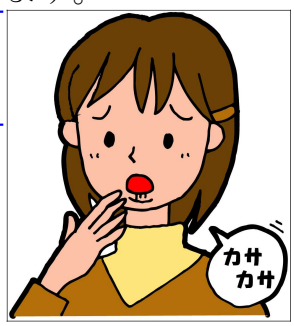
身体は、水で出来ている

ヒトの体の 60 %は水です。新生児の体は「体液」と呼ばれる水が 80 %以上含まれています。子どもが 70 %台で、年齢を重ねるにつれて徐々に体内の水分量が減少していきます。つまり、体重 70kg の成人男性ならば60%、約 42 リットルもの水分を体内に蓄えていることになります。70 歳～ 80 歳になると、個人差はありますが、40%台まで水分量が減ってくるので、年をとると「枯れる」という表現が当てはまります。
また、生命の最小単位である「細胞」にも水分はたっぷり含まれています。

つまり「老化」と「水」は切っても切れない関係にあります。
その結果、加齢と共に皮膚の表面に“小ジワ”が目立って増えてきます。



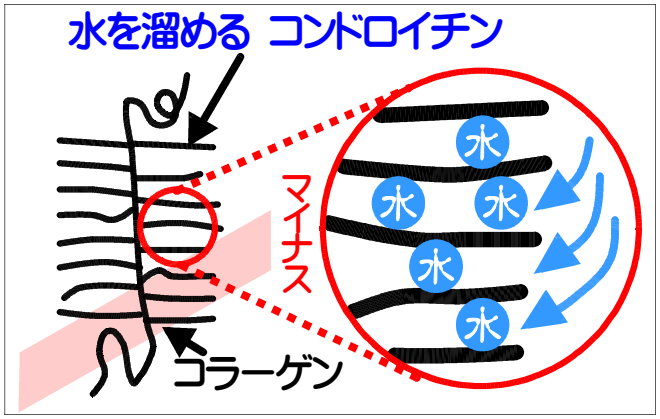
細胞はタンパク質、糖質、脂質などの様々な成分が複雑な構造で組み合わされていますが、これらの要素を結びつけているのが「水」で、体液として存在しています。飲料水などで飲んだ水分は腸から吸収され、血液などの「体液」として全身をたえず循環しています。「体液」は、私たちの生命に関わる様々な重要な役割を果たしています。例えば血液は、酸素や栄養を全身の細胞に届け、又、不要になった老廃物を尿として腎臓から排泄しています。そして体温が上がったときには、皮膚への血液の循環を増やし、汗を出して熱を逃がし、体温を一定に保ちます。

体内の「水」がヒトが生きるために如何に重要なのかが分かります。

「体液」が減ると、体の機能が低下して、その結果、老化を早めるため、
「保水力」を低下させないことが「抗老化対策」の要です。
そのためにも、“保水力”を保つ“コンドロイチン”を
日頃から積極的に摂取することが大切です。

コンドロイチンの保水力

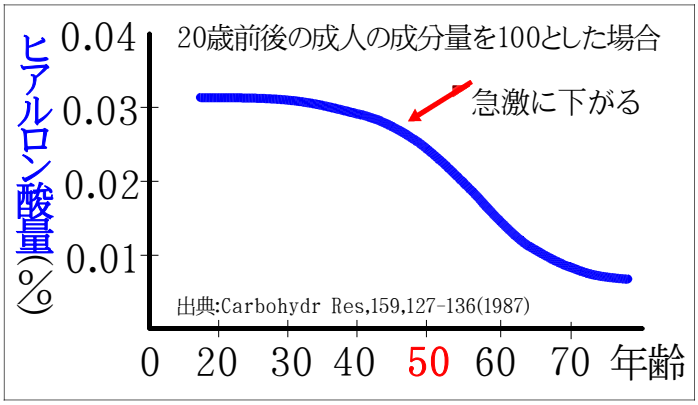
「コンドロイチン」が「うるおい」を保つわけは…？
コンドロイチンの高い保湿性の秘密はその構造にあります。コンドロイチンは体内の「タンパク質」と結合してブラシのような毛状の姿で体内に存在しています。その毛状の 1 本 1 本の組織が「**マイナス**」に帯電しているため、互いに反発し合い隙間を作り出しています。そのためこの隙間に水の分子が引き寄せられ、多くの水分を貯めることが出来るのです。大量の水分を抱え込む“貯水タンク”の役割を
果たしている「コンドロイチン」があるからこそ、
身体は水を保持することが出来るわけです。



身体を支える「結合組織＝ムコ多糖類」

「**結合組織**」とは細胞や組織を埋める支持組織で、「**ムコ多糖類**」と呼ばれ、**コンドロイチン**、**ヒアルロン酸**、**コラーゲン**、**エラスチン**などの「線維性結合組織」が構成成分です。身体は 40 兆個の細胞で構成されますが、その細胞を支持しているわけですから、全身の健康状態を保つ重要な組織です。
例えば、お肌のシワが年齢の割に少なければ、若く見られますが、お肌だけの問題ではなく、全身の細胞が若く瑞々しく保たれ、細胞の健康が保たれていることを表しています。但し、50才までが限界です！

加齢によるヒアルロン酸の減少量



コンドロイチンで若返る！

“**人生は100年の時代**”といわれています。
寿命を全うするには、「健康」が第一優先事項です！
それには、人生最後の 10 年を自分の足で歩ける事です。
従って、「**関節の健康**」を維持する事が“**絶対必要条件**”です。

“年をとると枯れる”というのは、語弊はなく、事実です。
実は「関節」と「お肌」の若さは密接な関係にあります！

更に、加齢と共に増えてくる「難聴」「尿漏れ」「動脈硬化」など
一見関連性ががないと思われるような症状も、
実は「コンドロイチン」が深く関係しています。
そこで、年齢によるお肌の“小ジワ”が目立つ前に、
又、関節の違和感が出る前に「結合組織」の主成分である
「**コンドロイチン＆ヒアルロン酸**」＋「**コラーゲン＆エラスチン**」を
摂取する事が、「関節」を守り自分の足で歩ける必要条件です。
体には約 **260** 個の「関節」があります。私達は日常的に、これだけの
数の関節を動かして立ったり歩いたりする複雑な動きをしています。

「**立てば芍薬　座れば牡丹　歩く姿は百合の花**」とは、
正に「**コンドロイチン**」があってこそ可能だったのです！

「血管」もコンドロイチンが支える

「動脈硬化」は、日本人の死亡原因 2 位の「心筋梗塞」、3 位の「脳梗塞」、更に「腎臓病」の原因です。
加齢と共に体内の「コンドロイチン」が不足してくると、血管が硬くなり「動脈硬化」が進行し、又、脆くなり「出血」しやすくなります。
⇒ 脳梗塞・脳出血・心筋梗塞
同時に、関節痛や筋肉痛も起こしやすくなります。また、骨や歯がもろくなるほか、「白内障」や「網膜症」も進行します。⇒老化病
「動脈硬化」とは血管が血圧により硬化する事です。
つまり、動脈硬化＝血管を使用している年数
＝加齢＋血圧が関係しています。
“血管壁”は関節と同じコンドロイチンやコラーゲン等の「線維性結合組織」で構成されています。

つまり、「関節」が痛む年齢は、
「動脈硬化」も同時に進行しています。

動脈硬化の危険因子

加齢（男性：45 歳以上、女性：閉経後）・肥満・高血糖・高血圧・高脂血症・ストレス・飲酒・喫煙・運動不足・偏った食事生活などの相互作用など。

下記の症状に「コンドロイチン」が必須

＊軟　骨⇒変形性関節炎・椎間板・腰痛・　五十肩
＊　骨　⇒骨粗鬆症・骨折
＊腎　臓⇒糸球体腎炎・尿タンパク・腎ネフローゼ
＊聴　覚⇒耳鳴り・難聴・メニエール
＊血　管⇒高血圧・動脈硬化症・脳出血・静脈留
＊視　覚⇒ドライアイ・老眼・角膜炎・水晶体保護
＊毛　髪⇒円型脱毛症・各種脱毛症
＊肝　臓⇒肝炎・肝硬変・解毒作用（飲酒）
＊創　傷⇒手術後早期回復と癒着防止・怪我の回復
＊自己免疫疾患⇒リウマチ・膠原病・糸球体腎炎
＊粘　膜⇒乾燥・タンが切れない・喘息
＊皮　膚⇒乾燥・しわ・たるみ・アトピー・床ずれ
＊性　器⇒子宮脱・性交痛・膀胱炎・尿失禁・夜尿
＊免　疫⇒感染症（インフルエンザ・肺炎など）
＊　肺　⇒肺繊維症・肺気腫・間質性肺炎
＊神　経⇒神経痛・偏頭痛・疲労・神経細胞安定化
＊全　身⇒老化防止

尚、「動脈硬化」を予防し血管の柔軟性を維持するには、心拍数を上げる「運動」や「ストレッチ」が有効です。又、「ストレス」は血管を収縮させて血管の柔軟性を損ない「動脈硬化」を進行させます。

運動＋血管の栄養対策(ムコ多糖類)は
“**血管長寿の秘訣**”です！