

アンチエイジングと機能性食品やその成分

William Osler 先生の「ヒトは血管とともに老いる」という言葉にもあるように、若い血管をいつまでも保つことがアンチエイジングにつながり、疾患の発症予防になります。医療分野では、様々な医薬品が販売され、各種疾患に投与されています。さらに、機能性食品も疾患の発症や進展予防に利用され、多くの有効成分が研究されています。今回は、血管で繋がる様々な主要臓器（心臓、腎臓、内分泌、脳）から見た機能性食品やその成分の有効性を5名の先生方に概説していただくこととしました。

最初の「心臓から見たアンチエイジングのための機能性食品」では、レスベラトロールに代表されるポリフェノールがサーチュインを活性化することなどを中心に、次の「機能性食品を活用した慢性腎臓病の予防・改善」では、腸管バリア機能の保護や腸内細菌叢の改善を念頭においた栄養指導を主に食物繊維や乳酸菌について実施することの重要性を総合的に解説していただきました。また、「アンチエイジングとしての生活習慣病の予防とその有効成分」では、生活習慣病の発症予防に有効な機能性食品および成分として、腸内環境改善に繋がるものとしてのプロバイオティクスとプレバイオティクス、およびビタミンEの効能・効果について報告していただきました。

さらに、「血管から見たアンチエイジングのための機能性食品やその成分」では、アンチエイジングに繋がる血管内皮機能改善が期待される機能性食品・成分について、「脳から見たアンチエイジングのための機能性食品やその成分」では、脳のアンチエイジングに関与する主成分のドコサヘキサエン酸、エイコサペンタエン酸や α -リノレン酸などとその作用機序について解説いただきました。

この特集が皆様の今後の指導に役立てていただければ幸いです。最後に、著者の先生方にはこの場をかりまして深謝いたします。

三浦伸一郎
(福岡大学医学部心臓・血管内科学)