

《Safety of essential oils : エッセンシャルオイルの安全性》

Shawn : 今日は、二人のエキスパートを迎えて、エッセンシャルオイルとその安全性について、特に経口摂取したときの安全性について話してもらいます。

基本として、エッセンシャルオイルは食品で、食品はすべて食べられます。もし食べられないのなら、それは食品ではないのですが、なぜエッセンシャルオイルを経口で摂取することに対する警告を目にすることがあるのでしょうか。

二人のエキスパートが話してくれます。



Dr. Hall : セラジェルは口腔リンスで、シナモン、クローブ、タイム、ウィンターグリーンのエッセンシャルオイルがほんの少し入っています。

インターネットでエッセンシャルオイルについて調べると、飲み込まないでください、毒性があります、と書いてあります。これ（セラジェル）は飲み込めるし、飲み込んでも安全だと私たちは言っているけれど、飲み込んではいけないと書いてあるから言えないですね。

他のことと同じだけど、どれだけ飲み込むか、どれだけ摂取するかに関係しているんです。

食品の定義のひとつに、食品は無毒である、というものがあって、食品は無毒だから濃縮ができるし、脂溶性ビタミンやミネラルのように特定の栄養素を抽出して濃縮し、カプセルに入れることもできる。摂りすぎて毒性を持つことはあるけれど、食事一皿に含まれる量は問題ないですね。

店に行けば純度 100%のエッセンシャルオイルのボトルを見つけることができるけれど、毒になる可能性があるから大量に飲み込んではいけない、というのはその通りだね。

セラジェルには 8 オンスのボトルにほんの数滴しかエッセンシャルオイルは入ってないんだ。だから簡単に理解できるのは、ショーンが言った通り、これは食品に含まれる栄養素で、ここに含まれている量は食品に含まれる濃度の 1~3%程度だということです。

非常に希釈されているし、食品に含まれる濃度ですらなく、何の問題もないし、栄養素です。

数年前、亜鉛と義歯の接着剤について歯科で問題になったことがあります。ようやく、人々が神経的な欠陥を抱えていること、義歯の接着剤に亜鉛がたくさん含まれていて、それが血流から吸収されていることを突き止めたんです。だから今は、亜鉛無添加や低亜鉛の義歯用接着剤を買うことができます。常に量、あなたが摂取している量なんです。

Shawn : 亜鉛をたくさん摂ってなかったら問題にはならないですね。

Dr. Hall : だけど、そこがポイントなんです。これ（セラジェル）は安全です。

だから、やることは簡単で、ケチャップは食べるかい？って聞くことです。フレンチフライにケチャップはつけるかい？って。もしつけるなら、フレンチフライひとつ食べるごとに、この中に入っているよりたくさんのシナモンやクローブのオイルを取っているんです。

七面鳥をドレッシングをつけて食べると、もっとたくさんのタイムを摂っているよね。オレガノとタイムを同じものとすればタイム摂っている、タイムを食べているよね。

もうひとつの質問は、ウインターグリーンオイルにはサリチル酸塩が含まれているということ。サリチル酸塩アレルギーを持っている人がいるからね。彼らは低サリチル酸塩やサリチル酸塩フリーの食事を摂っているけれど、そうでなくても問題はありません。

私たちは毎日サリチル酸塩を食べているんです。実際、野菜や果物をたくさん食べれば、わずかにサリチル酸塩を摂っていて、ショーンが言ったように、これらは栄養素で、食品に含まれる濃度がそれ以下であれば食品なんです。これ（セラジェル）は安全です。

純度 100%のエッセンシャルオイルを大量に飲み込むべきではない、亜鉛のカプセルを飲み込むみたいにやり過ぎだからね。だけどこれ（セラジェル）に入っている量は安全です。

薬理学者で毒物学者のビル博士が、酸素が多すぎると毒素で死ぬことがあると教えてくれました。酸素中毒だね、それとか水中毒、溺死と呼ばれるもの。

何か精神的な障害をかかえている人が、肺が液体でいっぱいになるくらい水を飲み始めたことがある。この人は溺れて、水中毒と呼ばれているんだ。一般的に水は飲んでも安全だけど、飲み過ぎや良くない。

これと同じコンセプトで、エッセンシャルオイルをたくさん飲み込んではいけないというのは正しいけれど、ほんの数滴のエッセンシャルオイルは大丈夫だし、この栄養素の一部だし、この製品を飲み込んでも安全で何の問題もないんです。

Dr. Bill：単純に、匂いが良く味が良い食べ物はすべてこの中に含まれるエッセンシャルオイルがたくさん入っています。

エッセンシャルオイルの組み合わせを違えることで、良いにおいや味を食べ物に付加しているんです。

Dr. Hall：だからそれを食べるんですよ。それが本質なんです。

エッセンシャルオイルと呼ばれるのは、通常私たちが考えるような「必要不可欠」だからそう呼ばれるのではなくて、エッセンシャルオイルには植物のエッセンスが含まれていて、それがフレーバーやフレグランスになるからなんです。ビル博士のいう通りです。

グレープやオレンジの匂いを嗅いだら、それはエッセンシャルオイルを嗅いでいるんです。グレープやオレンジを食べたら、エッセンシャルオイルを食べているんです。

だからこれはとても安全なものです。非常に希釈されていて、あなたが食べている食べ物よりもわずかしが含まれていません。だからとても安全です。エッセンシャルオイルについて心配しないでください。我々は皆さんの安全について留意していますし、これはとても健康的でとても役に立つものです。

Shawn：もうひとつの話題に移りましょう。その質問とは、なぜエッセンシャルオイルをこの製品に配合したのか、ケチャップを食べるより有益なのは明らかなんですけど、ケチャップを口に含ん

だままでいたくないので、このオイルは私たちの口にどんな有益性をもたらしてくれるのか、もう少し詳しく説明してください。

Dr. Bill：これらのオイルは天然の防腐剤です。例えば、桃のいい香りやトマトのいい香りがしなくなったとき、それはオイルがなくなったということで、カビやバクテリアが増殖できるようになり、土に戻っていくんです、神が作られたように。

つまり、もし土に戻すことが出来なければ、誰も食べなかった古い桃の木を見つけることになる。良い香りがする限り、バクテリアやカビによって土に戻されるのを防いでいるのだから理にかなっているよね。これは神が作った天然の抗カビ、抗細菌、抗ウイルス成分で、木々を守っているものなんです。

Shawn：それだから、これを口の中にしばらく塗布しておけば、そして飲み込んだら、同じような利点をもたらしてくれるかもしれないですね。

Dr. Hall：これは天然の防腐システムです。これは防腐剤で、神がこれらを植物の中に入れ、植物がバクテリアやカビ、ウイルスから攻撃されるのを防いでいるんです、というように、プレゼンやドクターたちに話しています。

私はずっと思っていたことのひとつだけれど、それが何度も何度も証明されています。

神は非常にスマートで、それだけでなく、歯科で使用されているゴールドスタンダードの抗菌リンスとの微生物学的データを比較すると、その差は歴然です。

これらエッセンシャルオイルは、バクテリアやカビに対してとてもとても効果的で、また栄養素として食品としても機能します。つまり、神はとても賢いだけでなく、並外れた知性を持っているんです。これらは天然の保存食であり、栄養素でもあるんです。

でも重要なのは、私たちは口に入れるものを作ったということです。喉も通っていくでしょう。

私たちは安全性を重視しています。他の製品は、飲み込んで病気になったり、さらに状態が悪くなる可能性があるので、うがいの後に吐き出します。

この食品はより小さくなるように作っているので安全です。そしてより効果的でもあります。最も安全で、最も効果的な組み合わせだと思います。

Shawn：我々は神のイメージで作られたと言っていましたけど、ユーチューブの話を聞いて、私はあなた方二人も間違いなく神のイメージで作られていますね。話をしてくれてありがとう。みなさん、観てくれてありがとう。

この資料を提供するにあたって

動画の内容を理解するため、個人的に翻訳したものです。

誤訳等があっても責任は負いかねます。 作成 堺晶子