

# 50歳を過ぎた頃から感じる衰え それ、無しにできます！ アンチエイジングに核酸を

## 老化の原因

私たちの身体は60兆個の細胞の集合体です。皮膚、筋肉、内臓、脳、髪、歯、爪、これらは全て細胞の集まりです。皮膚は柔らかく、爪は固い、というように細胞の性質は組織に応じていろいろなものがありますが、細胞である事は同じです。

老化するというのは、大きく分けて以下の2つの原因があります。

### ①遺伝子DNAが傷つくこと・遺伝子DNAのコピーミスが起こること

細胞の一つずつに遺伝子DNAがあります。この遺伝子DNAには個人個人の情報がプログラムされています。人間の寿命もこのDNA遺伝子によって決められているのです。DNA遺伝子とは、人体の設計図です。本来は120歳まで生きられるようにプログラムされているのですが、DNAが活性酸素や紫外線、化学物質、発がん物質などで傷つけられ、細胞の作り変えが上手に出来なかった時に体の免疫を守る能力が低下し、病気を招いたり、老化を促進したりします。

### ②傷ついた遺伝子を修復する能力の低下

傷ついたDNAを修復する機能は誰でも持っているのですが、その能力の差が寿命の差になります。DNAが傷ついた細胞は自死し、正常細胞に生まれ変わるか、あるいは傷ついたDNAを修復します。その能力は加齢と共に低下することが判っており、**正常細胞を作ることや、修復する為にはDNAの材料が必要です。その材料が多ければ多いほど修復機能が高まり、異常細胞が死滅することも判明**されてきています。

全ての生物は、成長過程において細胞を次から次ぎに分裂させて身体をつくります。身体が完成すると今度は、古くなった細胞を新しいものと交換する作業(新陳代謝です)を続けて行きます。

DNAは細胞分裂するにあたって、自分のコピーDNAを新しい細胞の中に作りその指示によって新しい細胞も古い細胞とまったく同じ細胞になるのです。コピーが上手くいかず、不完全なDNAを持った細胞は、不幸にしてガン細胞のように目立ったかたちであられることもあります。それよりも漠然とした機能低下として、皮膚や毛髪の老化や肝臓、心臓の衰えで現われる事の方がずっと多いのです。



コピーミスを起こす原因は、

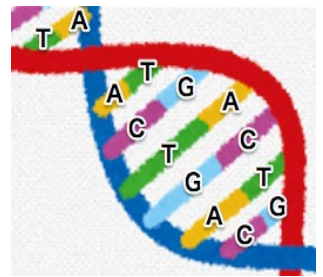
- ①元になるDNAが完全ではない。
- ②細胞の中の核酸原料が充分にない場合です。

ガンなどの病気の多くは、遺伝子の「情報ミス」から生まれます。

健康を保つためには、

①活性酸素を発生させない。②活性酸素からDNAを守る物質を多くとる。

この2つが大切です。しかしこれだけでも完璧ではなくDNAは傷つきます。DNAを傷つける活性酸素は強力なのです。例えば、夏の紫外線の強い浜辺で数時間、日光浴をするだけでも細胞1個あたり約1000万個の遺伝子が傷つくと言われています。



DNAが傷ついても、すぐ修復出来れば、病気にならないのです。ところが、この遺伝子DNAを修復する力は年齢と共に衰えていきます。認知症などもそのせいで起こると言われてもいます。また逆に、年をとってもいつまでも若々しい人は、遺伝子DNAの修復能力が高いということになります。

では、どうしたら遺伝子の修復能力が高まるのでしょうか？そのカギを握るのが「**核酸**」なのです。核酸は肝臓でアミノ酸などから合成する方法(デノボ合成)と、食物からとった核酸を各細胞で再利用する方法(サルベージ合成)があります。従来の栄養学では、「核酸は体内で生産されるのであえて摂取する必要は無い」と位置づけてきました。ところが、肝臓の機能は年齢とともに衰えていきます。特に20歳を過ぎる頃から、デノボ合成力は急激に低下するので、体内に蓄えられている核酸の量は慢性的に不足する状態になります。

また歳を重ねると、細胞も老化していきますので新陳代謝も悪くなり、遺伝子DNAの修復機能も弱くなります。肝臓を助けるためにも、サルベージ合成を助けるためにも食事やサプリメントから核酸をしっかり摂ることが大切だと思います。

核酸の1日に必要な量は約2g~2.5gいられています。通常の食事から約1gの核酸が摂取できるといられていますので、その差の補給が必要です。毎日1g~1.5g程度の補給量が目安となります。



細胞の修復に役立つ核酸は、さけの白子、ちりめんじゃこ、きな粉、煮干しに多く含まれています。

核酸はサケやふぐの白子、カキ、酵母に沢山含まれていますが、これらの食品は毎日食べ続けるのは難しいですね。

そこで、**核酸DNAリペア**をオススメしたいのです。

核酸DNAリペア10粒~15粒の服用で約1g~1.5gの核酸が摂れます。

核酸DNAリペアを飲んで傷ついたDNAを修復し細胞を若返らせ、体の中からも外からも健康になりませんか？

### 具体的な核酸の働き

- ①新陳代謝の促進で、美顔・美肌・毛髪・精力増強。
- ②血流を良くし、冷え性・脳血栓・動脈硬化・心筋梗塞などを改善。
- ③抗酸化作用で老化やガン・白内障を防止。
- ④脂質の吸収を遅くしてダイエットに効果。
- ⑤老人性痴呆症を防ぐ。
- ⑥感染症を防ぐ。

