

<第三種郵便物認可>

つ

「アンチエイジング医学は、美容整形や筋肉増強、ホルモンの大量投与による不自然な若返りではなく、病的な老化を防ぐ予防医学です」と話すのは日本抗加齢医学会理事長で京都府立医科大学教授の吉川敏一さん。「マスコミが取り上げる話題は見かけの若さばかり。過剰なホルモン投与、過激な運動法やダイエットなどは、逆に寿命を縮める危険性さえある」と最近の

化粧品、ファッション、サービス、家電などさまざまな業界で「アンチエイジング」という言葉が氾濫している。今や20代の若者までが若さを保つために時間とお金を費やす時代になった。ここではアンチエイジングの本来の目的である「健康的な加齢」という視点から最前線で研究を続ける人々の様子を紹介する。

快活!
アンチエイジング

酸化ストレスマーカ―

■ 1 ■

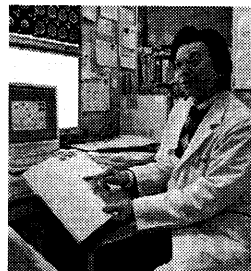
“細胞のさび”数値で示す

過熱ぶりに警鐘を鳴らす。京都大学医学部、加齢医学講座助教の近藤祥司さんが行った調査によると、アンチエイジングという言葉で大学生が連想するイメージは「美容」「化粧品」、一方、50代以上の中高年は「長寿」が最も多く、年齢によってアンチエイジングのとらえ方が大きく異なることが分かった。

見かけの老化は一目瞭然。若者にとって、見た目のカッコよさや若々しい印象は就職や結婚などに好影響をもたらすと言っても過言ではない。半面、内臓や脳、筋肉、骨、血管などの老化は具体的な症状がない限り自覚できない。しかし、病気になるてからでは遅い。病気を未然に防ぐのが予防医学としてのアンチエイジングの使命なのだ。

研究者の間でいま最も関心が高いのが、体内に蓄積される活性酸素という有毒物質が原因で生じるダメージを数値で示す酸化ストレスマーカ―の発見。活性酸素は呼吸、喫煙、ストレス、化学物質、過度の運動、紫外線、肥満、加齢などで発生するが、発生した活性酸素を体外へ排出する機能を持つ抗酸化物質の分泌は加齢とともに減少し、年を取るほど酸化ストレス、つまり「細胞のさび」が増え、体の不調へと結びつく。

「現在では血液と尿の検査だけで酸化ストレス度を測定でき、この結果をもとに活性酸素を減量・除去する治療や生活指導を行うことでアンチエイジングが実践できる」と話すのは大阪市生野区アエバ外科病院院長の草野孝文さんだ。活性酸素と寿命の関係について研究を進める京都府立医科大学准教授の内藤裕二さんは「体重1kg当たりのヒトの酸素消費量を1とすると、カバも1。しかし最大潜在寿命はヒトが90年、カバは45年。ヒトがカバと同じ酸素消費量なのに寿命が2倍も長い理由は、ヒトが抗酸化物質を積極的摂取して活性酸素を除去しているから」という仮説を用いて説明する。



酸化ストレスも測定できるアンチエイジングドックの検査について患者に説明するアエバ外科病院院長の草野孝文さん

うやま・けいこ
オールアバウトの「アンチエイジング」ガイドを務める。新聞社、広告会社勤務を経て現在、フリー。取材した医師や著名人は700人を超える。英仏語の医療記事の翻訳や海外取材もこなす。



宇山恵子