

細胞生物学の權威が緊急報告

放射能に勝つ「食材」「水」



湯気が出る福島第一原発

キーワードは「赤と緑」。活性酸素を潰せ!

放射能に関する誤解はあまりに多過ぎる。私の出身地である福島を応援する意味でも、正しい知識を知っていただければ、と思う。

いま、日本はどれだけ放射線に汚染されているのか。わが国最大の関心事はこれだろう。

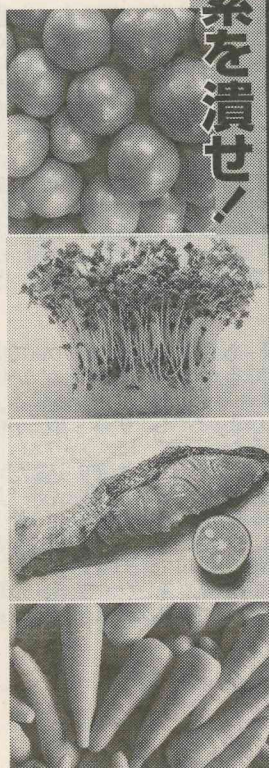
毎日のように東北や関東地方の放射線値が報道され、福島県や近くの地域では、野菜や原乳から暫定基準値を超える放射性物質が検出され、一部の産品が出荷停止に追い込まれた。風評被害も広がっている。しかし、細胞生物学の専門家から見れば、今日の放

太田成男氏は一九五一年福島県生まれ。東大理学部卒業後、同大学院薬学系研究科博士課程を修了。スイス・バーゼル大学研究員、自治医大助教、日本医科大学教授を経て、現在、同大学院教授。

細胞生物学の中でも、細胞内のエネルギー生成を担うミトコンドリア研究の權威として知られる。日本ミトコンドリア学会理事長をつとめ、「ネイチャー・メディスン」など世界的学術誌に論文が掲載されているほか、「サイエンスZERO」「爆笑問題のニッポンの教養」(ともにNHK)などテレビ番組にも多数出演。著書に「ミトコンドリアのちから」(共著)、「体が若くなる技術」「ミトコンドリアの新常識」などがある。

「赤と緑」は、トマトやブロッコリー、スプラウトなど、活性酸素を潰せる食材。水は体内に入ると水分子と結合し、活性酸素を潰せる。

抗酸化物質リコピンが含まれるトマト



鮭、ニンジン、ホウレンソウ、タコにも活性酸素を抑える物質が



日本医科大学大学院教授 太田成男

そもそも、放射線はなぜ、体によくないのか。一般的に、放射線は有機水銀やヒ素のように、体内に蓄積されて、毒が身体を蝕んでいく、と考えている方が多いようである。だが、事実はそうではない。

簡単に説明すれば、放射線は体内に入ると水分子と結合し、活性酸素を潰せる。活性酸素は普段から、呼吸した酸素の約一〜二％は副次的に生み出されている。これらの作用により、人間は一日十万余り回、重大な障害を引き起こす

福島原発が被災して以降、放射能汚染を懸念する声が増しに高まっている。しかし、現状では一般の人々に問題はなく、抗酸化物質を含む野菜、魚介類、活性酸素を潰す水素水などで、がんの予防も可能だという。細胞生物学の權威が語る、放射能の正しい「常識」。

次号5月5・12日号はGW特大号!!4月27日(水)発売、特別定価3800円です