



当院キャラクター「ほねボーヤ」

ごとう整骨院News

<http://www.goto-hand.com/>

Vol, 56 7月号

糖尿病について⑤

*寿命との関わり

1971年から1980年のデータで糖尿病患者と日本人一般の平均寿命を比べると男性で約10年、女性では約15年の寿命の短縮が認められました。

このメカニズムとして高血糖が生体のタンパク質を非酵素的に糖化反応を発生させ、タンパク質本来の機能を損うことによつて障害が発生します。

この糖化による影響は、コラーゲンや水晶体蛋白、クリスタリンなど寿命の長いタンパク質ほど大きな影響を受けます。(骨や目など)骨粗しょう症や白内障になる。お肌のハリが無くなる。骨の乾燥重量の約半分はコラーゲンで出来ています。

例えば白内障は老化によつて引き起こされますが、血糖が高い状況ではこの老化現象がより高度に進行することになります。

同様のメカニズムによる動脈硬化も進行します。(2006年4月発行の「ユース」参照下さい)

また、糖化反応により生じたフリーラジカル等により酸化ストレスも増大させます。(体が錆びていく)

糖尿病患者さんの症状として見られる白内障や血管組織の劣化は、正にメイラード反応におけるブドウ糖のアルデヒド基とクリスタリンやエラスチン、コラーゲンのよつな高寿命タンパク質のアミノ基の重合反応によつて起きるタンパク質の変性に起因します。

血中のグルコース濃度(血糖値)は、健康な人で通常(食後2時間以降)およそ100~140mg/dlを維持しています。糖化は非酵素的な反応であるため、血糖値(グルコース濃度)およびグルコースとタンパク質との共存時間によつて反応生成量が決まります。このため加齢に伴い、糖化により生体中に生成、蓄積す

るAGEs (advanced glycation endproducts : 糖化最終産物) 量が増加します。特に糖尿病を発症すると、血糖値が

200mg/dl以上になると時間が長期間になるため、蓄積するAGEs量も健康な人と比べて顕著に多くなります。

AGEs とは名称は、あくまでも糖化反応による生成物の総称であり、一定の構造を示す化合物ではありません。AGEsには現在まで様々な構造物質が解明されています。

AGEs量を少なくする工夫が糖尿病や老化を防ぐ上で大切になってきます。

カモミール・ヤマブドウ・トウモロコシ(雌花)の花柱・オオバコの成熟種子・オリブ葉緑茶(品種ヤブキタ)、ポーレイ茶・黒大豆種皮ポリフェノール・セイヨウトチノキの種子エキス・モモギ抽出エキス・ルイボス茶などに有効成分が認められるそうです。

(院長 後藤)

ごとう整骨院

携帯サイト



診療時間

9:00 ~ 12:30

15:00 ~ 20:00

土曜日は午前中のみ

日曜・祝祭日は休診

自律神経リラクゼーション療法は当院の

独自療法です。他院では受けられません!!!

今月院長は9・22・23がお休みです。

048-942-0510

診療時間のみ受付です