

以 Orthomolecular 營養醫學為基礎的傳染病對策

Orthomolecular 是把分子(molecular)整合(ortho)的組合英語，orthomolecular medicine 主要被翻譯成「分子營養學」，由分子的組成可以有效地背用在營養素保養品上，可以提高我們身體的細胞工作能力，由根本治療許多疾病的療法。

要預防傳染病最重要的是上呼吸道黏膜的黏液要確實的覆蓋住。這種被稱為黏液素的黏液是由人體蛋白質組成的，要維持黏著性是要靠 S-S 組合這種含有硫磺的構造，如果黏液素確實的附著在上呼吸道的話，可以有效防止流行性感冒或冠狀病毒等病菌侵入人體，花粉等症狀也會隨著黏一排出人體外。

這種黏液層會分泌一種 IgA 抗體的免疫球蛋白，這種免疫球也是主要由蛋白質所組成。要製作 IgA 抗體首先重要的是淋巴球的有無正常運作，而淋巴球是靠胺基酸與維他命 A 來運作的。

如果黏液跟 IgA 抗體都於法防禦的時候，黏膜就被暴露在病菌上就會對身體產生影響。要確保黏液確實且牢固的附著在黏膜上的話需要結合蛋白質的維他命 D 來誘導。而且維他命 D 透過維他命 A 的協調，會增強免疫反應。而若要維持維他命 A 的工作效率的話，亞鉛是不可少的。

再者，要預防細胞或病毒的感染，雖說人體需要分泌出抗菌蛋白質，然而這種蛋白質是需要維他命 D 來合成的。而且先不論這些蛋白質有沒有防禦住，若病毒侵入人體且感染的話，會先造成局部發炎、發燒前會先有喉嚨痛的感覺。

這時候最重要的就是維他命 C 了。它可以讓全身的免疫細胞活躍起來。在緊要關頭，攝取充分的維他命 C 可以防止發炎波及全身，且抑制發燒及關節疼痛。

以分子營養學來說，這時候攝取由橄欖葉裡提煉出的 oleuropein(橄欖葉精華)可以阻止傳染性疾病蔓延全身。

營養建議（一日攝取量）

維他命 D 10000 IU

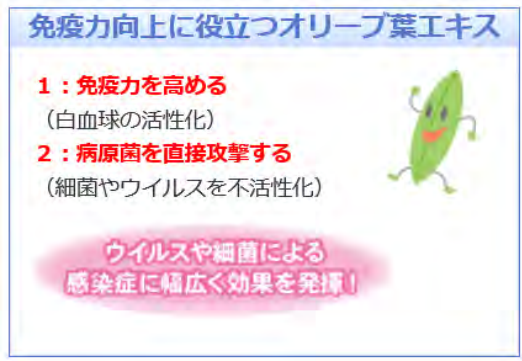
胺基酸： 6000 mg

亞鉛： 15~30g

維他命 C： 2000 mg 一天大約攝取量、200~250 mg 每次攝取量

若還是喉嚨痛請儘快使用橄欖葉精華

橄欖葉精華

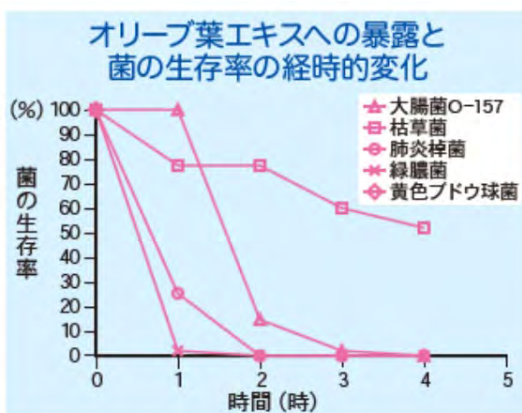
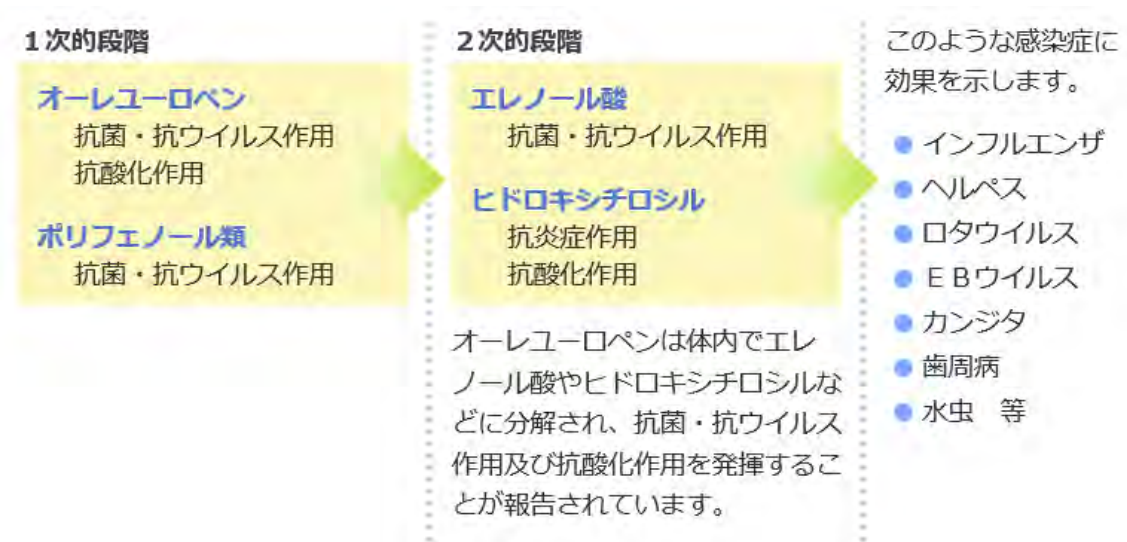


從橄欖葉萃取的精華能夠殺死病毒卻不會對人體細胞有任何副作用，是天然的抗菌劑。而且對於病原體是微生物的疾病(黴菌·念珠菌及酵母菌感染)也有很好的功效。而且會活化巨噬球菌及嗜中性白血球，提高人體的免疫系統。

由一份 1827~1855 年的報告指出用橄欖葉煮出來的茶對瘧疾有很大的功效。

與抗生物質不同的是，並不會產生耐菌性，懷孕中或有生產計劃的婦女、年長者、幼兒都可以安心的使用。而且部會像一班的藥劑一樣有嗜睡的成分在其中。

橄欖葉精華的工作流程



依照時間不同讓細菌暴露在濃度 0.6%的橄欖葉精華裡，約一小時後產生劇烈的反應。除了枯草菌之外其他菌的生存率都下降了。

※在試管內進行的實驗。

取自 D.Markin et al.(2003)
Mycoses,46,132-136

エキナセアーオリーブ葉エキスとの相乗効

キク科の植物で、数百年前からネイティブ・

在美國也被當成萬能要再使用的橄欖葉精華，有效成分為酸性 Arabinogalactan 等多醣體，這些可以讓免疫細胞活化，可以期待對細胞或病毒造成的傳染病有效果。

由橄欖葉與紫雛菊及葡萄柚的種子裡萃取出的精華還能對流行性感冒的傳染病有抑制的作用。



紫雛菊

(2001 年「感染症與營養」 分子營養学研究所)

* * 橄欖葉與紫雛菊功效的參考網址 * *

<https://www.orthomolecular.jp/nutrition/olive/>

