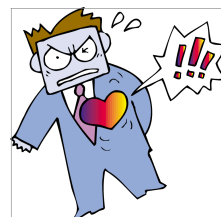


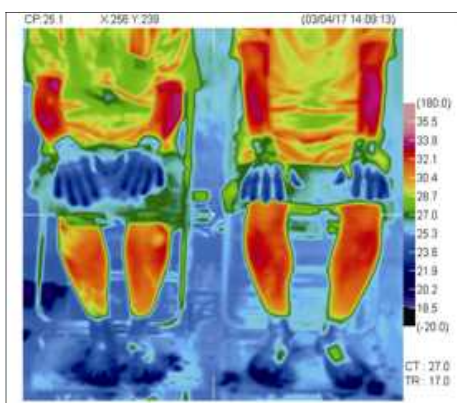
# ルチンは 血栓を予防する！

「ルチン」は、エンジュの花やつぼみ、ソバ、玉ねぎ、柑橘類、お茶に含まれるフラボノイドケミカルです。ルチンは血栓（血の塊）が発生するのを防ぐことで、血管が詰まり発症する**心筋梗塞**や**脳梗塞**、**静脈血栓塞栓症**（エコノミー症候群）を予防すると云われています。米国のハーバード大学医学部のロバート・フロウメンハフト氏らの動物実験では、「ルチン」が“**血栓の形成を抑制**”する事、経口摂取し代謝された後もこの作用は保持される事が示されています。博士は、「アスピリンやワルファリンのような既存の抗血栓薬を使用しても、脳卒中や心臓発作の経験者の多くが再発しており、これは多くの人々を救う事になるかもしれない」と述べています（5/9/2012）。



又、「ルチン」は“**毛細血管**”を強化することで“**血管透過性を抑制**”するため、下肢の冷えや浮腫の改善に「**アルギニン+シトルリン**」と一緒に摂取する事が推薦されます。

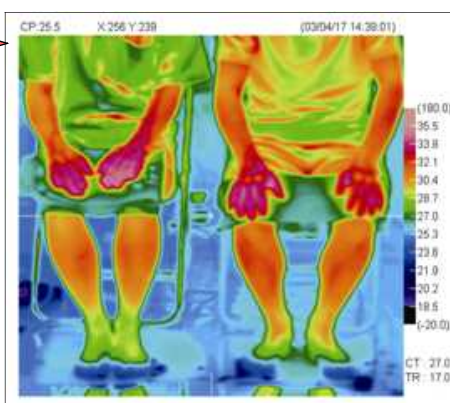
「ルチン」は「**ビタミンC**」の吸収や働きに関連するため、「**ルチン+ビタミンC**」で摂ります。



1時間後

赤外線カメラを用いて  
皮膚体温測定

被験者にソバの葉エキス  
(120mg) = **ルチン高濃度含有**を摂取させ、1時間後に皮膚体温の変化を測定しました。右図⇒手足の体温が上がりました。



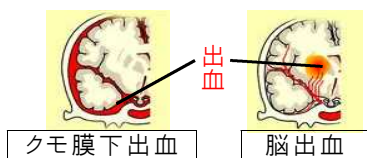
オリザ油化提供

## 血管を丈夫にする

「ルチン」は**ビタミンC**と共に**コラーゲン**を強化する作用があります。

「**紫斑病**」の治療薬として抽出され、血管透過性を抑制します。そのため、毛細血管を丈夫にして、**脳出血**・**クモ膜下出血**・**鼻血**・**紫斑病**・**眼底出血**・**痔**などの予防に有効です。

脳出血が起こりやすい部位



●「ルチン」は血管「**内皮細胞**」を修復します。

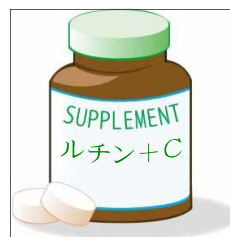
「**内皮細胞**」とは血管壁の内側にある細胞で、**NO**（一酸化窒素）を放出しています。NOは血管の中膜の筋肉層に働きかけ、血管を柔らかくし拡張させるために「**動脈硬化**」を予防する働きを持っています。

●更に、ルチンには「**抗酸化作用**」があり、**ビタミンC**や**E**と一緒に摂れば、**コレステロール**の酸化を防ぎます。つまり、ルチンは血管の外と内から“**血管を守る**”のです。心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化が原因の疾患に最も必要です。

## コラーゲンを作るルチン

「ルチン」は「**コラーゲン**」の生成に**ビタミンC**と共に関与しています。

コラーゲンは、老化に伴い質的变化が起こり、皮膚では**シワ**や**タルミ**、血管では**動脈硬化**の原因にもなります。「ルチン」には「**抗酸化作用**」があり、コラーゲンの合成と防御のダブルの効果が期待できます。又、**ヒスタミン**の分泌を抑制するため、**喘息**や**花粉症**などにも良いと云われています。



## 推薦される疾患

- \* 微小血管出血 ⇒ 軽度認知症
- \* 脳卒中 ⇒ 出血&梗塞&くも膜下出血
- \* 心疾患 ⇒ 血栓
- \* 高血圧 ⇒ 動脈硬化
- \* 糖尿病 ⇒ 眼底出血・緑内障の改善
- \* 動脈瘤 ⇒ 出血
- \* 静脈瘤 ⇒ 細管を強化
- \* 紫斑病 ⇒ 血管透過性を抑制
- \* 痔 疾 ⇒ 毛細管を強化
- \* 高コレステロール ⇒ 動脈硬化