

*****2014.02.07*****

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

短編（科学のよもやま話）第196号

脂肪細胞とアディポサイトカイン



漢方の健康堂薬局の店主 長澤昭と申します。
3月11日（金）に発生した東北地方太平洋沖地震により、被災された
皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。



<http://www.kenkodo-igaku.jp/backnumber.html>



*****2014.01.17*****

短編（科学のよもやま話）第196号

脂肪細胞とアディポサイトカイン

◎少し前までは、脂肪細胞は、単なる脂肪の貯蔵庫と考えられていました。

◎ところが、最近の研究で、実は、脂肪細胞は様々な生理活性物質を分泌す
る、人体内で最大の内分泌臓器ではないかといわれるようになりました。

注）生理活性物質とは

「生理活性とは、化学物質が生体の特定の生理的調節
機能に対して作用する性質のことである。また、生理

活性を持つ化学物質を生理活性物質と言う」

この内容を、もっと平たく言い換えれば、・・・

○例えば生理活性物質の1つにレプチンという名前の物質があります。

○レプチンの働き（の1つに）、摂食中枢を抑制して食欲を落とすという働きがあります。

○以上の例を上の記事に当てはめれば「生理活性とは、レプチンという科学物質が生体の特定の生理的調節機能すなわち摂食中枢を抑制するという機能に対して作用する性質のことである。また、生理活性を持つレプチンのような化学物質を生理活性物質と言う」となります。

◎脂肪細胞から分泌される生理活性物質は、「アディポサイトカイン」という名前と呼ばれています。「アディポ」とは脂肪、「サイト」とは細胞、「カイン」とは作動因子という意味の造語です。

◎そして、アディポサイトカインには、コレステロールの場合と同じように、「善玉アディポサイトカイン」と「悪玉アディポサイトカイン」があります。

◎アディポサイトカインの中でも血中に最も多く存在するのが善玉アディポサイトカインであるアディポネクチンです。

◎「善玉」は、正常な、肥満していない小型の脂肪細胞からしか分泌され
ません。

◎逆に、肥満して肥大化した脂肪細胞からは、「善玉」は出なくなり、
「悪玉」の分泌が活発になるのです。

◎ただし、この脂肪細胞は、皮下脂肪でなく内臓脂肪です。ですので、女性は
男性に比べて、内臓より腰や太股に脂肪が付きやすい傾向があります。
アディポネクチンの分泌量が男性より多いのは、内臓脂肪は比較的少ないと
いうことによると考えられます（男性の平均値が 7.5 mcg/m l に対して
女性は 12.7 mcg/m l）。

以上、今週の内容でした。

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。
↓ ↓ ↓ ↓
<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

—[プロフィール]—
■長澤 昭（ながさわ あきら）1952年 静岡県生まれ
1980年に薬局を創業。
2000年、毎日新聞「アミューズ」に、「漢方薬に詳しい薬局」として、
全国わずか35店のうちの1店として取り上げられる。
2001年、約300の病名・症状別の「病気別漢方選薬システム」を完
成させる。
現在は、当店HPにて公開中 <http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

□登録／解除の方法

↓ ↓ ↓

<http://kenkodo.web.infoseek.co.jp/melmaga.html>

(E-Magazine からご購入の方はこのメルマガの一番下に解除フォーム有り)

□注意・免責事項

◎一般の方向けの内容なので、厳密な医学用語は使用していません。医学的な専門性から考えた場合、妥当でない表現があると思いますが、なるべく平易な表現を使用するようにしてあります。

◎個別の健康相談を行うものではありません。

◎体の状態は個人によって異なっています。現在治療中の方はかかりつけの主治医と相談をしてください。

◎ご自分の責任の範囲でご利用ください。記載内容を利用し生じた結果について、当方では責任がとれませんのでご了承ください。

=====

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

発行者：漢方の健康堂薬局

発行責任者：長澤昭

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

「薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報」の本文は、著作権により保護されています。

ただ、個人的にお友達に転送することは自由です。その場合、このメルマガの一部だけを転送するのではなくて、全文を転送していただけると、うれしいです。よろしければ、お知り合いの知人、友人に教えてあげてくださいね（商用の場合を除く）。

転載の場合はご一報ください。

=====