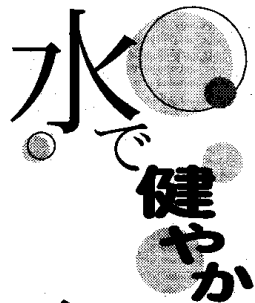


# SUNDAY NIKKEI

フランス人はドイツ人やイギリス人より脳梗塞(こうそく)や心筋梗塞になる比率が極めて低いことで知られている。日ごろから好んで赤ワインを飲んでいるからだという。赤ワインにはブドウの赤色の部分に強力な抗酸化作用をもつポリフェノールと呼ばれる物質が含まれており、脳梗塞や心筋梗塞の発症を防いでいたのだ。この学説は「フレン



チ・パラドックス」と呼ばれて有名になった。

私たちはコレステロールを善玉と悪玉とに分けている。しかし、悪玉コレステロールは「活性酸素」の存在で初めて悪玉になる。活性酸素と結合した悪玉コレステロールが血管を障害し、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こす。赤ワインを常に飲んでいると、これに

## 活性酸素の除去

含まれているポリフェノールによって活性酸素が除去されて、悪玉コレステロールがあっても血管障害が起きにくくなるというわけだ。

活性酸素が関係する病気はほかにも糖尿病、関節リウマチ、アルツハイマー病、胃か

いようなど200種類を超え

るといわれている。活性酸素はまさに万病の元といえる。

現在、医学界ではこの活性酸素を除去するためのさまざまな研究が進んでいる。その1つが活性酸素を消去する作用があるとされる「還元水(電

解還元水)」。1997年、九州大学農学部の白畑実隆教授らが研究発表した。

還元とは酸化されたものを元に戻す作用で、還元水とは還元力に優れた水のことだ。

この還元水は専用の整水器を使って電気分解してつくる。水を電気分解して陰極側に出てきたアルカリ性の水には活性酸素が含まれていて、これが活性酸素と結合して、ただの水にしてしまう。

最近、もう1つ、活性酸素を除去する水として注目されているものに「水素水」がある。東邦大

## 電解還元水など登場

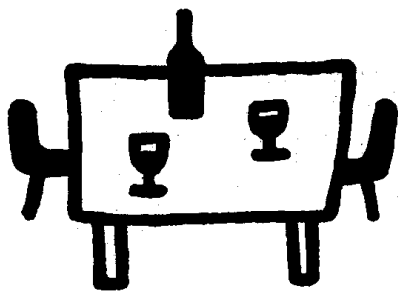
る。東邦大学の石神昭人准教授と

東京都老人総合研究所などの研究によると、水素ガスを飽和状態にまで溶かした水素水はマウスの脳に蓄積した活性酸素を消去したという。

このまま、研究が進展すれば、ほかにも抗酸化作用をもつ飲料水が次々と登場してくるであろう。

(人間総合科学大学教授

藤田 紘一郎)



イラスト・中村 久美