

もう悩まないで!!

CASE.6 「アンチエイジング」

# アンチエイジング(若返り)を意識しはじめたら…

いつまでも若くありたいという思いは、おそらく誰もが持つものなのでは？  
自分の体と向き合うことからスタートすれば、アンチエイジングも夢じゃない！

目に見えない体内部分の老化や、なかなか気づかない生活の質の低下や乱れ。それらをあらためて見直すためにも注目したいのが、内科医が提唱する「アンチエイジング」。年を取ったからではなく、「健康である人のさらなる健康」をめざすためにも、要チェック！

**Q1**  
アンチエイジングとは？

**A**  
体の内部の老化によるゆがみを見つけて出し、それを是正し、より若く日々を過ごす事を言います。従って、外観の若さを追求するのではなく、ホルモンや血管など内部から若返るといふ事です。

もう一つ大事な事は、若返る事だけが目的ではないということ。アンチエイジングにより若さを手に入れ、いつまでも健康に自分の趣味や生きがい達成するための手段とする事が重要です。

**Q2**  
アンチエイジングは何歳から始めれば良いのでしょうか？

**A**  
ホルモンを分泌する臓器は10代後半から衰えてきます。また、老化には個人差があります。従って一概に何歳になったら受けなさいとは言えないものです。20歳代で早すぎる事はありませし、70歳代で遅すぎる事はありませし、「年だな」と感じて自分の老化が気になった時が受け

頃です。しかし早く受けるほど、老化につながる悪い芽を摘み、早く手当てできるのは間違いのないでしょう。

**Q3**  
アンチエイジングドックはどのようなことを調べるのでしょうか？ また人間ドックとの違いは？

**A**  
アンチエイジングドックでは以下の(1)、(2)を中心に調べます。  
(1)体内部の老化度を、ホルモン年齢、血管年齢、骨年齢、筋年齢、神経年齢の5つに分けて測定します。実年齢に比べて体の内部がどの程度老化しているのか、あるいは若いのか、〇〇歳と出ますから、一目で体の内部の老化が分かります。  
(2)老化危険因子を測定します。例えば老化や病気の原因となる活性酸素が体への悪影響を及ぼしているか、などが分かります。

従来の人間ドックと最も違う点は、人間ドックは、癌や生活習慣病(高血圧、糖尿病、高脂血症)などの病気を早期に見出す事が主眼ですが、アンチエイジングドックは病気になる前の、老化や老化による体のゆがみを発見する事が目的です。この様にどちらか一つのドックをすればもう一方を補えるようなものではなく、どちらも受ける事が必要です。

**Q4**  
「アンチエイジングドック」は実際どのように行われるのでしょうか？



**A**  
予約制により行われます。受診の数日前までに検査キットを郵送するので、それに従って当日は尿サンプル等を持参していただきます。説明に始まり、その後血液検査、さらに血管年齢、骨年齢、神経年齢、筋年齢を機械で測ります。機械は座ったり寝たまま測定し、測定時間はどれも5分程度。痛みなどは全くありません。全行程は長くても1時間半で済みます。

**Q5**  
アンチエイジングドックを受けた後はどうなるのでしょうか？

**A**  
1ヶ月以内に結果の説明を行いますので、再受診していただきます。その際、自身の欠点が明らかになりますので、それを補正するための生活改善の指導を行います。また同時に希望する方には、サプリメント治療やプラセンタ(胎盤製剤)療法などの点滴治療も行います。



医療法人 千藤の会 久保田医院  
院長 久保田 公宜 先生

久保田医院は、2年前に東北初となるアンチエイジングドックを開設。ドックのみならず、ホテル安比グランドにおけるアンチエイジングメニュー(コースの食事)のプロデュース、各種講演などを通じて、アンチエイジングの普及に尽力している。アンチエイジングドックは、ホテル安比グランドの久保田医院アンチエイジングセンター安比分室でも同じものが受けられる。「ゆったりとしたリゾートホテルで宿泊しながら受けるのも優雅なもの」と好評。

