

「プレスネット」(vol. 881)

平成 29 年 11 月 2 日掲載



角谷 哲司  
(医師)

ヒトの一生は母親の胎内から始まります。

胎児は、母親の胎内で両親の遺伝情報(遺伝子)の下に母親が取る栄養で体をつくり、母親が呼吸した酸素で呼吸しながら発育しま

## 健やかに美しく

### 運動や良い食生活で細胞をリフレッシュ

常児となつて生まれることも。本来ならば男児になるべきYという性染色体を持ちながら、母親の老齢に加えて重症な貧血があつたため、Y染色体が働かず女性化して生まれた「XY女性」が報告されています。

胎児期に母親の栄養状態が悪いと発育が遅れた状態で生まれ、出生後に栄養のバランスが悪いと体が弱くホルモンのバランスが乱れる更年期のころに細胞の老化が著しく、遺伝性のがん、糖尿病、高血圧などの成人病を

も出来ず。細胞が元気で活発に増殖している間は異常な細胞が出来ても正常細胞に囲まれて死にます。しかし、細胞が弱つてくると異常細胞が生き残りがんととなります。

細胞に酸素が供給されないと細胞は死にます。血行を良くして体の隅々まで酸素を送り、細胞に活力を与えるには適度な運動が有効です。

す。遺伝子に大きな異常があれば肢体の不自由な子ども、小さな異常では正常児として生まれ細胞が弱る更年期のころにその異常が現れます。

母親が35歳以上になると、年と共に不妊になり、妊娠しても染色体分裂に異常をきたし異常児が生まれる頻度が高くなります。例えば、ダウン症候群など。分娩は母親が若くて元気なうちに終えることが望まれます。

発病します。なお、20歳ころまでに乳製品を十分取ることで骨が伸びて背の高いヒトになります。

体の細胞は毎日、何千何万とつくり換え、古い細胞と入れ替わっています。多くの細胞の中には時に異常な細胞

広島大学マスタースは、広島大学を退職した教職員を対象にした講座も行っていきます。  
【問い合わせ】  
kazuwp@hiroshima-u.ac.jp(渡部)