



## 下り坂を永く楽しめるサプリメントの話

2025年2月23日(日) 11:55-12:45

ランチョンセミナー2 第2会場 (電気ビル共創館3階 カンファレンスB)

Chair  
座長

久保 千春 先生  
中村学園大学 中村学園短期大学部 学長

Speaker  
演者

桜田 真己 先生  
所沢ハートセンター 理事長

ご演題・抄録 『下り坂を永く楽しめるサプリメントの話』

近年、夏の酷暑とコロナ禍で外出せずに家の中での生活を強いられてきた高齢者は多く、フレイルが悪化した感がある。世界中で心不全の患者が増えているが、収縮力が保たれたタイプの心不全患者 HFpEF が増加している。生活習慣病からの血管内皮障害で毛細血管の血流が低下していることも関与しており、認知機能低下や骨粗鬆症にも影響すると考えられている。血管内皮機能改善のために一酸化窒素 NO の産生を促進するシトルリンは有効であるが、NO 産生にはコエンザイム Q10 の濃度も影響してくる。細胞のエネルギー ATP 産生には元気なミトコンドリアが必須であるが、エネルギー産生に伴い発生する活性酸素から身を守るために抗酸化力が非常に高いアスタキサンチンには活性酸素を減らしミトコンドリア機能を高め、リハビリを模倣したような効果があり、積極的なリハビリを受けなくても筋力を増強させるためアスリートにも使われている。フレイル予防には週に1、2度のリハビリだけで筋力回復は難しく、ファンタスティック・フォーと呼ばれる一般的な心不全治療薬で改善しない難治性の心不全患者にも、これらのメディカルニュートリションは有用である。