

Beauty Monthly Topics

老化の原因は、酸化だけではない！？

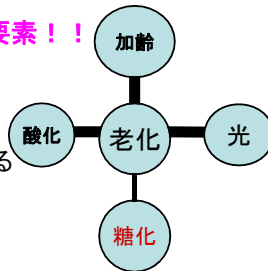
「糖化」の新常識。

これまで、アンチエイジングといえば抗酸化が一般的でしたが、最近では医療・美容双方の分野において共に「糖化」という現象が注目されています。アンチエイジングライフには、酸化と同じくらい「糖化」にも気をつける必要があります。

酸化は「体が錆びる」、一方、糖化は「体が焦げる・もろくなる」といいます。今回は、体内で老化を加速させ、様々な病気を引き起こし、肌にも悪影響を及ぼす「糖化」について取り上げていきます。

糖化とは！？

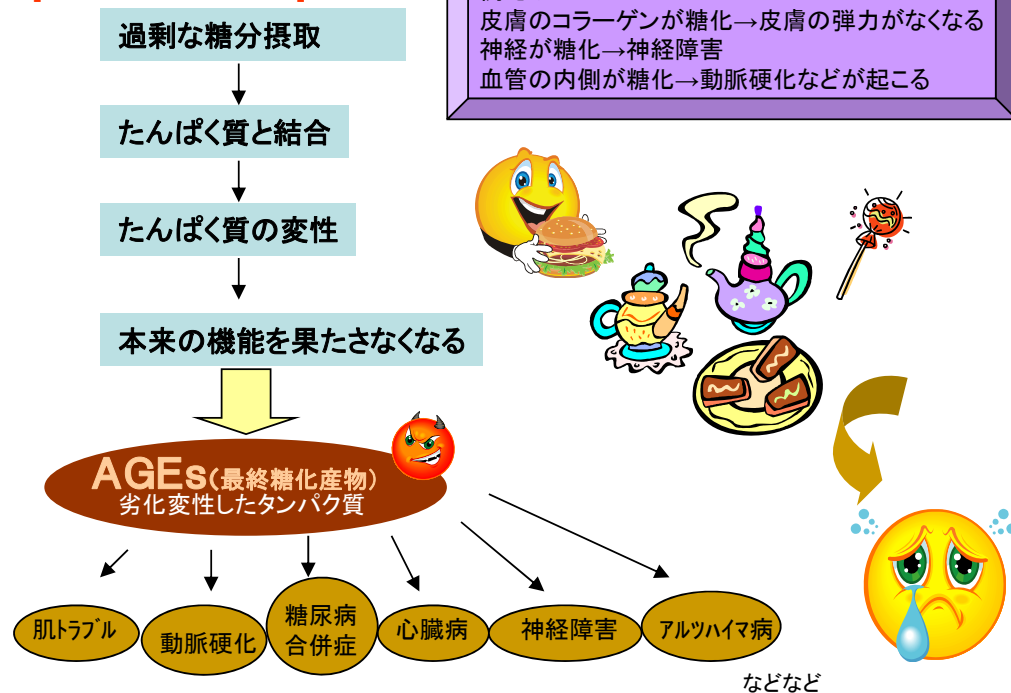
老化を加速させる4大要素！！



糖化とは、摂取した糖分が体内のたんぱく質と結合し、たんぱく質が変化してしまい、最後にAGEs(糖化最終生成物)という物質に変化することを言います。AGEsは体内に蓄積し、体の正常な機能を妨げ、あらゆる病気を引き起こすと考えられています。このAGEsは、年をとるにしたがい、腎臓などの体の中に蓄積されていき、活性酸素を作って合併症などを引き起こします。糖尿病・心臓病・アルツハイマー病・ガン・末端神経障害・難聴・失明などの原因ともなります。また、糖化したコラーゲンは皮膚の弾力低下や肌の黄ばみ、ごわつきとなります。

[糖化のメカニズム]

例えば・・・
 皮膚のコラーゲンが糖化→皮膚の弾力がなくなる
 神経が糖化→神経障害
 血管の内側が糖化→動脈硬化などが起こる



糖化がお肌に及ぼす影響

糖化した、お肌はどうなる??

シワ・たるみ・キメが粗くなる・ごわつき

という変化が現れてきます。

真皮層では・・・コラーゲンの糖化

皮膚のたんぱく質である、コラーゲンで糖化が起こると硬いAGEs状態のコラーゲンとなってしまいます。AGEs状態のコラーゲンやエラスチンは、異物と判断され、分解酵素(コラーゲナーゼ・エラスターゼ)の分泌量が増加します。すると、コラーゲン・エラスチンが分解されてしまうのです。

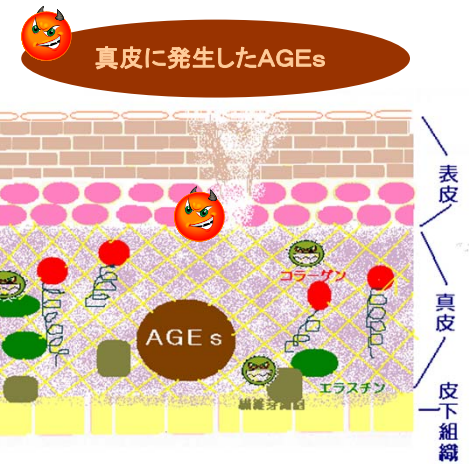
結果的に、肌のハリや弾力が失われ、肌はもろくなり、しわやたるみなどができ、さらには分解された老廃物などが、くすみや黒ずみの原因ともなり、肌の透明感も失われてしまいます。

コラーゲンは体のいたるところにあり、AGEs状態のコラーゲンは、年をとるにつれて、体が固くなる、そして関節の固さにもつながってくるのです。

角質層では・・・

ケラチンなどのたんぱく質と結びついて糖化したAGEsは、皮膚を硬くします。それが皮膚のごわつきの原因となって硬くなり、キメが粗くなります。

また、紫外線が加わることによって、糖化を促進させ肌の色も黄色く変化し、くすみの原因となります。



☆糖化によってコラーゲンやエラスチンの持つ肌のハリ・弾力維持力や保湿の機能が低下することにより、肌老化の中でも特に改善の難しい、しわへと繋がっていきます。

★次ページでは、特にシワの改善にオススメの商品をピックアップ！！

東日本大震災 復興チャリティーセミナー

Turning & Challengeセミナー

SPECIAL 編

特別講師

来たる11/5に開催致しますサンク「Turning & Challengeセミナー」では、今回のトピックで取り上げた「糖化」について書かれた書籍、「糖化を防げばあなたは一生老化しない」の著者である久保明先生をお招きして、医学視点での美容についてお話をさせて頂きます。皆様のご参加を、心よりお待ちしております。



日時：11月5日(月) 13:00～17:00

会場：代々木(東京) 美容会館9階 TBホール

費用：3,000(税込) ※参加費は、東日本大震災復興のため被災地に寄付させて頂きます。

久保明先生(くぼあきら) 医学博士

東海大学医学部 抗加齢ドック教授 / 厚生労働省 薬事・食品衛生審議会専門委員