

10月20日(土) 14:55~16:25

生命医科学部 医生命システム学科 市川 いちかわ ひろし 寛 教授

メッセージ

酸素は毒だと知っていますか？活性酸素に負けない体をつくるためのヒントをお教えします。

概要

私たちは生きていくために、絶えず酸素を吸っています。体に入った酸素の大部分は、私たちが生きるためのエネルギーに使われますが、そのうち数パーセントは、体にとって良いことも悪いこともできる「活性酸素」に変わります。体内で発生する活性酸素の良い働きは、体に害を及ぼすウイルスや細菌、がんなどを退治することです。逆に体内で必要以上の活性酸素が作られてしまうと、毒となって病気の原因を作り出すようになります。このため、活性酸素の発生原因や、除去方法を知ることが、さまざまな病気の原因究明や、予防、治療法の確立に不可欠です。さらに活性酸素を調節する「抗酸化物」を食べ物から摂り、さまざまな病気の予防・治療にも役立たせようという研究も進んでいます。

本講義では、食品の抗酸化力に対する統一した指標を確立しようとする試みを紹介するとともに、生体における「抗酸化能」の意味を考えてみたいと思います。

生体の抗酸化能を考える

〜酸化ストレスに負けない体をつくらう〜