

# レスベラ EGCg

- 内容量：22.8g (360mg × 60 粒)
- 形 状：カプセル
- 価 格：5800 円 + 消費税

【栄養成分表：2粒/1日760mg中】

- \*レスベラトロール含有ブドウ抽出物……………120mg
- \*EGCg……………100mg

## 東洋と西洋の「ファイトケミカル」



東洋の「緑茶」と西洋の「赤ワイン」の成分が今、最も注目されています。「EGCg」は緑茶、「レスベラトロール」は赤ワインに含まれるポリフェノール（ファイトケミカル）の一種で、共に**抗炎症**、**抗酸化作用**があると云われ、様々な研究成果が世界中で発表されています。緑茶の消費量が多い静岡県では「**胃ガン**」が全国値の 5 分の 1 と著しく低く、ワインの消費量が多いフランスでは、動物性脂肪の摂取量が多いわりに「**心臓病**」が少ないなどの健康効果が“フレンチパラドックス（逆説）”として知られています。

正に、“EGCg”と“レスベラトロール”は、東洋と西洋の食の代表と云える存在です。

## 葡萄のレスベラトロール

(1 日 120mg = 赤ワイン1本 ~ 3本相当)

「レスベラトロール」はブドウの皮や赤ワインに含まれる成分で、天然の抗酸化物質です。

体内の抗酸化酵素SOD活性を1.5倍に

2012 年、岡山理科大学の浜田博喜教授と札幌医科大学の研究チームは、体が作る **SOD** と呼ばれる「**抗酸化酵素**」の働きを 1.5 倍に高める物質を見つけた。

研究チームは岡山産のブドウ「ピオーネ」から抽出したレスベラトロールにグルコースを付けた配糖体を合成し、ラットの筋肉の細胞に 100μ モル（濃度）のレスベラトロール配糖体液を振りかけ、**SODの量が1.5倍**になった。

## 緑茶のEGCg

緑茶は古来から東洋文化の象徴とも云えるもので、僧侶の間でも薬として貴重品であったようです。カテキンには EC・ECg・EGC・EGCg などの種類がありますが、抗酸化力の最も強いものが「**EGCg**」で、ビタミン E の 10 倍の抗酸化力があると云われています。

「カテキン」は「勝て菌」と云われるように、菌に対して強い「**抗菌作用**」もあります。うがいをする時や、お寿司などの生ものを食べる時に“**緑茶**”が最適です。



## カテキンの摂取量

1 日 2 杯以上緑茶を飲むことは、認知障害のリスクが最も低いと云われています（東北大学：栗山進一教授）。

コーヒー、紅茶、ウーロン茶では同じ結果は認められませんでした。一般的には 1 日 1g のカテキンを摂取すれば良いと云われています。

緑茶を急須で入れ茶碗 1 杯 (120ml) に注ぐとカテキンが約 80mg 含まれます。カテキンの約 50 % が「**EGCg**」

です。但し、緑茶の葉にあるカテキンの量は天候などにより変化します。

「**EGCg**」そのものを摂取する事が最も確実です。



## 抗酸化物質はチームワークが得意

近年「**炎症**」が癌、自己免疫疾患、心筋梗塞、脳梗塞の原因である事がわかるにつれて、改めて食品に含まれる抗炎症、抗酸化物質である「**ファイトケミカル**」が注目されています。

「**抗炎症作用**」がある栄養としては既に「**γリノレン酸**」と云うポラージ草の種から絞った油が知られています。γリノレン酸は「**油性**」なので体内の細胞膜などの脂肪組織に働きますが、EGCg やレスベラトロールは「**水溶性**」のポリフェノールなので、血漿や細胞質で働きます。従って、抗酸化物質を体内の隅々で働かせるには抗酸化物質をチームで摂ることが有利です。

## こんな方にお勧めします

アンチエイジング（抗老化対策）  
“健康長寿”を目指す方に