

神のハーブ ～コタラヒムブツの話～ 院長 岡宮 裕

コタラヒムブツ (kothala himbutu) は、学名を *Salacia reticulata* と言い、スリランカのみにも自生するつる性の樹木です。スリランカでも標高1000メートル以上の高地でしか生息せず、ハーブとして利用可能になるまで最低でも7年の歳月を要します。数千年前から彼の地の伝承医学であるアーユルヴェーダでも重用され、体質改善、疾病予防に利用されています。

“神さまからの贈り物”・“幻のハーブ”と現地では讃えられるこの貴重なハーブをスリランカ政府は乱獲防止と自然保護の観点から輸出規制措置を執り、保護・育成に努めてきました。近年コタラヒムブツは僅かな量がスリランカ政府により輸出が許可され、それに伴い我が国でも使用が可能となりました。

コタラヒムブツにはどのような効果があるのでしょうか？

コタラヒムブツは次のような効果があります。

- ① 消化器系の調子を整え、便秘を解消する。
- ② 消化管からの糖質の吸収を遅らせ、血糖の急激な上昇を防ぐ。
- ③ 体脂肪の蓄積を防ぐ効果がある。これにより無理のないダイエット効果が期待できる。

実際にアーユルヴェーダでは現代に於いても糖尿病の治療にコタラヒムブツが利用されています。コタラヒムブツには既存の糖尿病治療薬であるベイスンやセイブルという α グルコシダーゼ阻害薬(α GI)に極めて類似した物質が含まれており、その事からも血糖改善効果が有ることが窺えます。

さらに α GIの副作用である低血糖の発生と体重の増加という副作用が無いというのも特徴です。そのため、コタラヒムブツから新たな α GI薬を開発する研究が行われています。 α GIは現在糖尿病の治療目的だけではなく、糖尿病の一步手前の状態である「耐糖能異常」に対しても承認がおりています。つまり糖尿病になる前に飲んで、糖尿病になるのを防ぐという飲み方です。糖尿病を予防するという点ではコタラヒムブツの服用は既存の α GIに勝るとも劣らない効果が期待出来ると思います。

体脂肪に関しては、マウスによる動物実験ですが、コタラヒムブツが強い抗肥満効果を持つ事が日本薬学会などで報告されています。脂肪細胞の分化マーカーの遺伝子発現の低下に加えて細胞内の“脂肪滴蓄積抑制効果が証明されています。

つまり、コタラヒムブツを定期的に内服する事で、過剰な食欲を抑え、体脂肪を減少させ、脂肪がつきにくい体質に改善し、糖尿病を予防するなどの効果が期待されます。まさに「健康と美の両立」ですね。

コタラヒムブツをお勧めいたします。

コタラヒムブツは現地ではハーブティーの形で摂取される事が多い様です。実際に私も以前コタラヒムブツ茶をしばらく飲んでおりました。効果は十分実感できたものの、摂取後ごく軽い嘔気を感じるなど多少私の口に合わなかった事と少しお腹がゆるくなった事でいつしか飲まなくなってしまいました。

そんな時、この「発酵コタラヒム」に出会ったのです。発酵コタラヒムは錠剤の形態をとるためたいへん飲みやすく、お腹がゆるくなるなどの不具合もまったくありません。発酵コタラヒムは、メーカー独自の発酵技術により、内服がしやすい錠剤という形態を採りながらも貴重なコタラヒムブツの有効成分の吸収性が高い事が特徴です。飲みやすさと効果の高さが両立しています。

「発酵コタラヒム」は次のような方に特におすすめします。

- ① 無理なくダイエットをしたい。
- ② 便秘を解消したい。
- ③ 検診で血糖が高いと指摘され心配。糖尿病を予防したい。
- ④ 糖尿病で治療中だが、治療の補助に使いたい。
- ⑤ お酒を飲む機会が多い。
- ⑥ にきび、肌荒れなどを治したい。

他にも様々な良い効果が期待できます。サプリメントとして他の薬と併用することも可能です。ご興味がおありの方は受付に（診察時でも）お気軽にご相談ください。

《発酵コタラヒム》

お問い合わせ・ご用命は

03-5456-6282

<http://www.parksideclinic.jp>

代官山パークサイド
クリニック

〒150-0034
東京都渋谷区代官山町16-1
カスティヨ代官山2F

