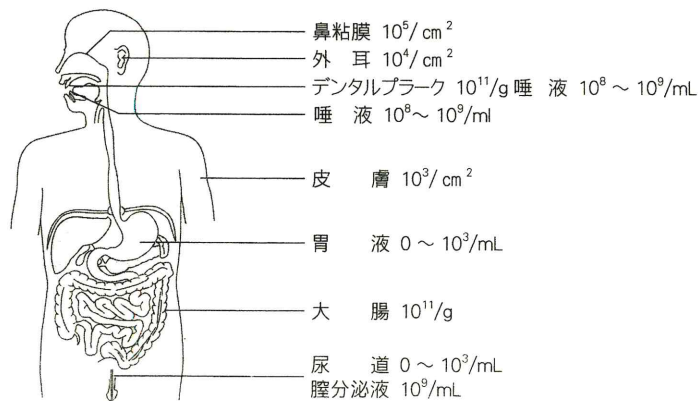
● 加齢による「におい」はなぜ？

——腸内細菌のバランスが崩れると便やおならが臭くなると言われます。また、中高年になると、加齢臭が出て「おじん臭い」などと言われますが、これを解消するのはどんなことが必要なのでしょう？



### 宿主と共生細菌 (各部位と細菌数)

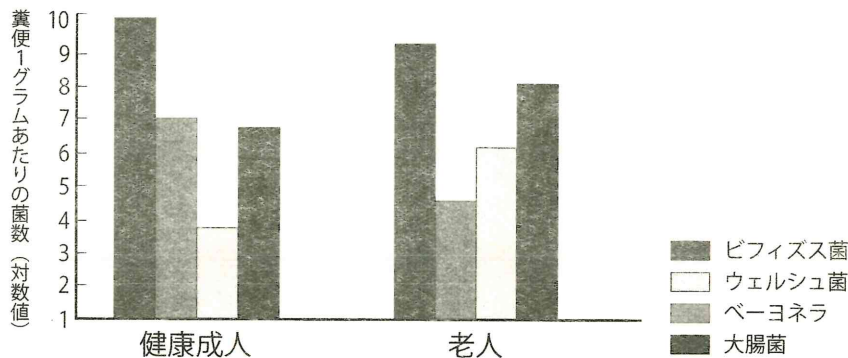
図 1



出典：奥田克爾著・医歯薬出版『デンタルプラーク細菌』第2版 p.4 より

### 加齢に伴う腸内細菌の老化

図 2



出典：理化学研究所・辨野義巳氏／提供 2003 東京にて

小橋 口腔内環境にしろ、腸内環境にしろ、抗生剤や化学薬品（医薬品）をむやみに使わずに、超清潔志向が菌叢のバランスを欠いてしまつて、結局、宿主の役に

立たないだけではなく、悪い結果を招いてしまつています。その結果、おならが異臭を放つ、体臭が強くなるということに結びつくのではないのでしょうか。これでは本末

転倒ですね。

そういう極端な場合は別にしても、普通の生活でも年を重ねてくると図2に示すように腸内細菌のフローラが変わってきます。悪臭を発する張本人のように言われるウェルシュ菌は加齢とともに増加します。また、同年齢でも健康者より病人の方が多いのです。

こんな目に見えないバクテリアの変化が悪臭をつくる、ひいては病気を招くということになります。



第二回で、フィトンチッド・キャンディによる、口腔内アンモニア産生菌（嫌気性菌）の抑制効果についての報告がありました。それが、それを日常的に摂取すると便臭や、おなら臭が改善されたということでした。これはどのように考えたらよいのでしょうか。

小橋 私の研究領域である腸内でのこと、言いますと、一般に腸内環境を整えるために、プロバイオティクスとして乳酸菌、ビフィズス菌の入ったヨーグルト等を取ることが最近大変はやっていようです。しかし、これには私は疑問を持っています。総数で100兆個と言われるところに

十億程度の菌を送っても本質的な解決にはなり得ないことは自明であり、繰り返し行っても本質的な改善はなかなか望めないでしょう。

そこで、腸内フローラ（菌叢）を改善するのに、大自然、森の発想が必要であると思います。（低分子のガス成分の集まりである）フィトンチッドを適度に体内に入れることは、森の環境に細胞を置くのと同じこととなります。

先程の青木ヶ原の話と結び付きませんが、フィトンチッドは菌叢を変化させるのです。そこに、バクテリアの餌になる食物繊維（dietary fiber）があれば、細菌叢がそれに見合うようにその状態を維持するでしょうね。その結果、便臭、おなら臭が改善されると考えられます。一般的に言うプロバイオティクスとは違いますが、これはフローラの若返りの結果ですね。

**谷田貝** 農作物の有機栽培が近年話題になっていますが、安全、安心でおいしい野菜がニーズとしても増えてきていることは喜ばしいことですが、我々の体にとつての有機栽培というのはまさにフィトンチッドと食物繊維での腸内という土壌の cultivate（醸成）ですね。このような結果として、腸内環境が整い、健康（安全）な状態が維持されることになりましたが、このことと有機野菜が安全でおいしいと言うのとは全く

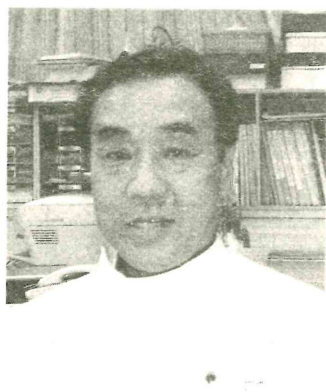
同じですね。

——化学肥料と農薬を多用した野菜づくりと、抗生剤、医薬品漬けの日常生活と同じというのは面白い見方ですね。「土壌づくり」（正常な腸内環境づくり）が出来ていないと、お先真つ暗……と言えるかもしれません。



——ところで、駒井先生はフィトンチッドとの出会いは随分古いですね。確か、フィトンチッド材料を輸入されていて、それが最初だったとか。どんな動機があつたのでしょうか？

**駒井** 確か1980年代の半ば頃で、もう20年も前からということになります。最初に手掛けた実験は、フィトンチッドに制



「21世紀型の新発想で取り組みたい」と語る駒井正氏。

菌作用があるということを知ったからです。天然物で、しかも極低濃度の状態でも作用する。また、揮発性の低分子・ガス成分であるということに大変興味を持ちました。当時、診療の現場での抗菌は、抗生剤や消毒用化学薬品ばかり使用していて、「これでは……」という感を強くしております。

歯科診療の場は、大半が観血処置をしていて、最も自身の健康でも気を使うのは、院内感染の問題です。歯科医師の死因のベスト3に肺炎患者がランクされています。

もちろん、患者さん、家族の方への感染拡大は絶対に避けなければならぬので、我々は単に病原菌を殺菌するだけでなく、トータルの意味でより安心できるシステムをと考え、さまざまに取り組みをし、最善のものを導入してきていると思っております。そのうちのひとつがフィトンチッドです。

究極のシステムとして、フィトンチッドを室内空気に散布することで最終の目的を達成できたと考えています（先月号参照）。

**谷田貝** フィトンチッドを歯科診療の場でも院内感染の対策に活用されている事例を初めて知ることができ、非常に嬉しく思いました。と言うのは、フィトンチッドの用途がこのように広まって実質的なフィトンチッドへの理解が深まることは、さまざま



まな意味で意義のあることですから。



—— 20世紀型科学技術の延長では、いま抱えている問題の本質的な解決にはならないと、感覚的に思うことしきりなのですが、小橋先生、この点でいかがでしょう。

小橋 戦後すぐ、ペニシリンの普及で急性感染症が激減し、抗生物質 (antibiotics) の威力を実感しました。これが病原菌への救世主となったことは事実です。しかし、抗生物質の大量使用はその後も続き、食品、養殖動物にまで使われることになりました。

さらに、バンコマイシンが開発され、多くの関係者はこれで病原菌を征服できたとの感覚を持ったと思われまます。

それもつかの間、その耐性菌 (VRE) が出てきたことで、抗生剤万能の夢は破れました。それだけではなく、そのような発想の限界、破綻が言われています。そして今も、病原細菌群に対してまともな処置ができません、依然として「皆殺し」戦術の繰り返しで、ますます自然との乖離、アンバランスを助長しています。その結果、さまざまな耐性菌が出現することになってしまったのです。



駒井 フィトンチッドを長く取り扱ってきて思うのですが、未だ科学の俎上に乗っていないので、なかなかその良さが理解されず、また、伝えられておりません。20世紀型の考え方、やり方には限界があると私は思っているのですが、フィトンチッドのようにさまざまな意味で価値ある、頃合いな材料が身近にあるのに、多くの研究者たちは関心を示さないし、理解しようともしていません。

しかし、最近になってフィトンチッドの新たな研究も広がってきています。例えば、活性炭素消去作用など、新しい知見も報告されつつあることは良い傾向だと思っております。これをもつと加速することが必要と考えるのですが。

—— 最近、医学の分野での話題のひとつが、ノーベル賞の受賞につながった、生体内の一酸化窒素 (NO) の存在です。NOx という、公害成分と考えられていたものが、生体成分であり、しかもさまざまな有用な作用をもたらしているなんて、誰も想像しなかったことだと思えます。ところが、それがバイアグラなど身近なものと結びつくことで、多くの人にとって常識にもなっ

きています。同様に、一酸化炭素 (CO)、硫化水素 (H<sub>2</sub>S) などにも研究の対象になり、話題になっています。このように考えれば、フィトンチッドという低分子のガスの作用性も理解できないことはないはずだと思いますが……。

谷田貝 そうですね。ガスと生体反応というふうを考え、フィトンチッドを「低分子多成分ガス集合体」として認識すれば、今わかっていることも、まだわかっていないことも、科学研究の面白いテーマになると思いますね。

我々が見てこなかった「見えないものサイエンス」、そんなサイエンスを展開しなかつたら、群盲・象の例えではありませんが、本当の問題解決にはならないでしょう。目に見えない「ガス」というものをもっと知る必要があります。我々の関心をもっとわかりやすくするために、フィトンチッド研究をもつと推進すべき時だと思えます。

—— これからのフィトンチッドの進展に、さらに期待が持てました。ありがとうございます。

#### ●編集部より

今回のシリーズはこれで一応終了しますが、これがかつたで現在、関係者の中で本格的に「フィトンチッド研究会」の立ち上げが検討されていると聞いています。これからのフィトンチッド研究を楽しみにしたいと思います。また、この件についてお問い合わせなどは編集部へご連絡ください。