

本態性環境不耐症 (IEI: Idiopathic Environmental Intolerance)

[これに含まれる類似の疾患名] 環境過敏症、多種化学物質過敏症 (MCS: Multiple Chemical Sensitivity)、シックハウス症候群、電磁波過敏症、など

通常の人であれば、症状を出さない低濃度の物質、あまり強くない電磁波、騒音や光、その他の軽微な刺激に敏感に反応し、辛くて深刻な症状に悩まされる病態だとされている。



しかし、本来は、こんな環境で生物が健康に過ごせるはずがない。決してあなたのせいではない。こんな環境を作り出した愚かな人類のせいである。

症状は、人によって様々なものが現れる

例: 心臓のドキドキ感、筋肉の不調和、手足の指のしびれ、胃のむかつき、下痢、便秘、気分の落ち込み、集中力や思考力の欠如、イライラ、記憶力の低下、疲労、めまい、ふらつき、眠気、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、喘鳴、目や鼻のかゆみ、皮膚の発疹、頭痛、胸痛、筋肉痛、関節痛、体の各部位の腫れ、頻尿、など

該当者に併発しやすい疾患

各種のアレルギー、感染後遺症、ワクチン後遺症、自律神経失調症、甲状腺機能低下症、慢性疲労症候群、パニック障害など

<作成: stnv基礎医学研究室>



最善の解決方法は、他の多くの生物が棲んでいる環境に住むことである。

ただ、それが叶わないのであれば、次のことを行ってください。

- ・フィトンチッド(植物が発散する揮発性物質)を可能な限り多く浴びる。
- ・土壌細菌を多く取り込み、食物繊維を多く食べる。
- ・各種の人工物から出来るだけ離れる。柔軟仕上げ剤、香粧品類など、身に付けるものが特に要注意である。
- ・加工度の高い食品を避ける。特に、ファストフード、ハンバーグ、菓子パン、パスタなどの小麦粉製品、清涼飲料水、など
- ・不足している次のような栄養素を補給する。マグネシウム、セレン、ビタミンC、ビタミンB6、オメガ3(EPA、 α -リノレン酸)、タウリン、グルタチオン、グルタミン酸、各種ファイトケミカル、食物繊維