

血管を

ピチピチした状態に

保とう！



血管長寿150年

老化と寿命

最大の関心事は寿命

古来より、人類の最も興味深い問題は人の寿命です。生まれたときは同じ赤ちゃんなのに、年を経るごとに実年齢より若く見える人もいれば、逆に実年齢より老けて見える人もいます。そして人生の終わりを迎える頃には、個人差はより大きくなります。ケガや病気をしなくとも、60歳で人生を終える人もいれば、人生100年時代といわれる現在、文字通り100歳まで長生きする人もいます。

そのようななか、人々は老化と寿命に関してさまざまな研究・分析を行ってきました。しかし、それは根本的な問題である「人は血管のサビで老いる」ということに対し、それを防ぐ技術を見出していない状況下でのことでした。

老化について今まで分かっていることは、いくつもあります。

老化と代謝

ひとつは、老化と代謝の関係、いわゆる「代謝説」です。

ハツカネズミはいつもせわしく動き、代謝スピードは速く、寿命も「二十日ねずみ」と呼ばれるように非常に短いです。その反対に、ゾウはいつもゆっくりと体を動かし、代謝スピードは大変遅く、その寿命は大変長くなり、100歳を超えることもあります。

昔の人はこのことから、人の寿命は代謝速度と関係が深いことに気づきました。中国においては太極拳が発展し、今日も多くの人に愛好されるゆえんです。日本では独特の呼吸法などが生まれ、代謝をゆっくりコントロールする方法として普及しています。

ところで、米国では人々は代謝をコントロールしているかのようにゆつくりと歩きますが、一方で、ハツカネズミのようにせわしなく歩く東京や大阪などの大

都市にいる日本人の方が米国人よりも長生きであるというのは、少し皮肉のような感じがします。

細胞と寿命

次に人々が関心を持ったのは「細胞説」です。人体には60兆個の細胞があると知られています。ひとつひとつの細胞寿命をのばせば、その集合体である人の寿命ものばせるということで研究がされました。

その結果、1990年に財団法人東京都老人総合研究所（現・地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所）の松尾光芳研究部長より、朝鮮人参に含まれる「ジンセノサイドRG1」という成分が副作用もなく細胞寿命を約17%延長できたという研究発表がされました。大量に摂取したとしても健康に問

題はなく、安全に接種できる物質で、細胞の寿命を延長できるものでした。

2200年の歴史

2200年前に秦の始皇帝の勅命によって朝鮮半島で発見され、その後、細胞活性剤や長寿の薬として普及してきた朝鮮人参の薬学的効果が、科学的に立証されたのでした。

細胞の寿命をのばす物質はほかにもあり、成長ホルモンもそのひとつです。副作用が強く、一般的には使用できません。それゆえ、ジンセノサイドR G 1が細胞寿命を延長できる唯一の物質といっても過言ではありません。この状態が秦の始皇帝の時代から現在まで約2200年間続いてきました。

酸化と老化

次に考えられたのが、人の老化に酸化が関係していることに気づき、体の活性酸素の発生をできるだけ抑制しようということ、なるべくストレスを感じないようにし、喫煙を控えるなどの試みです。

タイマーはストレスで変化

そして、最近になって注目を浴びてきたのが「生命時計」、つまり「タイマー」説です。人は生まれた時より体内にタイマーがセットされており、さまざまなファクターでタイマーの持続期間、すなわち寿命は縮められます。そこで、タイマーの進むスピードを遅くしたりとめたりすることができれば、寿命はのびることとなります。

題はなく、安全に接種できる物質で、細胞の寿命を延長できるものでした。

2200年の歴史

2200年前に秦の始皇帝の勅命によって朝鮮半島で発見され、その後、細胞活性剤や長寿の薬として普及してきた朝鮮人参の薬学的効果が、科学的に立証されたのでした。

細胞の寿命をのばす物質はほかにもあり、成長ホルモンもそのひとつです。副作用が強く、一般的には使用できません。それゆえ、ジンセノサイドR G 1が細胞寿命を延長できる唯一の物質といっても過言ではありません。この状態が秦の始皇帝の時代から現在まで約2200年間続いてきました。

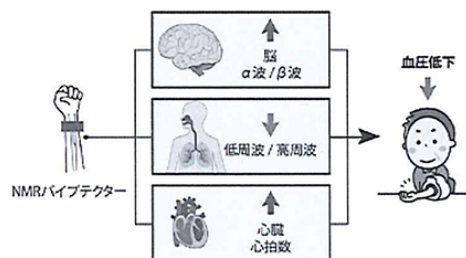
酸化と老化

次に考えられたのが、人の老化に酸化が関係していることに気づき、体の活性酸素の発生をできるだけ抑制しようということ、なるべくストレスを感じないようにし、喫煙を控えるなどの試みです。

タイマーはストレスで変化

そして、最近になって注目を浴びてきたのが「生命時計」、つまり「タイマー」説です。人は生まれた時より体内にタイマーがセットされており、さまざまファクターでタイマーの持続期間、すなわち寿命は縮められます。そこで、タイマーの進むスピードを遅くしたりとめたりすることができれば、寿命はのびることとなります。

生きるための矛盾 人は酸化反応で 生きています？



酸化作用によるボケ、がん、老化を防いで「生命時計」の期間いっぱいまで寿命をのばすことを、本書では「血管長寿」と呼ぶこととします。