

ぺんぺん草(ナズナ)は白内障も予防する



ナズナ、別名：ペンペン草。学名：*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medic
アブラナ科 ナズナ属。「春の七草」の一つ。花期は春から夏(3-7月)。
開花期の全草を天日乾燥したものは生薬として、薺(せい)または薺菜(せいさい)と呼ばれる。

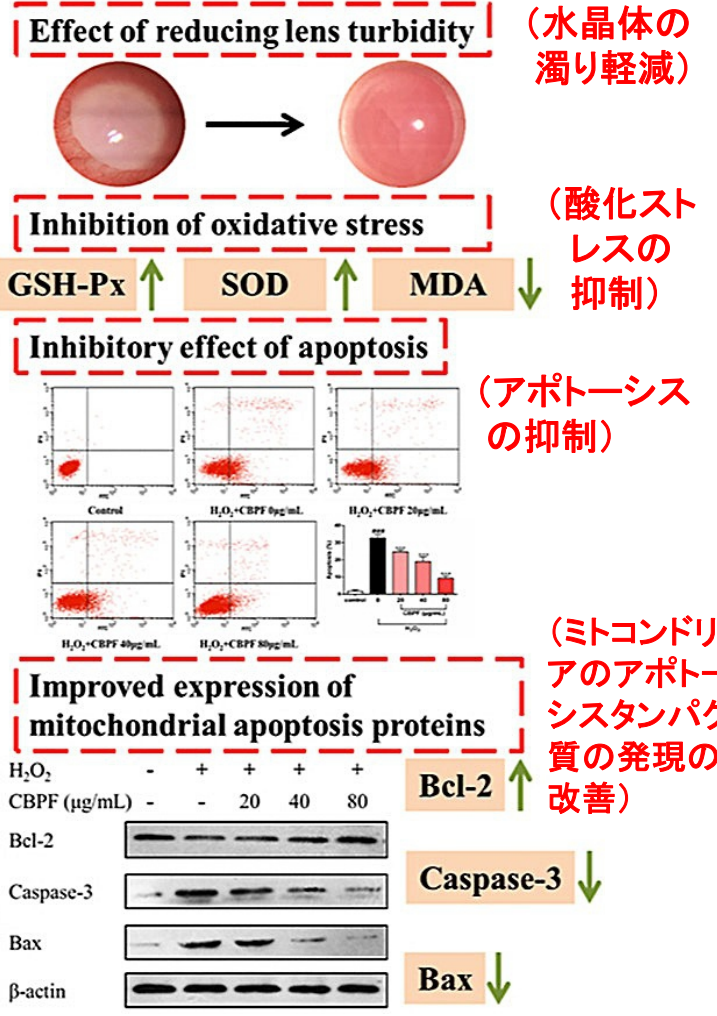
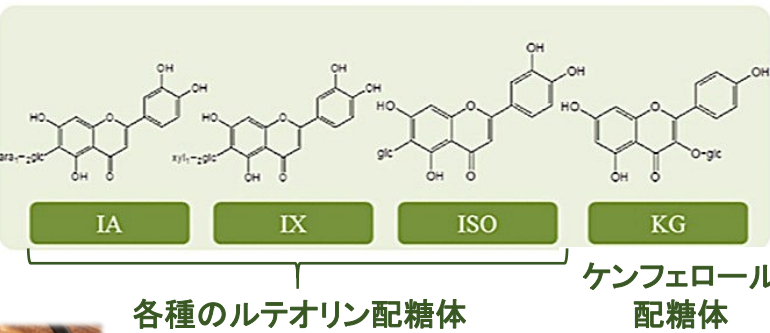
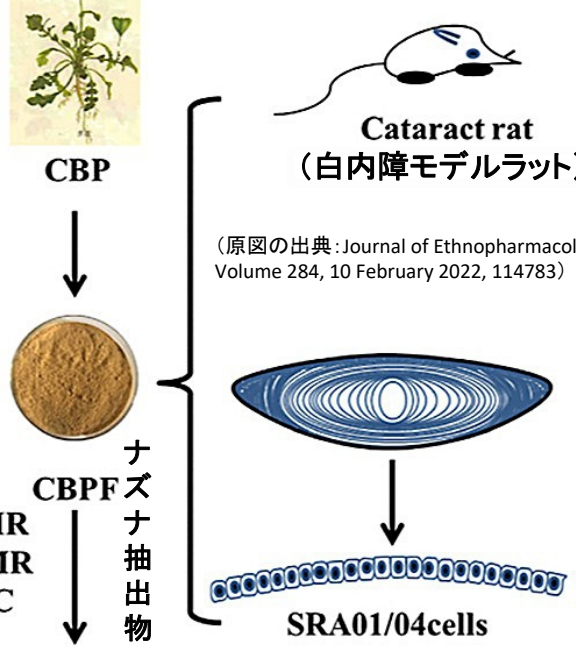
新たに発見された効能：**水晶体の濁り低減、酸化ストレスの抑制、水晶体上皮細胞のアポトーシスの抑制** ⇒ 白内障の予防



その他、近年に発見された効能：**抗がん作用、抗炎症作用、抗酸化作用、抗菌作用、肝保護作用**など
生薬として古くから云われてきた効能：**利尿作用、副交感神経刺激、それらによる高血圧の改善、慢性腎炎の改善、浮腫の解消、目の充血の解消、動脈硬化の予防、腸や子宮の止血、鼻血の止血、解熱鎮痛、便秘の解消、皮膚に対する抗炎症・抗酸化作用・抗菌作用**など



Capsella bursa-pastoris (L.) Medic



<作成: stnv基礎医学研究室>

ナズナの抽出物は、白内障モデルラットのレンズ内のGSH-Px(グルタチオンペルオキシダーゼ)、およびSODレベルを増加させ、MDA(マロンジアルデヒド)のレベルを減少させることによって、**白内障の発症を大幅に軽減した**。
また、ナズナの抽出物は、水晶体上皮細胞におけるBcl-2タンパク質の発現を増やすと共に、Caspase-3およびBaxタンパク質の発現を減少させることによって、水晶体上皮細胞のアポトーシスを抑制した。この機序も、健全な水晶体を維持するために不可欠のものである。