

日頃の体内ケアが若々しさ、美しさの鍵
見た目の若さと身体機能の高さに相関関係を確認

若く見られる人は身体機能の各指標が良好で、肌も美しいことが判明

ポーラ・オルビスグループのポーラ化成工業株式会社(本社:東京都品川区、社長:岩崎泰夫)は、実年齢と比較して若く見られる人は、老けて見える人と比較して身体機能が高い状態に保たれていることを明らかにしました。

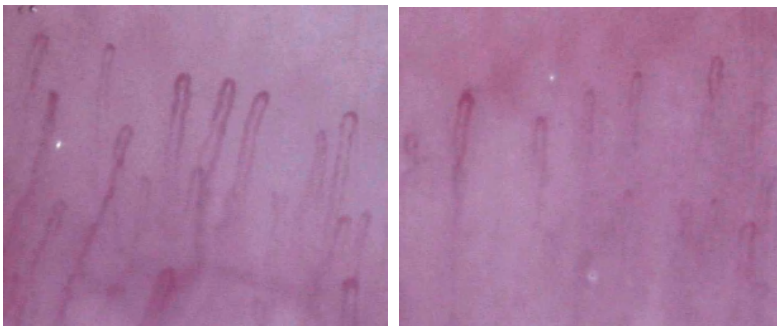
身体機能の指標が良好だと肌状態も良好であることから、からだの内側からのケアによって健康を維持することは「年齢を重ねても美しさを保ちたい」という多くの女性の希望を叶えることにつながると考えられます。

血管の状態と血中の酸化 LDL 数値について

一般に身体機能は加齢とともに低下していきませんが、同じ年齢でも身体機能には個人差があり、年齢相応に機能が低下する人がいる一方で、年齢を重ねても高い機能を維持している人もいます。ポーラ化成工業では、実年齢よりも高い身体機能を維持している人は、見た目も若々しく保たれているのではないかと考え、45歳から55歳までの健康な女性を対象に、身体機能と見た目の関連性について調査を行いました。

その結果、実年齢よりも3歳以上若く見られる人は、3歳以上老けて見られる人と比較して血管の状態が良く、形状が太くはっきりと見えることを明らかにしました(図1)。また動脈硬化などの血管障害を引き起こす血中の酸化 LDL が低値であることも確認しました(図2)。

図1. 爪上皮毛細血管の状態 (代表例)

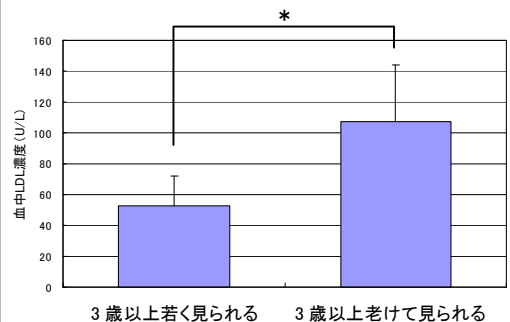


8歳若く見られる人(実年齢47歳)

4歳老けて見られる人(実年齢46歳)

拡大画像装置により、左手薬指指尖の毛細血管の形状・太さ・本数を観察した

図2. 見た目と血中酸化 LDL 濃度の関係



* : p<0.05

さらに、実年齢よりも8歳若く見られる人の身体機能を、4歳老けて見られる人と比較すると、上記に加えて安静時代謝量、集中力、口腔内免疫の各指標が良好な値を示しました。

また、肌状態についても、実年齢より8歳若く見られる人の角層細胞は保水能力、保護力が高く、同年代と比較してシワが出来にくいことが分かりました。

このことから、日常生活の中で食事内容や生活習慣を整えて体内を健全な状態に保つことは、肌の美しさ、若々しさを維持するためには重要な要素であることが示唆されます。

ポーラ化成工業では、この研究結果について、2013年11月9日から10日に東京都千代田区にて開催される第20回日本未病システム学会学術総会にて発表する予定です。

【本件に関するお問い合わせ先】(株)ポーラ・オルビスホールディングス 広報・IR 室
Tel 03-3563-5540/03-3563-5543

試験方法

健常な成人女性 22 名 (45 歳から 55 歳) を対象とし、身体機能として以下の各測定を行った。

- 血管状態・血液流動性 (加速度脈波、静脈血流動性、爪上皮毛細血管状態)
- 血中ホルモン濃度 (エストラジオール、DHEA-S、IGF-1)
- 血中酸化 LDL 濃度
- 免疫力 (T 細胞数、唾液中 IgA 分泌量)
- 自律神経活動度
- 安静時代謝量
- 集中力 (集中力判定テスト Stroop Color Word Test)

さらに見た目については、被験者の素顔の全顔写真を撮影し、その写真を被験者と同年代 (40 歳から 60 歳) の一般女性 18 名に見せ、各被験者の顔画像が何歳に見えるのかを聞き取り調査し、18 名から聞き取った年齢の平均値を各被験者の見た目年齢とした。

得られた身体機能指標と見た目年齢について、関連性について検討した結果、実年齢より見た目年齢が 3 歳以上若かった 5 名と、3 歳以上老けている 5 名の平均値を比較したところ、3 歳以上若い人では血中酸化 LDL が有意に低いことがわかった (前頁、図 2)。