

レスベラ EGCg

- 内容量：22.8g[380mg(内容量 300mg) × 60 粒]
- 形 状：カプセル
- 価 格：5,800 円(税込 6,264 円)
- お召し上がり方：1 日 2 粒を目安に。
- 【栄養成分表示：2 粒(760mg) 当たり】(推定値)

*レスベラトロール含有赤ワインエキス末……………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