

研究者访谈

(公益财团) 路易巴斯德
医学研究中心
理事长 吉川 敏一 医学博士



2020No.2

Q1

我国迎来超老龄化社会后，如何延长国民健康寿命成了一项重要课题，那么水到底具有怎样的重要性呢？

A1

生命离不开水，但是随着年龄的增长，细胞中的水分会逐渐减少。另外，人到了老年一代摄水量也会逐渐减少，很多人会处于隐形脱水状态。细胞和脏器中含有适量的水分可保持健全的代谢功能，进而可维持人的健康寿命。还有一个不可忽视的事实是，罹患埃博拉、霍乱及最近流行的新型冠状病毒等传染病患者皆会因为脱水症状而亡。建议大家饮用健康效果已得到证实的碱性离子水。

Q2

碱性离子水对胃肠症状的改善效果已得到证实，最近的研究结果表明，碱性离子水可增加肠道菌落中的益生菌（双歧杆菌），减少有害菌。另外还发现碱性离子水可抑制口腔内有害菌的生长。我想这些也是延长健康寿命的重要信息，您觉得呢？

A2

口腔和胃肠的健康对维持机体健康起到至关重要的作用。对老年一代的健康来说尤为如此。

Q3

碱性离子水对消化管粘膜会带来怎样的影响？

A3

从消化内科的专业角度来讲，可考虑以下几点。我们发现长期持续饮用碱性离子水可提高胃粘膜的强度，那么对肠管粘膜有着怎样的影响我很有兴趣。益生菌增加，有害菌减少的这一现象并不是碱性离子水直接作用于肠道菌落所带来的结果，我想可能另有原因。如果能找到实验方法这将会成为一项重要的研究课题。

采访：2020年3月25日