

記憶力低下 水素水で抑制

水素水を飲むことで、記憶力（認知機能）の低下を抑えられることを日本医大の太田成男教授らが動物実験で確認した。認知症の予防や治療にも道を開く成果で、科学誌ニューロサイコファーマコロジー電子版に発表した。

ストレスによって記憶力が低下することは知られている。研究チームは、マウスを狭い空間に閉じ込め、餌を与えないなどのストレスを加えたうえで、その記憶力が、水素が大量に溶け込んだ水と通常の水を飲ませた場合でどのくらい違うか、10匹ずつ、三つの方法で6週間かけて比較した。その結果、いずれの場合も水素水を飲ませた方が記憶

力が顕著に高く、ストレスのないマウスとほぼ同等だった。記憶をつかさどる脳の領域（海馬）における神経幹細胞の増殖能力も同様の傾向だった。

研究チームは昨年、水素が活性酸素を取り除き、脳梗塞による脳障害を半減させることを確認。認知症は活性酸素などによって神経細胞が変性する病気とされるが、太田教授は「水素水を飲まないマウスの海馬には活性酸素によって作られた物質が蓄積していた。水素水が活性酸素によって低下した神経細胞の増殖能力を回復させ、記憶力低下も抑制したと考えられる」と話している。

■ 日本医大マウス実験で確認