

1 導入短論説：肺は健康長寿のかなめ —美肺延年のすすめ—

The pivotal role of the lung in achieving healthy longevity
—Enjoy long life with beautiful lung—

福地義之助

Yoshinosuke Fukuchi
順天堂大学

Key Words

- スマートエイジング
- 老化遺伝子
- 老人肺
- 美肺延年
- 調息加餐



福地 義之助

順天堂大学名誉教授

1964年 群馬大学医学部卒業

1966年 東京大学医学部老年病学教室

1986年 同助教授

1996年 順天堂大学医学部呼吸器内科教授

2014年 順天堂大学名誉教授

日本呼吸器学会理事長、アジア太平洋呼吸器学会 (APSR) 会長、日本老年医学会会長を歴任。欧州呼吸器学会名誉会員、日本呼吸器学会名誉会員、日本老年医学会、日本老年医学会名誉会員

✉ yfukuchi@tea.ocn.ne.jp

Summary

This short introductory review aimed to offer some reappraisal of definition of our attitude to understand what is preferable measures to cope with deleterious effect of aging. An concept of smart aging should be developed in order to tackle with difficult task to overcome continuous loss of physical as well as cognitive capacity through long life span. In view of mounting evidence to convince us that genetic dependency of longevity is utmost 30 % or less, epigenetic factors are vital and most significant to achieve healthy longevity. The lung is characterized by direct contact to environments through open airways. Furthermore it has vast air space making the organ very sensitive target (mirror) for both outside and inside milieus of human body. Thus “Live long with beautiful lungs” should be reminded to protect the lung from environmental insults to enable every one enjoy healthy longevity.

■ 加齢と老化の考え方

加齢 (aging) は、生誕から死亡に至るすべての時間の経過に伴う事象の総称であると理解できる。したがって、徐々に機能が低下して死に至る加齢後半期の過程を特異的に指す用語としては、生後の発達、成熟を経て身体機能が頂点に達するまでの加齢の前半期をも含む加齢ではなく、老化 (senescence) をあてるのが学術用語としては本来的な整合性があると考え

る。この意味で、高齢者に生じる肺の形態や機能が明らかに老化の影響を受けている場合に老人肺 (senile lung) と呼ぶことは受け入れられている。高齢者では、すべての人に生じる普遍的な生理学的加齢 (physiological aging) に加えて、環境要因や疾患など個別的な外的障害因子が惹起する病的加齢 (pathological aging) の両者が存在すると考えることが、長い時間軸を考慮すれば妥当であろう。実際には、臨床的に診断可能な病的加齢変化とされる