

# あなたのスクアレン濃度は？

スクアレンは、私達の身体の中につくられ大切なはたらきをしています！

皮膚148.4 $\mu$ g  
皮下脂肪300.0 $\mu$ g  
動脈43.2 $\mu$ g  
リンパ節52.2 $\mu$ g

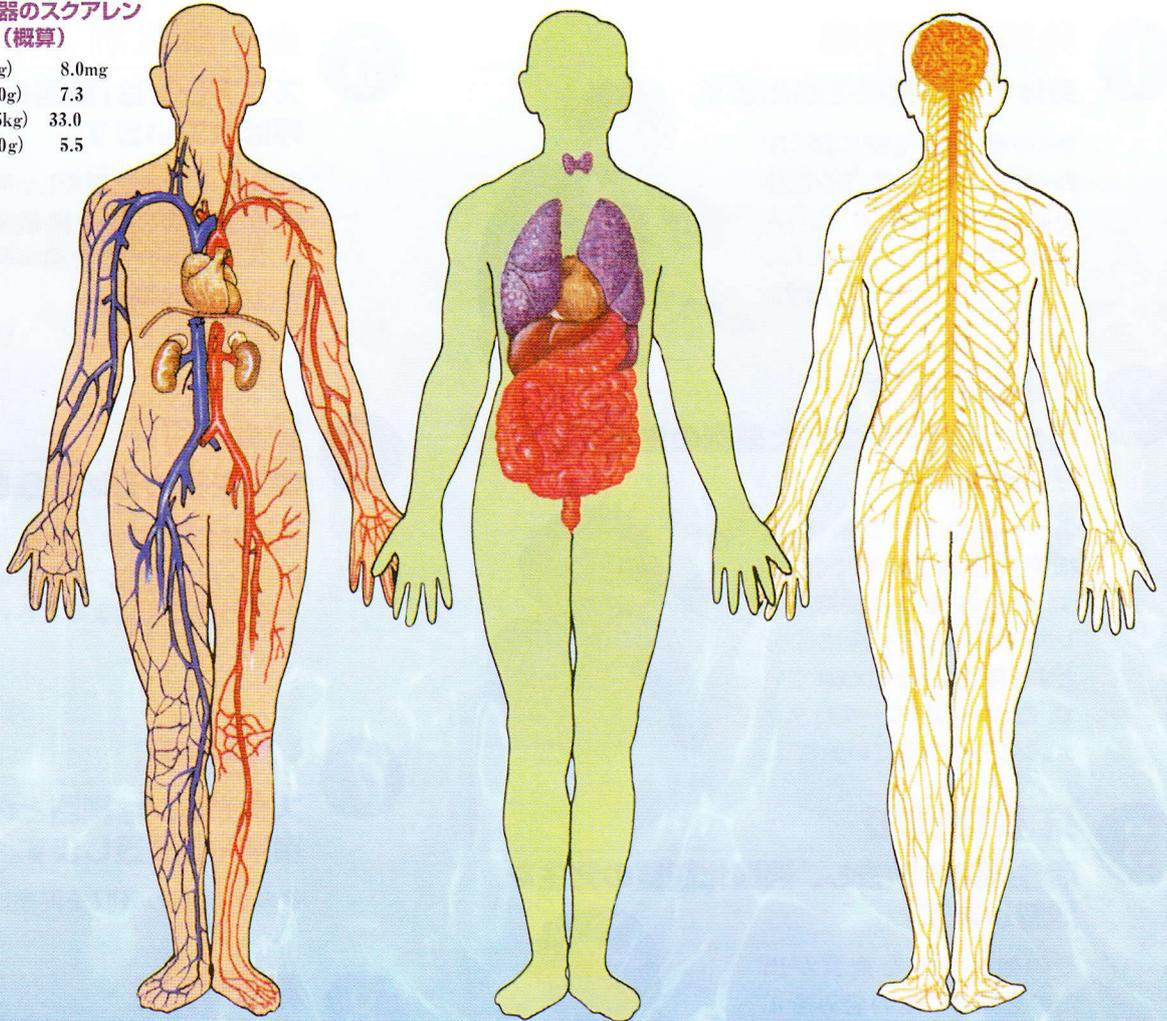
### ヒト臓器におけるスクアレンの濃度

塊状組織	$\mu$ g/湿重量g
脂肪組織	平均
皮下脂肪	300.0
腹部脂肪	159.0
皮膚	148.4
動脈壁	
動脈内膜	40.0
中膜	3.2
骨格筋肉	25.0
結締組織	
硬膜	11.1
二頭筋腱	7.2
小脳鎌	6.3
赤血球	0.2
内分泌器管	
副腎	22.1
睪丸	7.1
甲状腺	4.7
卵巣	1.4

その他の器管	$\mu$ g/湿重量g
リンパ節	52.2
睪	29.9
心筋層	24.4
肝	21.8
大腸	19.5
腎	18.4
胆嚢	9.1
小腸	8.2
小脳	7.3
視腺	6.8
大脳	5.6
肺	5.3
脾	1.7

### 主要臓器のスクアレン含有量(概算)

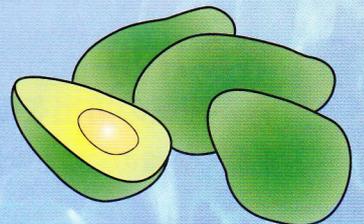
脳(1450g)	8.0mg
心臓(300g)	7.3
肝臓(1.5kg)	33.0
腎臓(300g)	5.5



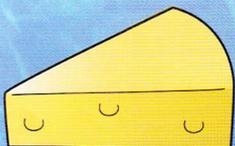
スクアレン250mgを  
いろいろな食品に  
換算するとこれだけの量に！



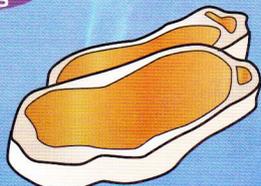
マグロ(缶詰) 8kg



アボガド約131kg



チーズ2kg



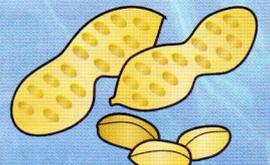
牛肉12kg



オリーブ油60g



バター4kg



ピーナッツ11kg

# スクアレン

## スクアレンは、私たちの身体のはたらきを調整する重要な成分

私たちの身体は、スクアレンを經由してステロイドホルモンのような生理活性物質をつくっています。これらは、私たちの身体の調整になくてはならない重要なはたらきをしてくれます。

### スクアレンの作用

#### 1 免疫調節作用

身体を守る機能を高めます。

多くの病気は免疫に深く関わっています。スクアレンは体を防御する免疫のはたらきを高めたり、過剰にはたらく免疫を抑えたりしてくれます。



#### 2 細胞賦活作用

弱った細胞や傷ついた細胞の生まれ変わりを促進します。

傷ついた臓器や皮膚・粘膜細胞の修復を早めてくれます。ひとつひとつの細胞はコレステロールを主な構成成分とする細胞膜で覆われていて、このコレステロールはスクアレンから作られています。



#### 3 抗酸化作用

活性酸素を除去し、過酸化脂質の発生を抑制します。

その他の有害な物質が出るのを防ぎ、体の営みを正常化し、細胞をいきいきさせてくれます。



#### 4 解毒作用

有害物質の排出を促進します。

肝臓や腎臓の細胞を賦活し、解毒機能が高まります。

#### 5 血中酸素増大作用

スクアレンは「酸素の運び屋」と呼ばれています。

血液中の酸素を増やし、呼吸器不全など酸素供給量が不十分なときの力強い味方になってくれます。



#### 6 鎮痛作用

痛みを鎮めるはたらきがあります。

この鎮痛作用は、発痛物質の作用を抑え、酸素供給を高めることによるとされています。



#### 7 浸透作用

スクアレンは細胞との親和性が高く、よく馴染んで浸透します。

他の併用薬の吸収を促進し、相乗効果を高めます。

#### 8 殺菌作用

細菌の発育をとめます。

スクアレンは皮脂腺から正常に分泌されることで、細菌の増加を防いでいます。



### その他、明らかになっている作用

- 血行促進作用 ……血液循環を促進し、病態の改善をはかります。
- 放射線障害防護作用 ……放射線治療による副作用を軽減してくれます。
- 皮膚防護作用 ……皮脂の主成分で、皮膚の潤いとハリを保ってくれます。
- 利尿作用 ……利尿ホルモンと抗利尿ホルモンのバランスをとって、体内の水分を調整していると言われています。