



心とからだの年齢を若くする抗加齢医療

アンチエイジング

①長寿のカギ

原瀬整形外科クリニック 原瀬 瑞夫院長

さて、これから皆様を、不老・長寿探検の旅にご案内しましょう。そのキーワードは「抗加齢（アンチエイジング）」です。ここで、加齢と老化ではどう違うのか、旅の前にちよつと整理しておきましょう。

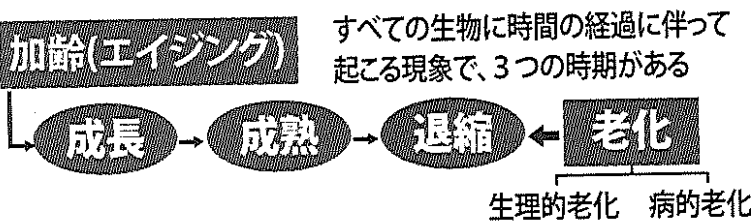
「加齢」とは「すべての生物に時間の経過とともに起こる現象で、次の3つの時期があります（図）。
「老化」とは「退縮期にみられる変化で、女性では閉経期頃、男性では厄年あたりのほぼ40歳前後からみられ、色々な病気にかかりやすい時期でもあります。抗加齢とは、加齢や老化を、人間にとって避けて通るこ
とのできないものなどではなく、肥満、高血圧、糖尿病、動脈硬化といった病気の一つとして考えて、予防
しようとするものです。そしてそれを可能にするのが、医学の進歩と10億分の1の単位で遺伝子を調べるこ
とのできる、ナノテク技術の発展なのです。それでは抗加齢医療の旅に出発しましょう。

長寿の重要なカギを握っているのが遺伝子ですが、その実体はというと、生物のなかで最も興味深い物質DNA（デオキシリボ核酸）です。
ここでちよつと寄り道をして、DNAの構造説明のエピソードに触れてみましょう。

世紀の大発見は、ロンドン大学のウィルキンズとフランクリン（女性）が、X線回折を使った研究で詳細なデータを作り、それをケンブリッジ大学のワトソンとクリックが、天才的な発想で利用して完成させました。1953年のことです。
DNAには子孫を残し、体調を維持・管理するための遺伝子情報すべてをストックされています。多くの場合、これらの情報は「暗号化」された上でタンパク質でしつかりと包まれ、静かにしまわれています。
このDNAに変異が起こると、タンパク質が変化して体の機能がマヒしてしまふことがあります。これが「病気」と呼ばれるものでガンもその一つです。

一方で有益な変異もあります。これらは進化につながるもので、その一つが「サーター（Sir2）」という遺伝子です。その働きによって起こるタンパク質の変化が「長寿のカギ」になることが分かってきました。面白いことにこの遺伝子は、カロリー制限によって活性化されます。これはまだ酵母菌やマウスの実験段階にすぎませんが、サーターは人間にも存在しているので、長寿遺伝子と

老いと健康



抗加齢医学(アンチエイジング医療)

- 老化や加齢を一種の病気ととらえて克服していこうという発想
- 骨密度、体力、活力の増強
 - 免疫力の改善
 - 肌つやの改良
 - 気分の向上
 - QOLを高めて健康寿命を延ばす

光を浴びています。次回「遺伝子はスーパーマンか?」です。