チジルセリン

抜く有力な素材

ホスファチジルセリンが内外の医療機関などから注目を集めている。痴呆症や記憶力の低下などを予防・改善するだけでなく、ホルモン分泌の正常化、情緒安定作用などの機能性が明らかとなってきたからだ。研究論文は、世界の医療機関から一七件の二重盲検法を含む三〇〇〇件が発表され、一日の所要量も明確になっており、機能性に関しては、食品素材の中でもトップクラスだ。臨床試験では、一カ月で改善効果が検証されており、優れた速効性は今日向けの素材といえる。知名度はまだ低いが海外での市場は急成長しており、米国では三年間で八〇億円を突破した。今後、六五歳以上の老年人口率が二〇％をまもなく突破し、超高齢化社会を迎える国内市場では、イチョウ葉エキス並の市場形成の可能性が高い。痴呆症予防、大脳賦活作用、抗ストレスがコンセプトで、高齢者だけでなく、医師や頭脳労働者、スポーツマンなどからの需要も期待でき、超高齢化社会を生き抜くには有力な素材だ。

顕著な痴呆症改善作用が脚光

研究論文は3000件超

記憶力が12歳若返る

大豆抽出物・ホスファチジルセリン（PS）が欧米諸国で注目を集めている。

アルツハイマー症や血管性痴呆症、加齢による記憶力減退などを予防・改善する大脳賦活作用が近年の研究で、明確になってきたことが大きな要因だ。

ドイツのルーカスマイヤー社が五年前に大豆からの抽出に成功して以来、市場は急成長。

米国では発売三年にして、弁護士、会社役員、医師などを主な購買層に九七年は年間七〇万個、九八年は一気に二〇〇万個、末端価格で八〇億円を記録。

九九年では倍の四〇〇万個が見込まれる有望な新素材だ。

背景には先進国特有の高齢化社会が横たわっており、六五歳以上の老年となっても現役でいることが課題となってきたからだ。

また、加熱するビジネス社会の中で、生き残りをかけた頭脳労働者の需要に合致したことも上げられる。

PSは、植物・動物の細胞膜中に含まれるリン脂質の一つで、一〇〇〇億個の細胞がある大脳に集中していることで知られる。

PSの学術研究は、五〇年ほど前まで遡り、三〇年前から臨床が開始された歴史がある。

九〇年代にはいり、大豆から抽出する技術が開発されて以来、世界中の医療機関で臨床試験が行われ、現在では二重盲検法一七件を含む三〇〇〇件の研究論文が発表されている。

臨床試験の人数は、軽く三〇〇〇人をこえ、膨大なデータが蓄積されており、健食素材の中でも希有な素材と言える。

リン脂質には、ホスファチジルコリン、ホスファチジルエタノールアミン、PS、スフィンゴミエリンなどがある。

アルツハイマーなどの痴呆症が増加する中、世界中で大脳の中のリン脂質を増加する成分の検索を行ったところ、第三の成分であるこのPSに一カ月前後で大脳を賦活し、痴呆症を改善する作用があることが判明したのだ。

この研究の中心となったのが、世界で最も優れた記憶力試験施設を設立したトーマス・クルック博士とスタンフォード大学などだ。

八年ほど前に行った同博士らの研究は、こうだ。

年齢が五〇歳から七〇歳までの一四九名を対象に二重盲検法によって、一日三〇〇ミリグラムのPSを一二週間にわたり投与した。

次に三、六、九、一二周目、及び投与停止後四週目を評価した。

その結果、投与群全体にプラセボ以上の改善効果が判明した。

この臨床試験で、重症の記憶障害グループが五七名おり、「名前と顔を思い出した」「電話番号を思い出した」などの認識力試験法を行ったところ、顕著な効果が見られた。

試験開始時で評価年齢が平均六四・三歳であったが、プラセボ群の六一・六歳と比較して、PS投与終了後では平均五二歳となり、PSが記憶力年齢を一二歳若返らせた結果が得られたのだ。

この結果は、ヨーロッパで行われてきた臨床試験を裏付けるもので、米国の権威ある学会論文にも発表され、PSが記憶力低下を復旧する一〇〇以上の薬剤と比較して、最善だった。

また、痴呆症を改善するには、重い場合はPSを一日三〇〇ミリグラム、一カ月投与し、二カ月目から一日一〇〇ミリグラムで、効果的なことも判明した。

こうした研究が蓄積され、PSには、①細胞膜を蘇生し、ブドウ糖を取り込み、脳細胞を活性する。②細胞間の神経回路の機能を円滑にし、思考機能を活性。③情報伝達に関わるイオン、アセチルコリン、ドーパミンなどの脳内物質の生成を促進し、情緒安定、パーキソン症などの運動機能を改善するなどの働きがあることが突きとめられたのだ。

つまり痴呆症だけでなく、抑うつ症や精神不安定にも作用し、大脳賦活、抗ストレス、ホルモン分泌の正常化作用など幅広い機能を有していることが世界の医療機関が行った二重盲検法によって確認されたのだ。

このPSは、穀物の中では大豆に多く含まれるが、〇・〇五％程度しか含有されないので、錠剤やカプセルタイプのサプリメントから摂るのが有効といえる。

テニスの元世界ランキング一位・シュティフィ・グラフがこのPSを愛用、抗ストレス機能を活かし、集中力を高めるのに愛用していたといわれる。

リン脂質栄養素と細胞膜正常生体分子の世界的な権威であるパリス・キッド博士も著書の中で「PSは、あらゆるレベルで最善の脳増強剤として確固たる科学的地位を有している」と述べていることでも、PSの秀逸な機能がうかがえる。

国内ではPSの認知度はまだ低く、数社から販売されるのみだが、今年には大手二、三社を含む一四、五アイテムが流通しそうだ。

厚生省では、今後、日本でも高齢化社会が加速し、現在、六五歳以上の老年人口が一六％だが、あと二〇年後には三〇％の三三〇〇万人以上にのぼることを推定している。

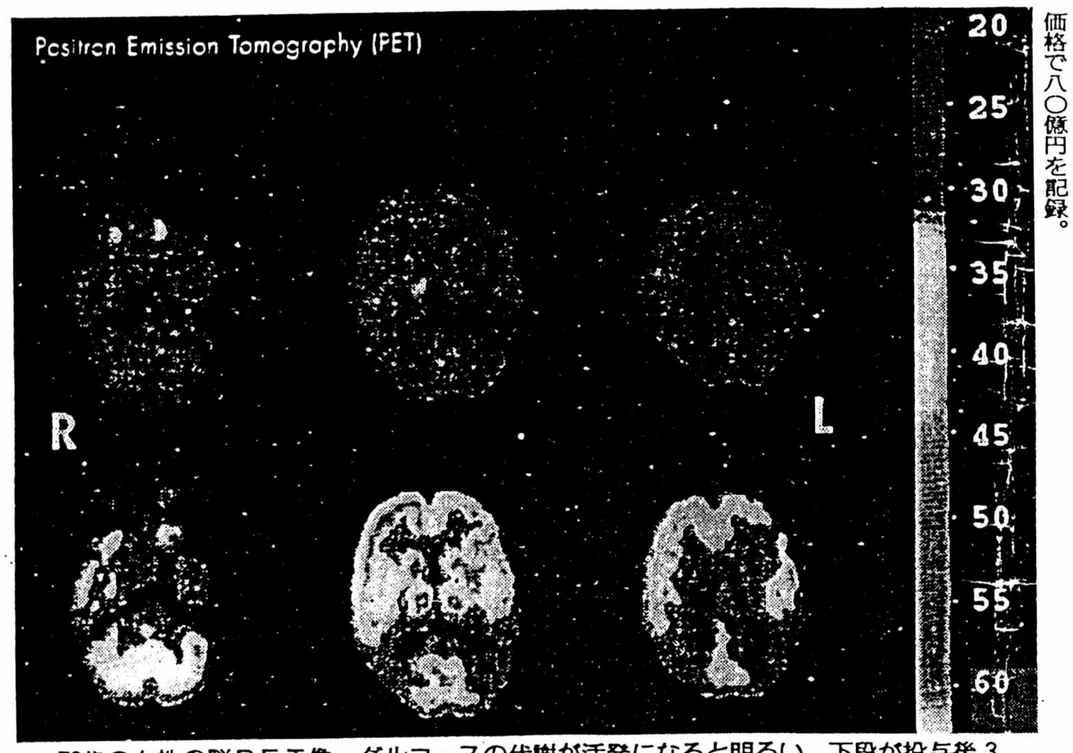
痴呆症患者は現在、一三〇万人を数え、二〇年後には三〇〇万人が推定される。実際、家庭で介護を受ける患者数は、この倍以上潜在しているかもしれない。

いずれにせよ、これまでかつて経験したことがない超高齢化社会が誕生、公的年金や健康保険は破綻、若年層は重税感で喘ぐ社会の到来が予想できる。

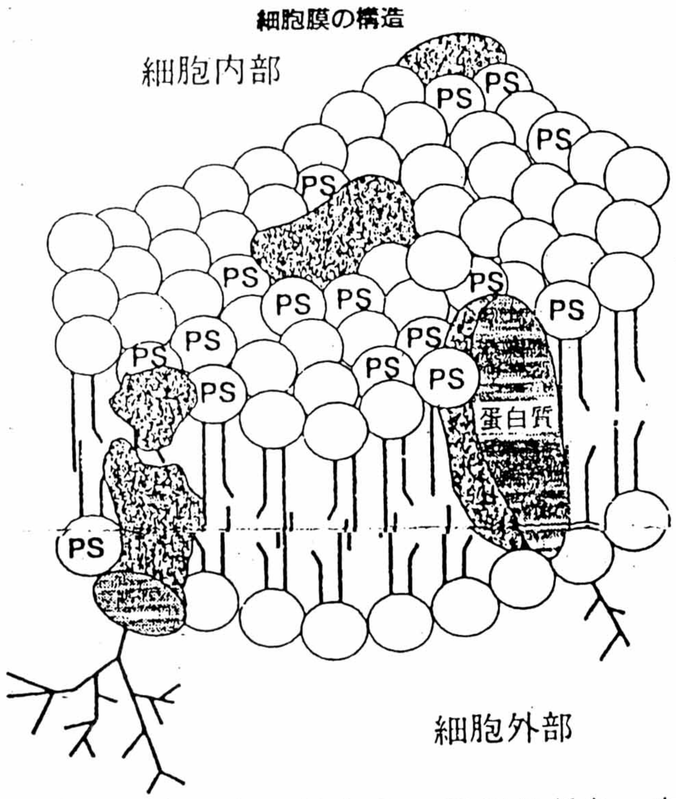
となると、我々は高齢になっても呆けずに病気にもならずに生涯現役でいなければならない。

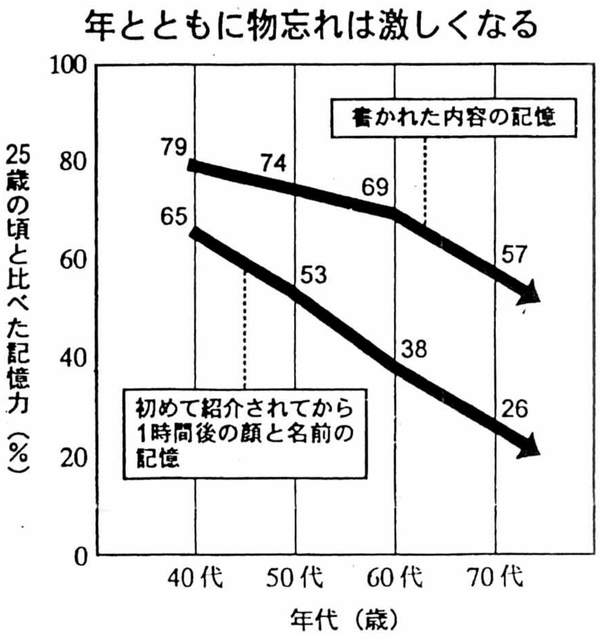
重要なのは四、五〇歳代からの健康作りだ。

すでに海外で実績があり、全身の細胞活性に関わり、大脳を賦活、記憶力を一二歳若返らせることができる大豆抽出物PSには、イチョウ葉エキス以上の大きな可能性が潜んでいる。



59歳の女性の脳ＰＥＴ像。グルコースの代謝が活発になると明るい。下段が投与後３週間のもの
（資料提供：リバミン財団）





25歳の記憶力を基準にすると、人の顔と名前を一致させる能力は50代で半減してしまう。書いた内容の記憶も60代では3割も減る。（クルック博士のデータより作成）