

## テーマ「血液型の科学」

- ・血液型によって、性格はある程度決まってくる。
  - 理由 1：血液型で免疫力に違いがある
  - 理由 2：血液型によって、好みの食物が異なる
  - 理由 3：血液型によって、かかりやすい病気がある

### <血液型と免疫>

- ・人間の抗体産生細胞は、自分の抗原に対して 抗体を作らない法則がある。つまり、A型の人には抗A抗体をつくらないので、血清中には抗B抗体しかない。同様にB型の人には抗A抗体しかなく、AB型の人には、そのどちらも持たない。逆に、O型の人には抗A抗体と抗B抗体の両方を持つ。
- ・一番免疫力が強いのがO型、次いでB型、その次がA型で、最も弱いのがAB型。
- ・スポーツ選手で一流になるのは、免疫力が強いO型やB型が圧倒的に多い。松井秀喜はO型、イチローはB型。

### <血液型と食べ物の好み>

- ・腸内細菌が血液型をつくった。どんな細菌に影響を受けたかによって異なり、例えばブタはO型かA型しかおらず、ヒツジはO型かB型である。
- ・つまり、人間は血液型によって、食べ物の好みが変わってくる。
- ・食物アレルギーを持っているB型の人やブタ肉を食べると、その人は抗A抗体を持っているので、体内に入ったA型物質（ブタ肉）により抗体反応を起こす。
- ・人類の祖先であるホモ・サピエンスはO型だった。その一部は東南アジアに行き、農耕民族として定住した。主食は穀物や野菜であり、それらに合う腸内細菌が増えていった。その腸内細菌がやがて遺伝子に組み込まれ、A型人間ができたと考えられる。
- ・他方、インドやネパールに渡った遊牧民族は、乳製品をたくさんとるようになった。その過程で乳製品に合う腸内細菌が増え、それが遺伝に影響してB型人間が誕生した。
- ・AB型はもっと後になって生まれた血液型。遊牧民族が農耕民族を征服する中でできた。

### <血液型と病気>

- ・B型の人には肺炎にかかりやすい。肺炎球菌はB型物質を多く持つため。
- ・同じくB型物質を持つサルモネラ菌により、B型やAB型は食中毒を起こしやすい。
- ・O型は免疫力が強いが、胃酸を多く分泌して肉類を効率よく消化する体質であるため、ストレスがたまると潰瘍になりやすい。
- ・A型の人にはガンになりやすい。唾液腺のガンはO型に比べて 1.64 倍というデータがある。
- ・梅毒は、O型の感染率を1とすると、他の血液型の感染率は1.7。梅毒によってA型、B

型の人種が壊滅的なダメージを受けた歴史がある。

- ・O型が弱い病気は、ペストやコレラなど。古典的なコレラは死亡率が高く、インドで流行した時は多くのO型人間を死亡させた。

- ・このように、血液型と病気の関係は、民族の構成に大きく関わっている。

<血液型と性格>

- ・前述の通り、A型の人にはガンなどの生活習慣病になりやすいというデータがあるが、これはストレスと関係が強い。そのため、A型人間はストレスをできるだけ避けようとして、協調性が高くなるのではないか。

- ・A型は自動車事故が少ない。O型は事故率が高い。

- ・B型は気移りタイプ。交差点などの出会いがしらの事故が多い。

- ・O型は病気にかかり難いので社交性が高く、自己主張が強い。昔の総理大臣はO型が圧倒的に多い。

<病気と笑い、食事>

- ・私が講演の中でダジャレを多用するのは、「笑い」が免疫力を高める作用をするから。

- ・ガン細胞等を退治するナチュラルキラー細胞（NK細胞）を活発にするのは、70%が食事（野菜、豆類、発酵食品など）、30%が笑うことにある。

- ・ストレス時代において、心の病気は西洋医学では治せない。自然治癒力を高めることが大切。

- ・現代の人たちの腸内細菌の数は、戦前の1/3になってしまった。

- ・現代社会で厄介なのは、活性酸素の存在。悪玉コレステロールは活性酸素とくっついて悪さをする。したがって、病気から体を守るためには、活性酸素を消す物を食べなければいけない。具体的には、色の付いた野菜、豆類、穀類、臭いのあるニンニクやネギ、柑橘類などを食べてほしい。