

90歳を超えるまで確実に生き抜くには、どうしたらいいのでしょうか？

食事に気を使えば、90歳まで生き抜けますか？
ほどよく運動すれば、90歳まで生き抜けますか？
ストレスをなくせば、90歳まで生き抜けますか？

それらの手法論は、根幹的な答えになりません。原点としての回答は、
「死ぬような病気にかからないこと」
になるのです。

死ぬような病気の代表は、心筋梗塞、脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血、肺炎、胃ガン、肺ガン、大腸ガン、肝臓ガン、膵臓ガンです。その他にもやや少数的なものとして、膀胱ガン、腎臓ガン、胆嚢ガン、脳腫瘍、食道ガン、白血病、大動脈瘤破裂、肝硬変などがあり、一方、男には前立腺ガン、女には乳ガンと子宮ガンがあります。

自分の身体を分析し、これら1つ1つの病気に対して、自分の身体を「その病気にかかりやすい身体」であるか、「その病気にかかり得る身体」であるか、「その病気にかかりようがない身体」であるかを判別するのが、寿命管理学のエッセンスです。

その判別のために、遺伝子医学、体質に関する医学、発症要因に関する医学、免疫医学を、フル活用します。「判別する」という目的を実現するために進歩したのが、予想医学です。