

# イチョウ葉と「認知症」

年を取ると誰でも、「物覚えが悪くなった」「物忘れが多くなった」と感じませんか…？

「イチョウ葉エキス」は、そのような方のサプリメントです。

ドイツなどでは、認知機能などの改善効果を期待した医薬品として利用され、有効性や安全性の臨床研究が多くあります。

イチョウ葉エキスは、街路樹のイチョウとは異なり、エキスを抽出するために育てられたイチョウ樹木の葉からアルコール抽出をします。イチョウ葉は、植物特有の「フラボノイド」と、特有成分ギンコライドを含む「テルペンラクトン類」の2つの成分です。食品からは摂ることができない貴重な成分なので、サプリメントからの摂取がおすすめです。



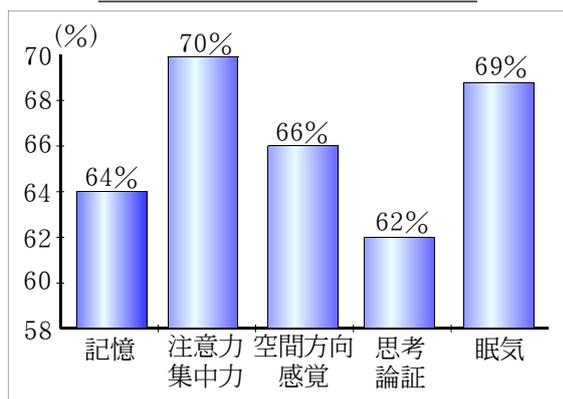
## 記憶力や集中力に、イチョウ葉

イチョウ葉エキスの主成分は、フラボノイドとテルペンラクトンです。イチョウ葉エキスには、30種類以上のフラボノイドが含まれ、「認知症予防効果」があるといわれます。



これまで、アルツハイマー病や脳血管性認知症の方に投与が行われ、記憶や認知機能が向上する効果が多く報告されています。又、ドイツとフランスでは、イチョウ葉エキスが「脳血流」を増やす効果を期待され、めまいや耳鳴り、記憶障害などに対する医薬品として認められています。

イチョウ葉の知的機能試験



上のグラフから、「イチョウ葉」は記憶力や注意力が70%も向上するため、学習能力が向上すると考えられます。空間方向感覚



(66%向上)の向上は、幾何学の学習を有利にし、思考論証(62%向上)向上は科学的考察に必要な探求心の向上が期待できます。低学年から高学年まで学習能力を高めるエビデンスが多くあります。

## 脳を守る、イチョウ葉

### 抗酸化作用＝炎症反応を抑える

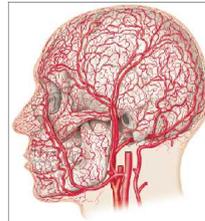
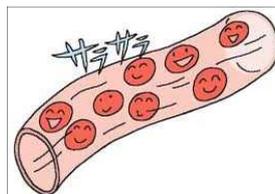
「活性酸素」は酸化コレステロール、血小板凝集(血栓)、炎症反応などに関係し、「神経細胞」や全身の組織の損傷を引き起こすため、認知症、老化、生活習慣病の原因と考えられています。イチョウ葉エキス中のフラボノイド類には、「活性酸素」を消去して「炎症」を減らす作用があります。



### 凝固抑制作用＝血液サラサラ作用

#### 血小板活性化因子

(PAF)は、血小板凝集、アレルギー物質の放出、活性酸素の放出などを誘発し、血栓形成、アレルギー反応、炎症、気管支収縮、脳の血流停滞を引き起こします。イチョウ葉エキスの成分であるギンコライドは、血小板活性化因子(PAF)の働きを抑えるために、「脳梗塞」や「心筋梗塞」の予防が期待され、ヨーロッパでは脳、末梢循環障害に対して医薬品として使われています。イチョウ葉エキスをアルツハイマー病の方に投与し、記憶や認知機能が向上する効果が確認されています。その他、高血圧、高血糖の改善などの報告があります。



### 動物で「海馬」の神経保護作用＝海馬保護

2007年にメリーランド大のTchantchou氏が発表したアルツハイマー病モデルマウスへの投与で、「海馬」の神経保護作用(記憶障害を防ぐ)が認められています。

