

人間の腸と脳は離れたところにありますが、密接な関係にあります。なにか心配事があると急にお腹がいたくなったり、下痢をしたり・・・の経験者は多いと思います。腸の入り口が「口」、出口が「肛門」です。

人間の進化の過程で、まず腸が出来、脊髄・・・と進み、その後に脳が出来たそうです。そういう意味で腸と脳は先輩・後輩みたいな関係なのでしょう。腸内の変化はすぐ脳に伝わり、脳の変化はすぐ腸に伝わります。脳とは腸から進化して最後に出来たものなのです。

脳は末端器官とつながっていて、お互いが連動してはじめて機能できるのです。唯脳論のように脳が独立して存在しているわけではありませんし、脳が末端器官に対して絶対的な優位を持っているわけでもありません。脳は筋肉のためのシステムです。内臓脳(大脳辺縁系)が腸管の平滑筋とともに働き、体壁脳すなわち大脳新皮質が感覚系、運動系とともに体壁系の錘体路系に支配される筋肉とともに働いているのです。

脳が指令しているばかりでなくて、腸から出ている指令もたくさんあるのです。つまり、心は脳にあるのではなくて、内臓腸管系がうみだしているのです。

腸の動きが生命の生きる意欲の心をつくりだしているのです。つまり五欲(財・名・色・食・睡)の源は腸管の蠕動運動(腸の動き)にあり脳はそのうごめきを外界に示す窓口にすぎません。

日本人は昔からすでに「腸＝心」ということを知っていたようです。腹が黒い、腹がいい、腹を割って話す、腹が立つ、腹が座っているなど性格や感情を表すのに腹という言葉を使ってきました。

腸が活性化すると大脳が活性化します。

西原克成博士の著作「究極の免疫学」より一部を引用します。

(引用ここから)

冷たいもの食べすぎ・飲みすぎが脳まで悪影響を及ぼした典型的な例で、85歳のおばあさんの患者がいました。この人は、子供の頃からサイダーが大好きで、毎日のようによく冷えたものを飲んでいました。子供の頃から常に下痢ばかりしていたのですが、便通とはそういうものだと思っていたそうです。しかし、さすがに歳をとって、体力の消耗も激しくなってきたので、この下痢を治そうと思ったらいいのですが、どんな医師のところにもいっても治りません。それで私(西原博士)のところへやってきました。「口呼吸をやめて、冷たいものをやめてください。サイダーも飲まないように」と指導すると、次の診察のとき「初めて固形の便が出て、下痢じゃない便というものがあることを知った」といわれました。

ところが夏になって事件がおこりました。夏になって「おばあちゃんの好物だから」といつものように親戚や知り合いからお中元にサイダーをたくさん送ってきました。もともと好きなものですからついでに伸びて、おばあさんはよく冷えたものを数本飲んでしまいました。

すると、飲んでしばらくして、3時間ぐらい完全に痴呆状態に陥ってしまったのです。電話機と間違えてテレビのリモコンを押して電話しようとしたりして、家族もびっくりしてすぐ私のところに連絡が来ました。そこでとにかく身体を温めるように指示しました。具体的には、お湯(42度)を飲ませ、さらに湯たんぽをお腹と背中側から当ててもらいました。特に、副腎のあたりを温めて、人口太陽光線(光健燈)の照射をしました。するとまもなく元通り正気に戻りました。

この例でもわかるとおり、脳は末端器官とつながっていて、お互いが連動してはじめて機能できるのです。唯脳論のように脳が独立して存在しているわけではありませんし、脳が末端器官に対して絶対的な優位を持っているわけでもありません。脳は筋肉のためのシステムです。内臓脳(大脳辺縁系)が腸管の平滑筋とともに働き、体壁脳すなわち大脳新皮質が感覚系、運動系とともに体壁系の錘体路系に支配される筋肉とともに働いているのです。

腸の賢い働きは、脳や脊髄から独立して営んでいるということです。その証拠に交通事故で脊髄を損傷しても、脳が働かなくなって植物人間のように脳死の状態になっても、腸は正常に働き続けるそうです。

ところが最近の研究で、「腸にも脳がある」事がわかってきました。アメリカの神経生理学者のマイケル・D・ガーシオン医学博士が、「セカンド・ブレイン＝第2の脳」と言う本の中で、この事実を発表し大変な話題となりました。博士の専門は脳の研究でしたが、あるとき、脳に存在しているはずの神経伝達物質「セロトニン」が腸にも存在する事を発見しました。より研究を進めて行くと、何と体内のセロトニンの95%が腸で作られている事をつきとめました。

博士のこの本で「現在我々は腸に脳があることを知っている。とても信じられないことかもしれないが、あの醜い腸は心臓よりずっと賢く、豊かな感情を持っているのである。脳や脊髄からの指令がなくとも反射を起こさせる内在性神経系を持っている臓器は腸だけである。

進化はうまい工夫をした。我々の先祖はアメーバの原生的生物から進化して脊椎を獲得した時、頭蓋と腸の両方にそれぞれ別の感情を持つ脳を発達させたのである。と述べています。

脳とは腸から進化して最後に出来たものなのです。