

# 乳酸菌生成エキスが与える肌への影響とは？

乾癬は（皮膚だけでなく）免疫系の全身疾患であることをご存知ですか？ また最近の研究では、腸内細菌叢のバランスが乱れることで自己免疫疾患やアレルギー疾患、肥満症などさまざまな病気に影響を及ぼすこともわかっています。そこで、今号では腸内細菌叢について2名の先生にお話をうかがいました。まずは東先生のインタビューから紹介します（編集部）。



東照代先生  
(もりの医院副院長)

東先生の施設にはどのような患者さんが来院されていますか？

当院は、一般的な内科診療に東洋医学や栄養医学も取り入れながら、認知症や心のサポートの診療も行っていきます。通院される患者さんの中には、アトピー性皮膚炎やアレルギー、がんを患っている方もいらっしゃいます。

なぜ、乳酸菌生成エキスで皮膚の症状が改善したのでしょうか？

いた乳酸菌生成エキスをお勧めしたところ、約2カ月後には左右の上半身に手のひらより大きく広がっていた乾癬がとてもきれいに改善し、驚きと同時に大変嬉しく思いました。お風呂にも入りやすくなったと伺っています。現在も乳酸菌生成エキスを継続されており、同部位の寛解状態は継続しています。

はじめに、今回摂取した乳酸菌生成エキスは医療機関専用のサプリメント（製造元：B&Sコーポレーション）で、乾癬の治療薬ではないことをお伝えしておきますね。これまでアトピー性皮膚炎や手湿疹に良い影響が出た経験もありますが、あくまで補助的な位置づけです。

乳酸菌生成エキスは、いわゆる生きた乳酸菌とは異なり、16種類の乳酸菌で豆乳を発酵し、乳酸菌の有効成分を抽出したエキスです。つまり、「乳酸菌の有効成分を摂取し、腸内細菌叢を整えよう」という考え方ですね。腸内細菌叢が整つと、免疫

機能が整い、アレルギー疾患の改善が期待できることをご存知の方も多いのではないのでしょうか。乾癬の発症には3つの要因（外的因子、内的因子、遺伝的因子）が関係しているようです。外的要因には生活環境、生活習慣やストレス、ウイルス感染、薬剤などが関係し、内的因子には糖尿病、脂質異常、肥満などが関係すると考えられています。遺伝的因子にさまざまな外的因子・内的因子が作用することで免疫の恒常性が保てなくなり、乾癬を発症するといわれていますが、この恒常性を保つことを助けるために乳酸菌生成エキスが一役買っているのだらう、と私は考えています。

もちろん、基本治療を疎かにしてはいけません。乾癬の治療でもっとも大切な「標準治療の継続」を忘れないで下さいね。その上で、体の内側からケアする手段のひとつとして、私の経験を紹介させていただきます。内科医として乾癬患者さんの診療の一部を担わせていただけたことに感謝しつつ、地域の診療所医師としてどのような疾患の患者さんであっても、みなさんの笑顔を増やせるように尽力いたします。

## 乳酸菌生成エキス摂取による「乾癬」改善症例

飲用前 (2021/11/26)



飲用2カ月後 (2022/1/28)



(もりの医院 東先生提供 70代男性 左腹部)

近年は乾癬は全身性の疾患という意識が高まり、専門の先生方はそれを見据えた診療を行っています。東先生はどのようなお考えですか？

確かに、その通りだと思います。患者さん自身が、乾癬は全身性の疾患だと理解することで、食生活や睡眠時間、運動量、禁煙やアルコール量の見直しにつながり、結果として病状が安定することにつながるのではないのでしょうか。

東先生は、乳酸菌生成エキスを摂取した乾癬患者さんの著効例を経験されたそうですね。

70代の男性患者さんです。20年ほど前に大腸がんの手術を行い、術後に抗がん剤を内服していました。そして、抗がん剤の内服終了後に乾癬を発症されました。当院受診時にはシクロスポリンを内服中で、減らすと再燃するなど、症状は一進一退でした。そんな中、すでに外来で手心えを感じて