



HGH

加齢による衰えを防いだり、
予防するのではなく若さそのものを
取り戻す奇跡のサプリメント

奇跡の若返りホルモン

HGH

(成長ホルモン)

定価 525円(税込)

発行/図書出版株式会社

50歳の女性が30年前の美貌とスタイルを取り戻すHGHサプリメント

60歳の男性がミスター・フィジカル・フィットネスUSAの栄冠に輝く。50歳の大学インストラクターがモデル時代の美貌とスタイルを取り戻す。

高齢者が再びセックスに関心を寄せる。そして、これらは、ヒト成長ホルモン(HGH)をサプリメントで内服し、その恩恵を受けた高齢者が主張するいくつ

かの例にすぎない。

HGHは成長期のヒトの体内に自然に存在するホルモンであり、成長とともに減少していくものである。HGHサプリメントを飲んだ人々は、体調、活力や幸福感の著しい改善に気づく。そして、いくつかの新しい研究とともにHGHの利点はさらに増えつつある。

若さのマスターホルモン

HGHは小人症の子供に対する特効薬で、過去30年以上にわたり数万の患者たちをこの病気から救ってきたことはよく知られている。

これに次ぐHGH療法の大きな利点が高齢者で見られる。年をとるにつれてHGHは減少し、次のことが生じる。太り過ぎる、筋肉がたるみ弱くなる、無気力になる、セックスに対する興味がなくなる、不眠になる、集中力・記憶力が落ちる、疲れやすくなる、そして一般的に人生への興味を失う。

これらのいわゆる老化のサインをHGHはひっくり返すことができる。

確かに、世界中で行われた2万近くの臨床研究がHGH療法の幅広い薬理学的効果について立証しており、右のような幅広い効果がHGHにはあるといわれている。



若返り効果を実現 奇跡のホルモンHGH (成長ホルモン)

※HGH — Human Growth Hormone
直訳 — ヒト成長ホルモン。本文中では成長ホルモンまたはHGH

HGHはどのように作られるか?

ホルモンとは化学伝達物質であり、身体のある部分で作られ、他の臓器に働きかける。ホルモンがいったん標的器官へ到達すると、レセプター（受容体）と呼ばれる特別な接合部位に結合し、そこで特異的な代謝活動を刺激する。ホルモンはセックス・生殖、成長・発達から代謝や気分まで、人間の機能のあらゆる面にかかわる。

HGHは脳の中心に位置する下垂体で作られる。ソマトトロプ（ソマトロピン産出細胞）と呼ばれる下垂体細胞



世界の人々はHGH飲用で、より元気に長寿の社会を満喫している。



HGHは脳内で抗うつ剤のように作用し、記憶と認知機能の低下を改善する。脳梗塞や肺疾患にも有効。

はHGHを作る。下垂体における細胞の50%がソマトトロプであり、そこで作られるHGHは、下垂体で作られるホルモンの中で最も豊富なものである。

研究者たちは、長い間気づいてはいたが、HGH産生のピークは思春期の急成長期に一致し、それゆえにヒト成長ホルモンという名前がついた。

HGHの分泌は爆発的または瞬間的に、睡眠2〜3時間後に生じる。実際、「寝る子は育つ」という古いことわざはこの事実に基づいているように思われる。



なめらかで張りのある肌を即効的に回復させる

HGHの分泌促進



HGHサプリの毎日の飲用習慣で活動レベルを高く保ち主要臓器（内臓）を再成長させる。集中力を改善する。



HGHの毎日の飲用で66%が肌のキメ細やかさを、皮膚の厚さ、弾力性が増し、シワが減った。目の下の脂肪は消え、たるんだ顔の筋肉は引き締まった。



HGHは筋肉量を増加させ、体脂肪を減少させ体型を若返らせる。

HGHは米国食品医薬品局（FDA）が認可している薬である。1996年8月、FDAはHGHの成人への使用を認可した。これより以前では、HGHはHGH欠乏の子供に対する成長促進にのみ使用が認められていた。新しい適応は、下垂体疾患、視床下部疾患、外科手術、放射線治療、外傷によるソマトロピン（成長ホルモン）欠損症（SDS）である。

低用量HGHもしくはIGF-1は下垂体機能不全（生体に必要な量のHGHもしくはIGF-1を放出できない）に対して適

応があることから、実質的にFDA承認はHGHを使ったアンチエイジング療法に及んでいる。

加えて、身体活動の低下や元気のなさ、心血管疾患のリスクが高まるというようなSDSの徴候は、HGHが低下している高齢者で見られるものと確かに同じである。

成人に対するHGH使用サプリメントをFDAが承認しているということは、HGH欠乏の高齢患者にHGHが処方されるかもしれないということである。

HGHはどのように老化現象を抑えるか？

1990年7月5日、HGHを用いた研究のバイオニアであるダニエル・ルードマン博士らは、権威ある『ニューイングランド医学ジャーナル』に投稿した論文で新たな医学史を切り開いた。それは、高齢男性にHGHを使用した初の臨床研究であった。

この中で、61～81歳の男性12人に対してHGH注射を6カ月間行い、年齢の合致した対照群と比較した。結果は速報で全世界に報じられた。ホルモン注射により、特にダイエットや運動をしなくても平均8.8%体重が減少し、14%の脂肪が減った。彼らの皮膚は厚く固くなり、脊椎の骨量も増えた。

言い換えると、HGHは、締まりがなく、もろく、脂肪でふくらんだ彼らの身体を、より滑らかな、より強い、より若い身体に変えたということである。保守的な医学専門誌でめったに使用されない言葉で研究者がこう述べた。「除脂肪体重と脂肪組織塊に及ぼすHGHの6カ月間投与の効果は、10～20年の老化で起こる変化と同じくらい大きな変化であった」。

全ての動物において、加齢とともにHGHは減少する。ヒトにおいては、21歳から31歳までの10年間で14%程度のHGH量が減少する。60歳までには半分まで減少することになる。数値でいえば、われわれは20歳でHGHを1日500 μ g(1 μ g=百万分の1g)産生

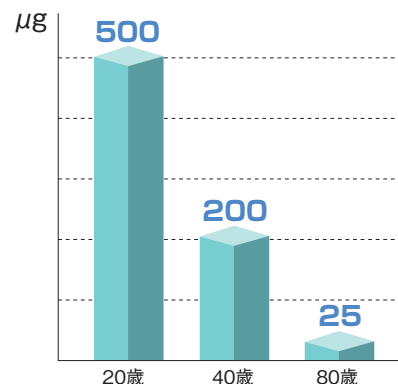
しており、40歳で200 μ g、80歳で25 μ gである。

最も新しい研究によれば、老化がHGH低下を引き起こすにもかかわらず、それは回復可能で、永久的ではない。ポーランドのソナタック教授らは、加齢によるHGHの分泌低下が回復することを実験で証明した。



HGHが多く分泌されるとウエスト回り、腹部の体脂肪が、運動なしで減少する。

HGH 1日の平均産生量



HGHの精神的、肉体的幸福への影響

下垂体の腫瘍や病気または下垂体を切除されたためにHGHをほとんど分泌できない人々はよぼよぼの老人のように見えることが多い。

ある研究によると、そのような患者には一貫したパターンがある。精神心理学的症状として以下のことがあげられる。

すなわち「体力や活力、仕事量の低下などで幸福感が欠如する」、「気分は変わりやすく、怒り、うつなどの感情障害がみられる」、「社会的にさらに孤立化する」などで、重要な肉体的徴候としては、「体脂肪、特

にウエスト周り(洋梨型よりむしろりんご型)の増加」、「筋肉量の減少」、「細くて、しわがよった、老けこんだ皮膚」である。

エール大学のシルビオ・インツッチ氏が1997年1月15日に発表した論文によると、「成長ホルモンの欠乏は、今や正式な臨床症候群と認識され、筋肉量減少型、体脂肪(内臓脂肪優位)型、運動能力低下型、骨量低下型、脂質以上型、幸福感欠如型に分類され、解釈のしかたによっては、これらの所見、症状は老化の症状とほとんど同じである」としている。

HGH欠乏は寿命を短くする

スウェーデンのゲーテブルグにあるサルグレンスカ病院のベント=エイク・ベントソン医師らが1956～1987年までの約30年間に下垂体機能不全と診断した333人の患者を対象として研究を行った。これらすべての患者はコルチゾン、甲状腺ホルモン、性ホルモンなどの下垂体ホルモン補充療法を受けていたが、唯一、HGHホルモンだけは補充されなかった。

その結果、HGH欠乏患者の死亡率は2倍であった(年齢・性別を合致させた一般人口の死亡率57に対して107)。主な死因は心疾患で、一般人口31に対して約2倍の60であった。



生活の質を改善する

スウェーデン、デンマーク、英国で行われた3つの先駆的な研究に次のようなものがある。それは、下垂体機能不全のためHGH分泌が少ない成人に、HGH補充療法を4～6カ月間行ったところ、身体組成、心機能、運動能力、腎機能と生活の質に有益な影響が認められたというものだ。

ベントソンはまた、HGH療法後12～18カ月で骨密度が増加したことも示した。

最も著名な影響のいくつかは広い意味で「生活の質」と定義されたものであった。これらの患者のノッチング健康プロフィール質問票のスコアは、治療前に患者の多くが自尊心の低下、不安、憂うつなどの問題を解決しようと奮闘していたことを示す。ベントソンはこれらの患者をまるで「ゆっくり動くゾンビ」だと形容した。しかし、短期間のHGH療法後には夜と昼ほどの明らかな違いがあった。

「われわれはこの現象をラザロ効果（訳者註ラザロとはイエスの力により死から復活した男）と呼んだ」と彼は言う。「われわれは彼らを呼び起こした。それは一部の患者にとってみればバットで殴られたかのようなことで、彼らの生活はほんの数週間で変化したのだ」。

患者の治療効果を判定した精神科医リナ・ウィレン博士によると、その治療はプログラムに参加したすべての患者の

生活を変え続けた。「誰も治療をやめたがらない」「患者本人がそう言わなくても、その妻子、友人がそう言うのである」と彼女は言う。

ベントソンの意見としては、6カ月間のHGH療法が体重と脂肪組織を10～20年、若返らせ、老化現象を巻き戻すに等しかった。



ノンレム睡眠の回復（特に高齢者に多く見られる）。高齢者にとって睡眠は最重要であり、健康、長寿の鍵ともいえる。眠りについてから1～2時間後にHGHが分泌されます。



HGHは特にダイエットや運動をしなくても平均8.8%体重が減少し、14%の脂肪が減った。



HGHサプリでほんの2～3週間で劇的に変化。老化現象を巻き戻したように活発な行動力を回復した。

競技者へのHGHを投与

クリストの研究の前にロバート・カール博士は健康な成人競技者へHGHを投与していた。カールはカリフォルニア州サン・ガブリエルの家庭医であるが、およそ8千人の競技者へ彼流の方法で処方した。

カールはわずか3～6週間HGHを患者へ投与した。その結果、ボディビルダーはその効果が12カ月間続いたと主張した。

またカールによると、あるアスリートは6週間で脂肪が減少したのと同時に筋力が18kgも上がった。なかにはかなり身長が伸びた者もいた。HGHを投与した29～52歳の150人は、6人に1人の割合で身長増加が認められ、約

1.9～2.5cm伸びた。さらに若い20代の若者ではこれ以上の伸びがみられた。

カリフォルニア州ニューポートビーチのジュリアン・ホワイトティカー博士は高齢患者にHGHを処方しており、自分自身にも投与している。彼は「ここ20年間、栄養剤や若返り薬を試したが、HGHほど劇的に効果がある薬はなかった」と言っている。

彼の意見では、HGHが筋肉の消耗する慢性疾患、例えば脳梗塞、慢性閉塞性肺疾患やAIDSなどに最も有効で、重症のやけどや手術後の患者に投与すれば、その皮膚や臓器を再生させ、もとに戻すことができるという。



HGHの効果は競技者に筋力の増加、脂肪の減少。29～52歳・150人は6人に1人が身長が約1.9～2.5cm伸びた。20代の若者はさらにこれ以上の身長が伸びた。

HGHはどのように病気や老化と闘うのか？

HGHで免疫力アップ

HGH療法は、一般的な病気や老化による症状を予防したり改善したりするかもしれない。実際、HGH刺激を含むHGHは健康維持に最も効果的であり、80代、90代、それ以上の人々に活力を与える可能性がある。

思春期では、免疫系は頂点に達し、加齢による変化を考慮すると最も強い抵抗力をもつ。いったん、胸腺免疫器官が萎縮（退縮）し始めると、40代までにしわしわになり、胸腺が萎縮し始める時期とがん、自己免疫疾患や感染症などの病気にかかりやすくなる時期は一致する。

アーバナ・シャンペーンにあるイリノイ大学の免疫学者キース・ケリー博士は、1985年にHGH分泌細胞を老齢ネズミの萎縮した胸腺に注入したところ、胸腺が若いラットのように大きくしっかりと再成長することを発見した。ケリーの研究はイスラエルの研究者たちによっても確認されている。

彼らは、ウシ成長ホルモンを用いてネズミの萎縮した胸腺を改善させ、イヌにおいても同様な結果を得たのである。HGHで改善する免疫活性は次のとおりである。

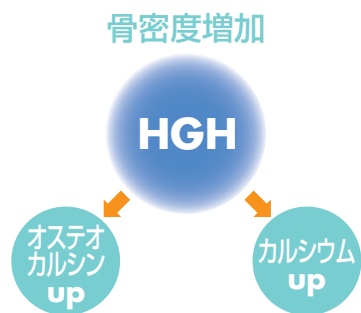
- 新しい抗体の産生
- T細胞、インターロイキン2の産生促進
- 病気と闘う白血球の増殖活性の上昇
- 抗腫瘍ナチュラルキラー細胞の増加
- 細菌に抵抗するマクロファージへの刺激
- 好中球の成熟促進
- 新しい赤血球産生の促進

最近の研究では、HGHは骨髄移植後のネズミで新しい赤血球と白血球の比率を高めることが明らかになっている。国立がん研究所の研究者たちは、HGHは骨髄移植を受けたがん患者の新しい細胞を成長させるであろうと結論づけた。

骨を作る

スウェーデンの研究によると、23～66歳のHGH欠乏患者44人にHGH療法を2年間行ったところ、股関節と下部腰椎の骨密度が明らかに増加した。

骨形成マーカーであるカルシウム、オステオカルシンと、2種類のコラーゲンの増加を認めた。研究者たちは患者たちの骨密度が健常対照者と同等となったため、彼らの骨折リスクは低下したと判断した。



心臓を救う

2002年4月、英国、マンチェスターにあるクリスティー病院のチームは、67人の成長ホルモン欠乏成人に対して低用量の成長ホルモンを投与した。彼らは次のことを発見した。

- 総コレステロール、LDL、中性脂肪、総コレステロールに対するHDL比が明らかに改善した。
- 成長ホルモン療法の開始で、最も有害な脂質異常が著しく改善した。

その結果、「成長ホルモン欠乏成人の生活は成長ホルモン補充療法により、これらの変化は回復した」と結論づけた。

2002年6月、カナダのトロント大学の研究者が成長ホルモン欠乏の67人の男性と48人の女性に6カ月間HGHを投与した。この治療の結果は次のとおりであった。

- 体重が2.1kg増加した。
- 脂肪が2.8kgまで減少した。
- 左心室収縮能が著明に改善した。
- 駆出率が明らかに改善した（正常に近づいた）

この研究班は、「成人に対する成長ホルモン補充療法が体重増加や心機能改善に好影響を与えること」を明らかにした。

脳神経機能を改善する

HGH補充療法はエネルギーレベルを上げ、ノンレム睡眠を改善し、気分をよくする。数年前、スウェーデンの科学者チームは、HGH補充療法がなぜ多くの人の気分をよくさせるのかを発見した。HGHは脳内で抗うつ剤のように作用し、神経伝達物質であるβ-エンドルフィンのレベルを上げる。

それは、脳内麻薬といわれ、興奮に関係するドーパミンレベルを下げる。他の報告によれば、HGHはストレスを減らし、集中力を改善し、自尊心と自信を築き上げる。

HGHはうつにおいても役割を果たしているようで、1998年の報告によると、うつ状態の人はそうでない人に比べると睡眠当初の3時間でのHGH分泌レベルが著明に低下しているという。

HGHは、記憶と認知機能の低下を改善することができる。オランダの研究によると、HGHの欠乏が直接的に、映像的記憶（瞬間的な情報処理能力）、短期記憶、長期記憶や手と眼の協調のような知覚運動能などの障害に関係している。

脳に対するHGH療法のもう一つの利点としては、ノンレム睡眠の回復（特に高齢者にみられる問題）と、逸話的な報告ではあるが、遠近視力、夜間視力の改善がある。

アセチルコリンやノルアドレナリンの神経伝達物質が減少するアルツハイマー病に対してはHGHがその伝達を刺激する。多くの研究者たちは、HGHがアルツハイマー病の治療に有用であると主張している。

肺機能を改善する

HGH投与は心肺機能に有効であるとされる。すなわち、運動能力を上げ、最大酸素摂取量を増加させ、1回心拍出量(心臓から全身に送り出す血液の量)を増やす。

HGH投与により1秒率(1秒間に肺から強制的に吐き出すことができる呼気量)を改善する。

チャペル・ヒルにあるノースカロライナ

大学の内分泌科科長、デービッド・クレモンズ博士は高度の閉塞性肺疾患患者にHGHを3週間投与したところ、明らかに、最大吸気量が平均10~12ミリ水銀も増え、最大呼気量も増加した。HGHは肺気腫などの閉塞性肺疾患に期待のもてる治療であるとクレモンズ博士は確信している。

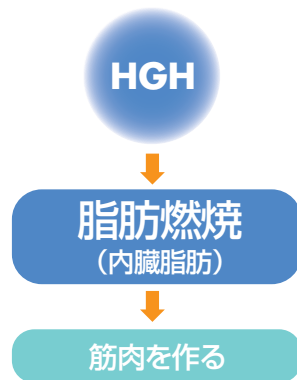
体形の若返り

HGHは減量のための手段ではない。体形を整え、脂肪を燃焼し、筋肉を作るのである。さらによいことには、最も大きな減量が内臓脂肪で起こるが、内臓脂肪は高齢男女の悩みのもとであるだけでなく、心臓発作の危険性を増加させるマーカーでもある。下垂体機能不全の成人に対するHGH治療のどの研究でも、普通の高齢者と同様、HGH補充療法は脂肪を減らした。

ロンドンのトーマス病院で行われたHGH欠乏成人24人に対する6か月間の偽薬対照試験で、ホルモンを投与された群は平均5.7kgの脂肪が減少し、平均約5.5kgの体重が増えていたため、正味の体重に変化はなかった。

60~81歳男性に対するロードマンの研究では、治療6か月後に、治療を受けた群は平均8.8%体重が増加し、平均14.4%脂肪が減少した。この体重増加には腰椎の骨密度の増加1.6%、肝臓と脾臓の増大がそれぞれ19%、17%含まれる。

HGH療法は今まで発見された中で最も効果的な除脂肪治療の一つかもしれない。肥満女性の偽薬対照二重盲検交差試験において、HGH療法により平均約2kg以上の脂肪が減少し、このほとんどが腹部の脂肪だった。ほとんどのダイエットでは脂肪とともに筋肉も減少させるが、この研究では女性の除脂肪体重は3kgも増加していた。



肌を若返らせる

HGHは、実際に、人を若返らせるといわれる唯一のアンチエイジング療法である。高齢者の肌は紙のように薄くなり、堅さや張りがなくなる傾向にある。

しかしながら、高齢者を対象にHGH補充療法を6か月間実施したラッドマン博士の先駆的な研究では、皮膚の厚さが実際に7.1%増加した。またHGHを6か月間投与した202人の自己評価では、66%以上が肌のきめ細やかさ、皮膚の厚さ、皮膚の弾力性が改善したと報告し、そのうち61%でしわが減り、38%に新しい髪が生えたという。

患者は、通常、数週間の治療で変化に気づき始める。細い線が消え、深いしわは薄くなり、顔の脂肪は減った。その結果、眼の下の脂肪は消え、顔の筋肉が引き締まり、皮膚がより強くなったという。

また、HGHによって皮下にある新しいタンパク質合成が増加した。コラーゲンとエラスチンは表皮の基礎となる。

HGHによって皮膚の張り、弾力が回復した。

それは若い肌の特徴であり、ピンチテスト(皮膚をつまむテスト)をしてもすぐに跳ね返り、よりよい緊張とたるみの減少がみられるようになった。



皮膚のハリ、弾力がよみがえり、シワが減る。

性機能を強化する

男性機能の低下は体内におけるHGH分泌の低下と並行する。思春期がHGHレベルと性的能力のピークで、80代までに確実に低下し、75%の男性は勃起することができなくなる。

臨床研究はないが、HGHとその機能に注目すると、下垂体疾患によるHGH欠乏患者では性欲と性機能が低下している。ノッチング健康プロフィールにおける彼らの反応によると、HGH補充療法後、彼らは性機能と性行動が向上する

ことを経験している。

ミルウォーキー州ウイスコンシン医科大学で行われた320人の高齢者を対象としたHGHの臨床試験では、男性の76%で性的能力と性交の頻度が増し、62%で勃起持続時間が延長したという。事実、アンチエイジング目的でのHGH使用者では、男性でも女性でもほとんどすべての人で、性欲と性機能が改善したと報告されている。

アミノ酸5種バランス配合で大幅なHGH(成長ホルモン)を分泌促進させます。これだけの効果を短期間で実感するのは、他にありません。

今では安全で安価なHGHサプリが主流。いままでに実感した事のない若返り効果が今、すぐ実現する時代となりました。

HGHは長寿の切り札となりうるか？



HGHサプリメント飲用がもっとも安価で簡単に継続しやすい。

行動、生活の質、寿命が大きく改善

HGHは長寿の切り札のようである。最も確実な寿命延長の方法はカロリー摂取の制限された動物の実験から得られる。よく行われる実験で、カロリーを制限された動物が最大寿命を満喫した。それはその種の平均寿命の2倍以上であり、これをヒトの寿命にあてはめるとおよそ160歳の寿命に等しい。

ノースカロライナ、ウィンストン・サーレムにあるウェイクフォレスト大学ボー

マンクレイ医学部のウィリアム・ソントッグ博士は、カロリーを制限した動物のHGHとIGF-1がどのように分泌されているか研究した。

通常、年をとるとHGHとIGF-1の量はタンパク質合成とともに減少する。それにもかかわらず、ソントッグらはこれらの動物でまったく逆の結果が出ていることを発見した。

中程度の食事制限を加えた若いネズ

ミでは成長ホルモンの分泌が低下したが、そのネズミが26カ月(ネズミではかなり高齢)になった時点で若いネズミと同様の分泌量に増加していた。

HGHは過去30年にわたって子供の小人症を克服してきたが、今、再び次の10年にわたってもすばらしい薬であることが証明され、成人に対するアンチエイジング療法での応用が大いに期待される。

健常高齢者におけるHGH補充療法の大規模臨床試験では、HGH補充療法により、「行動、生活の質、寿命に関連した諸々のことが改善したようである」と、ミルウォーキーのウィスコンシン医科大学神経内科教授、L・キャス・テリー博士は言う。テリーはこの治験を1996年12月に開かれた第5回米国



男性機能の低下はHGH分泌低下と並行する。HGH分泌促進させることにより男性機能が劇的に改善される。

アンチエイジング医学会(A4M)学術会議で報告した。

テリーによれば、最も大きな効果はHGHが最も欠乏している人にみられた。この研究は900人以上の患者のうち自己評価質問表に回答した320人(このうち200人が医師であった)の解析に基づいたものであった。39~74歳の患者たちは平均191日間治療を受けた。患者たちが自己管理しており、テリーはその治療前後のデータを解析した。

テリーはまた、総コレステロールと中性脂肪が男性でも女性でも明らかに低下したことを発見した。筋肉や体脂肪でも目を見張る効果があり、88%で筋力、筋肉のサイズ、持久力が改善し、72%で体脂肪が減ったと報告した。

IGF-1値は治療前の平均値239から治療後の平均値385と、61%も増加した。さらに76%で性的能力と性交の頻度が増加し、84%で体力増強、80%で人生に対して前向きになり、73%で病気に対する抵抗力が増加、73%で肌の張りが改善、67%で情緒が安定、64%で記憶力が改善したと報告した。

HGH使用は自分の状態をよく見極めて医者による治療(注射)やHGHサプリメントを使いわけることによりライフスタイルに合わせた使用で長期続けることをすすめる。