

標 題：The Macrobiotic Diet in Cancer
癌におけるマクロビオティック食事（自然食）

著 者：L. H. Kushi, et al. (米国 コロンビア大学)

掲 載 誌：J. Nutr. 131: 3056S-3064S (2001)

要 旨： マクロビオティックは、最も一般的な代替りのつまり補完的な癌に対する
広範囲な生活様式アプローチである。

マクロビオティックの最重要項目は主として自然食品による菜食であり、
それが高い評判を得るのは、悪い予後からの回復はマクロビオティックのおかげ
であるという優れた症例報告、およびマクロビオティックによって推奨され
る食事因子が癌リスク低下と関連するというかなりの証拠のためである。

マクロビオティック食事を摂取する女性は、循環血液中エストロゲン値が
やや低く、乳癌の低リスクが示唆される。この一部はマクロビオティック食事
の高い植物エストロゲンが原因である。

癌治療における食事の多くの面として、癌患者の苦しみの軽減または生存
の延長に対するマクロビオティック食事の有効性を評価する研究は、限られて
いる。厳密な研究とするために予想生存率または一連の症例を集めて、マク
ロビオティックを試みた癌患者の体験を比較した研究は少ない。

入手可能な証拠および慢性疾患予防の食事推奨との類似に基づくと、マク
ロビオティック食事は癌リスク低下をもたらす。しかし現時点では、推奨に反
して癌の治療にマクロビオティックを使用する実験に基づく科学的な根拠は、
限定される。この推奨は推奨者の根拠に基づくと思われる。

それが一般的なことおよび食事要因は癌の原因と生存率に重要であると
の説得力のある証拠のため「マクロビオティック食事または同様な食事パター
ンは癌の予防と治療に有効であるか」を明らかにする研究を、さらに行う必要
がある。
