



『ヒアルロン酸とは』

2009.7.13

▶ ヒアルロン酸の語源

ヒアルロン酸は、1934年にアメリカのコロンビア大学のカール・マイヤー教授によって、牛の硝子体（眼球）から発見された酸性物質です。硝子体をギリシャ語でヒアルロイドということからヒアルロン酸と命名されました。

ヒアルロン酸は、1970年代に競走馬の外傷性関節炎の治療薬として使用したところ、骨折や関節炎によく効くことから、ヒトへの応用が期待されていました。1987年になり、ヒアルロン酸を主成分とする関節機能改善剤が医薬品として承認され、その後、各分野で広く使用されるようになりました。

▶ 体内のヒアルロン酸

関節内には、関節の動きを良くするために関節液が存在し、この関節液の中にはヒアルロン酸が多く含まれています。ヒアルロン酸はゼリー状の物質で、関節の動きをスムーズにする潤滑の役割や、関節への衝撃をやわらげるクッションの役割を果たしています。

ヒトは年齢を重ねるとともに、膝関節の軟骨がすり減って、関節に痛みが生じてきます。これは加齢とともに関節液中のヒアルロン酸が減少するため、軟骨の壊れた成分や軟骨がすり減って関節部（膝）に痛みを感じるのです。この状態が進行し悪化したのが、変形性膝関節症です。

また、肩関節も同様に炎症を起こし、痛みを感じます。これが進行すると、腕の上げ下げが困難になる肩関節周囲炎、いわゆる五十肩を引き起こします。

これらは、関節液中のヒアルロン酸の減少によって、軟骨の変性や萎縮が起こり、関節内の滑らかさや潤滑が損なわれたためであるとされています。

▶ ヒアルロン酸のこれから

最近、ヒアルロン酸は健康食品、化粧品、医薬部外品の添加物や医薬品の各分野で使用されています。赤ちゃんの肌が保水力に満ち、みずみずしく張りがあるのはヒアルロン酸を多く含んでいるためなのですが、これはヒアルロン酸が細胞と細胞の間に多く存在し、皮膚表面の水分保持やクッションのような役割で、肌の張りを保ち、また、皮膚の乾燥も防いでくれているということなのです。また、点眼剤として、保水力や粘着力、弾性力を持つヒアルロン酸の特性が活かされたものもあります。

カラダの中のヒアルロン酸は加齢とともに減少していき、特に皮膚では40歳を過ぎる頃から減少すると言われています。このようにヒアルロン酸は、老化に伴ってカラダの各部分で減少していくので、ヒアルロン酸を日常の食生活の中で補給する努力が望まれます。

