

運動の日常化と 虚血再灌流酸化ストレス傷害の予防

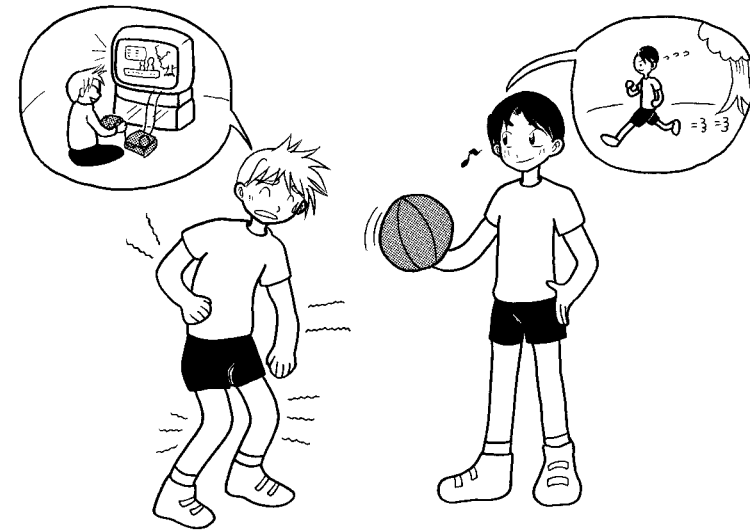
研究代表者 京都市立医科大学 青井 渉

運動により活性酸素が作られてしまうことはよく知られています。そこで、この研究では日常運動することにより、活性酸素の害を抑えてくれる抗酸化能を増大させ、酸化ストレスに対する抵抗力を増やしてくれるのではないかとこの可能性について、ネズミの実験結果から示しています。

実験にはネズミを用い、安静にしている群と運動群に分け、運動群には週5回のランニングを4週間継続させました。その後、肝臓を虚血させて再び血液を流し、その後の肝臓でのGOT、GPT、過酸化脂質やグルタチオンパーオキシターゼ、スーパーオキシドディスムターゼなどの抗酸化酵素の値を調べています。

その結果、運動させたネズミは安静にしていたネズミに比べグルタチオンパーオキシターゼによる抗酸化能が上昇し、酸化生成物も低く抑えられていました。

これらのことから、運動の日常化は酸化ストレスに対する抵抗力を増やしてくれる可能性があることが示されました。



運動の日常化により、酸化ストレスに対する抵抗力が増えるようだ

