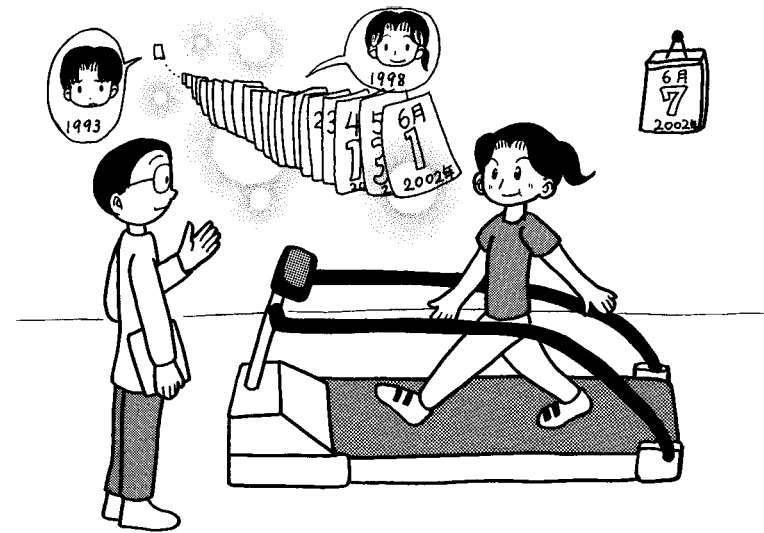


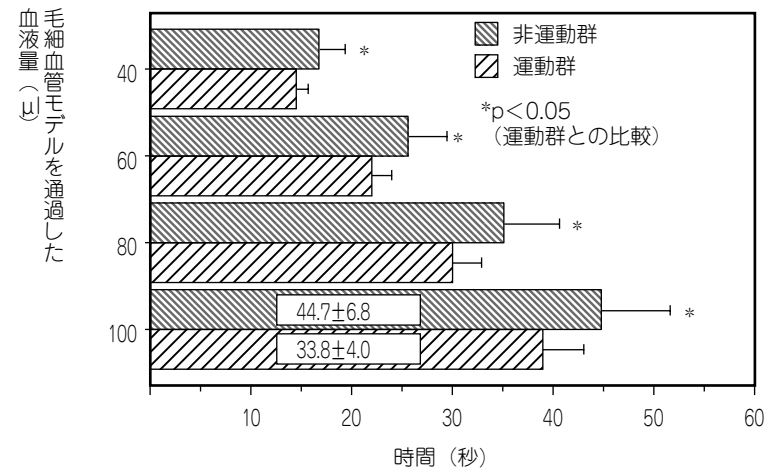
## 長期にわたる運動の実践が循環器系患者の血液流動性に及ぼす影響

研究代表者 国際科学振興財団 中垣内真樹

本論文は、本態性高血圧患者および虚血性心疾患患者に5～10年間にわたる病院内監視型運動プログラムを施行した結果、運動していない循環器系疾患患者と比較すると血液流動性が有意に改善され、心臓循環系の負担を軽減させる可能性を示したものです。血液流動性は、新たに開発された人工的毛細管モデルを用いており、脂質を含めた血液内諸成分の検査結果を加えて考察しております。さらに、今回の運動プログラムを実践することで血清脂質の改善が得られ、白血球の粘着性や血小板凝性を抑制する可能性が示されています。また、血液流動性の高進は血漿粘度の低下、赤血球変形能を促進させることで心臓血管系への負担を軽減し、このことは私たちの健康維持・回復に大きく寄与するものとしています。



長期にわたる運動は心臓循環系の負担を軽減するようだ。



全血 100 μl の毛細管モデル通過時間