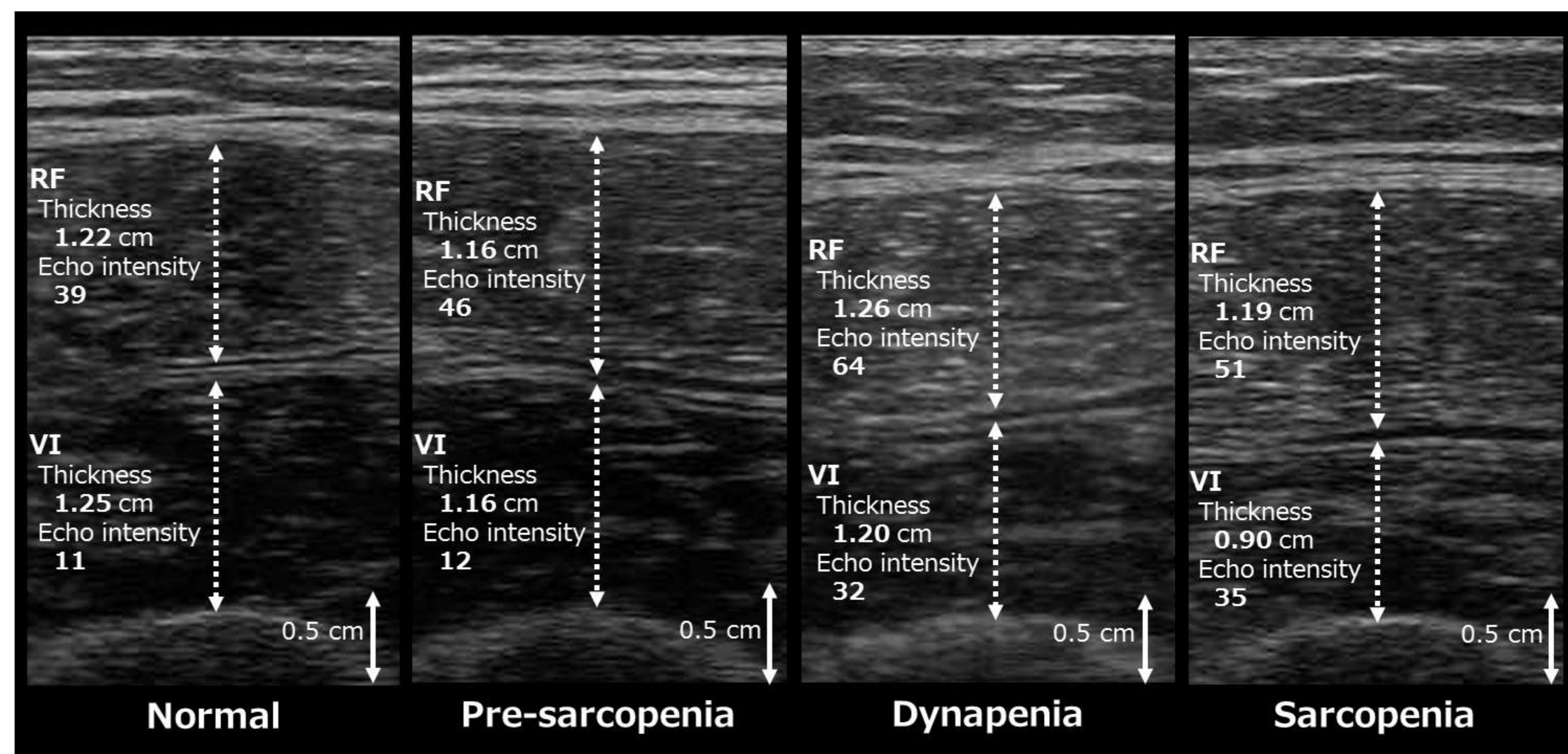
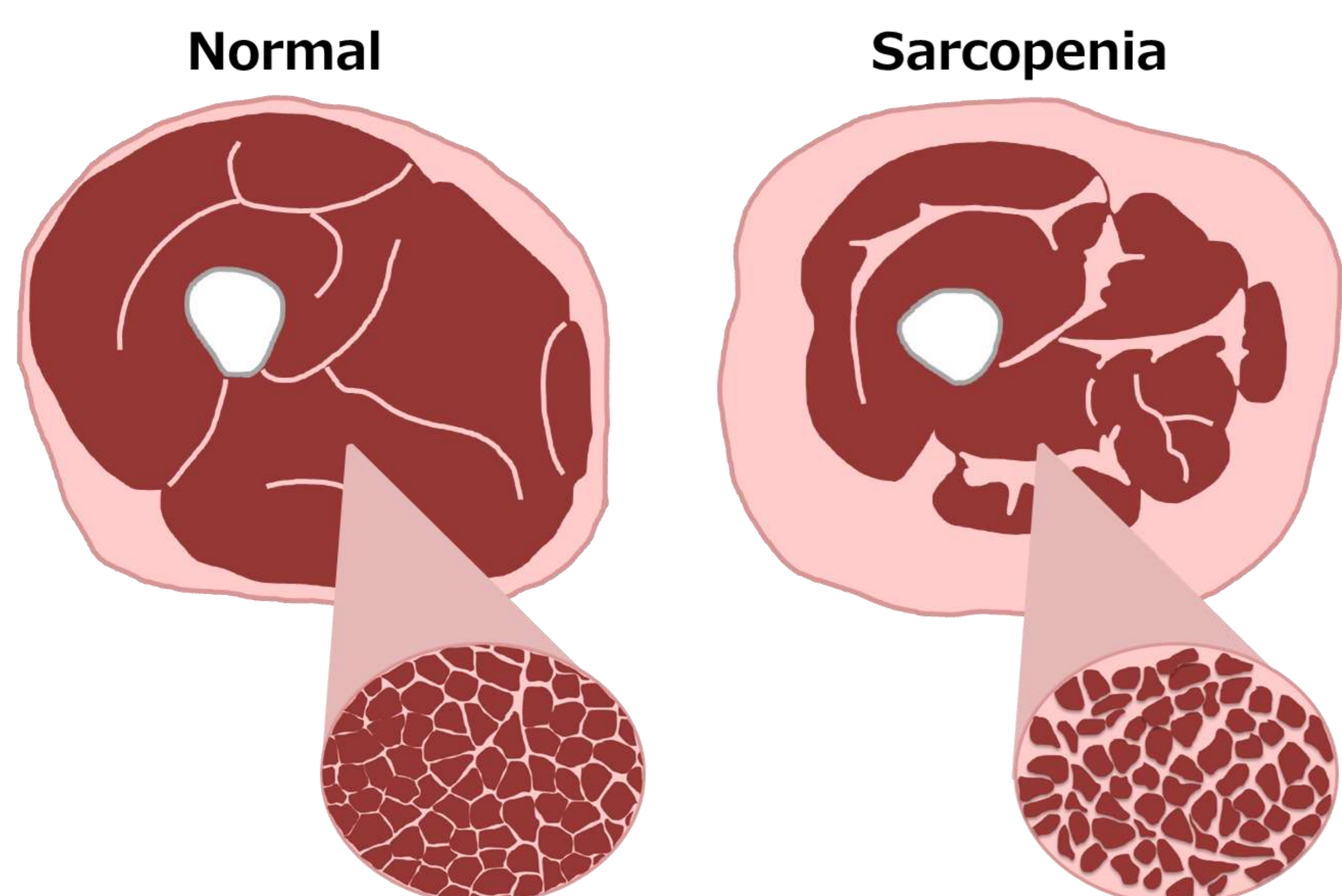


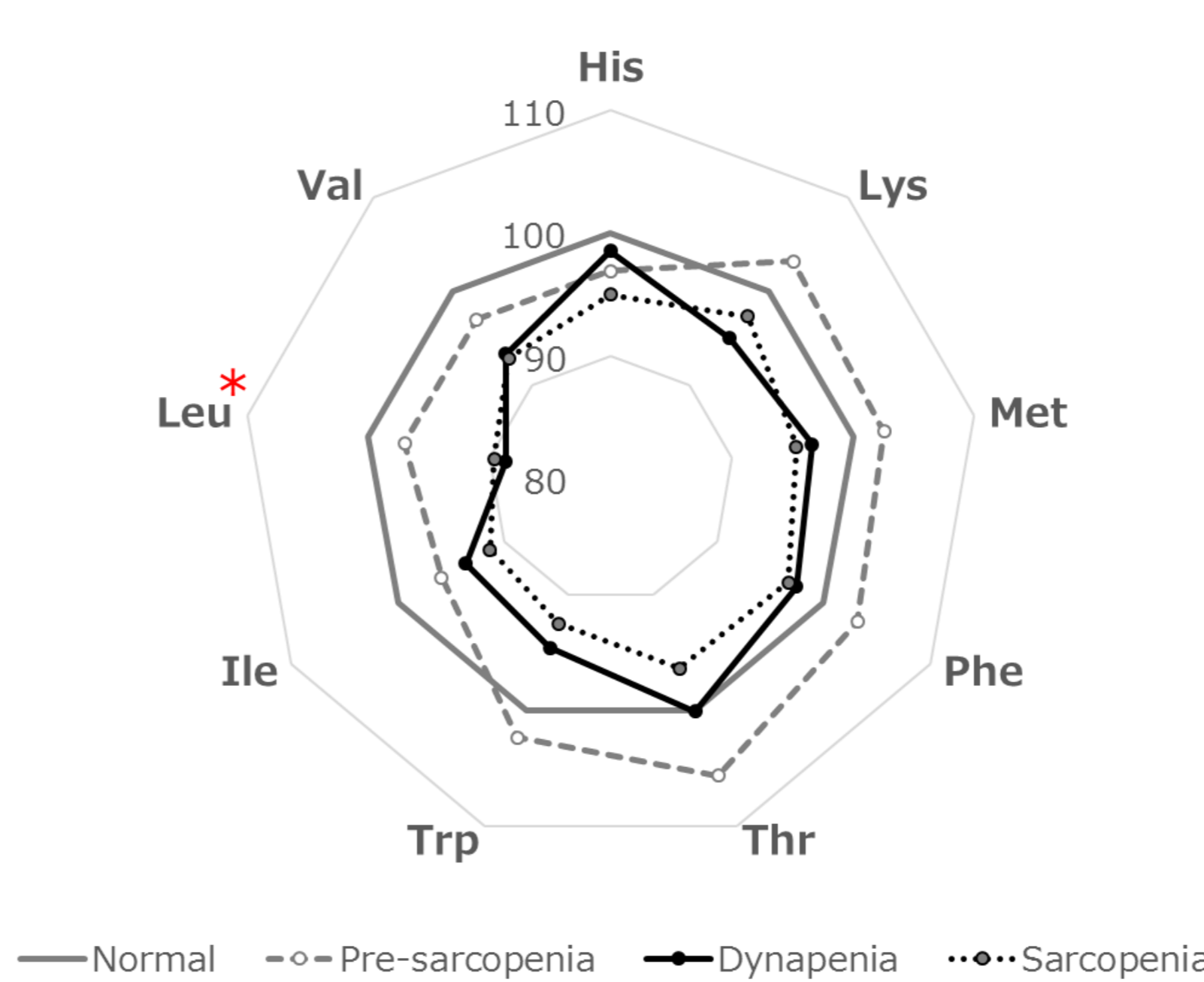
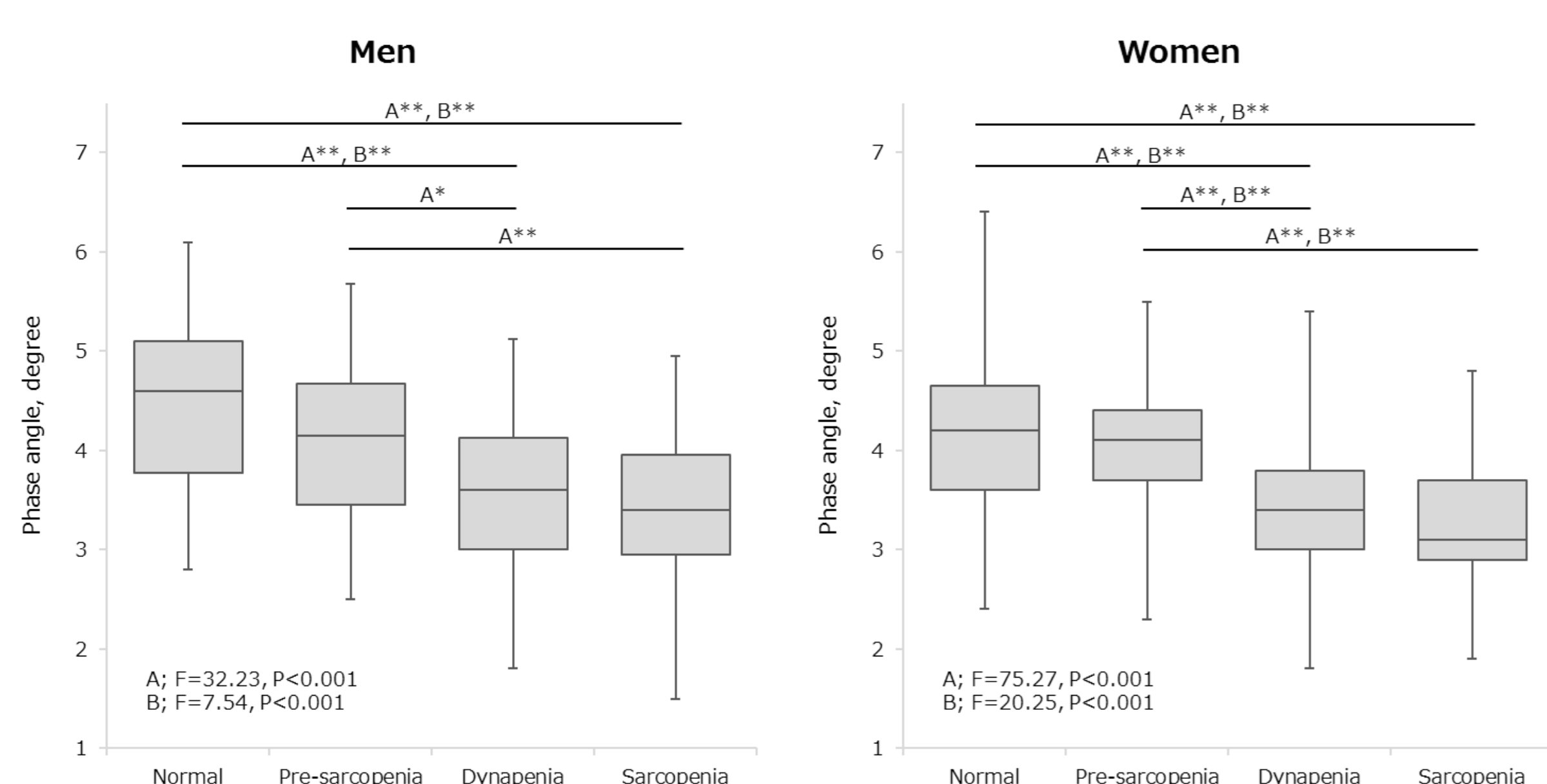
サルコペニアの予防に向けた効果的な介入法の開発

人間系 教授 山田 実

サルコペニアは、加齢に伴う骨格筋量減少および筋力低下のことであり、主要な要介護要因の一つ。サルコペニアの骨格筋の特性、予後などを検証すると共に、予防・治療に向けたより効果的な介入方法を検討中。

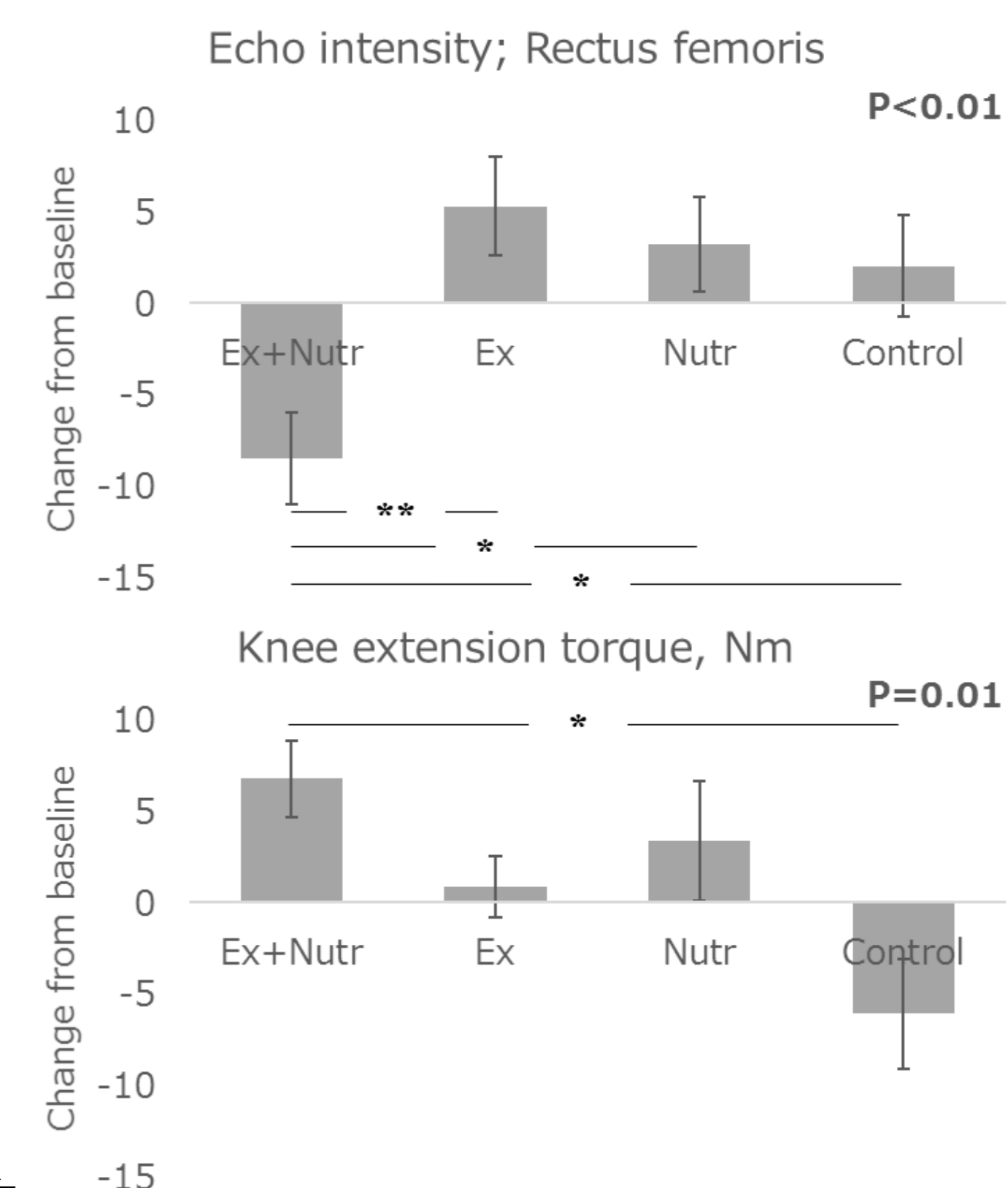
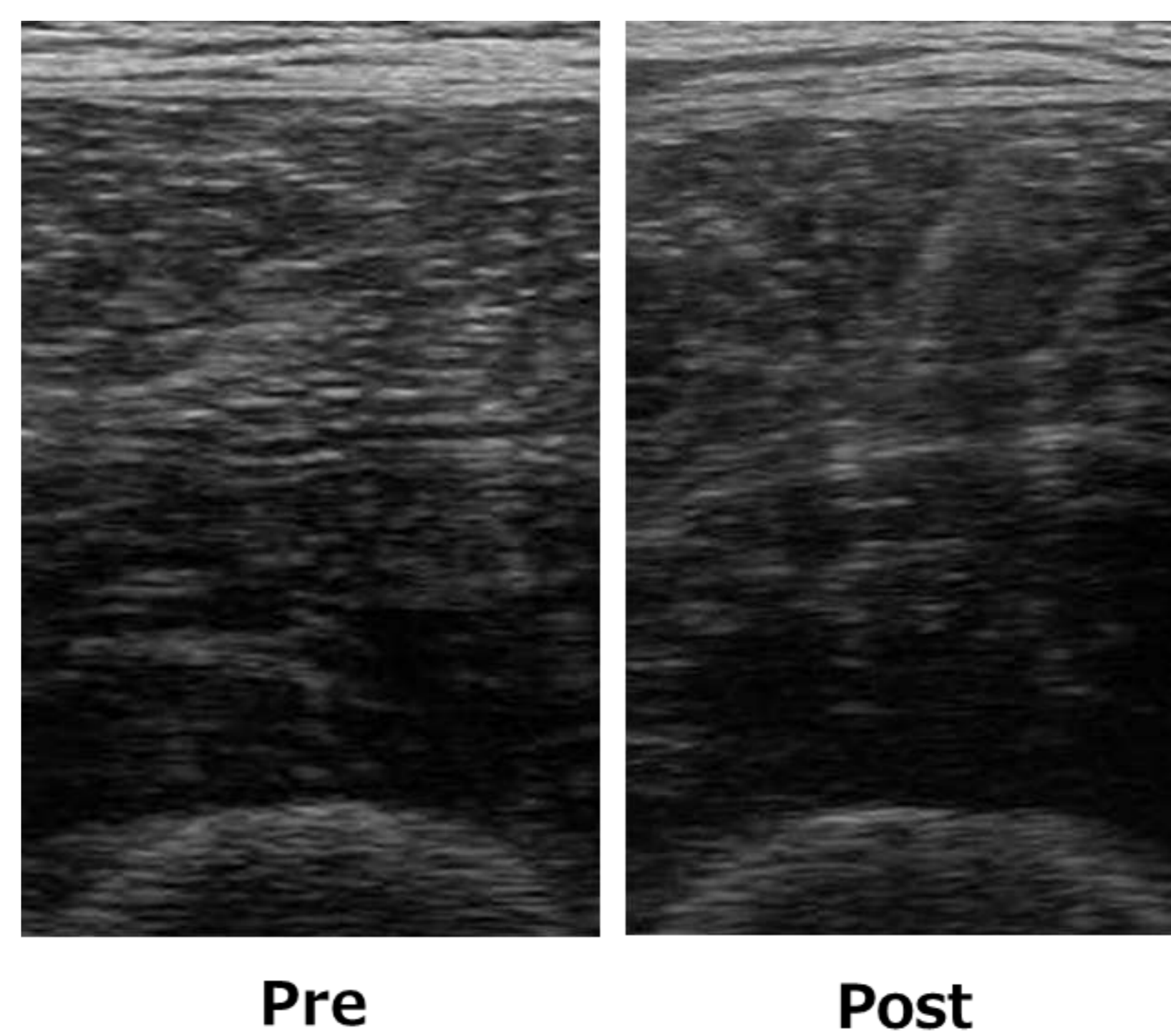


サルコペニアは骨格筋量減少・筋力低下に加えて筋質の低下(霜降り化)が認められることが分かってきた (Yamada M, et al. JAMDA 2017)。



サルコペニアは細胞生理的機能レベルが低下しており (Yamada M, et al. JNHA 2018)、必須アミノ酸濃度、特にロイシンの血漿濃度が低下していた (Yamada M, et al. JNHA 2017)。

↓
サルコペニアの予防・治療には、タンパク質・アミノ酸補給と運動により筋質の改善を目指すことが重要。



低負荷・高頻度でのレジスタンス運動と、タンパク質を補給を併用することで筋質・筋力が改善 (Yamada M, et al. in submitted)。

Difference

筋量や筋力に次ぐ、第3の指標として注目されている“筋質”に対して多面的に検討を行い、特徴の把握や介入の可能性・有用性を検討している。現在、筋質の低下が有害健康転帰に及ぼす影響についても追跡調査中。