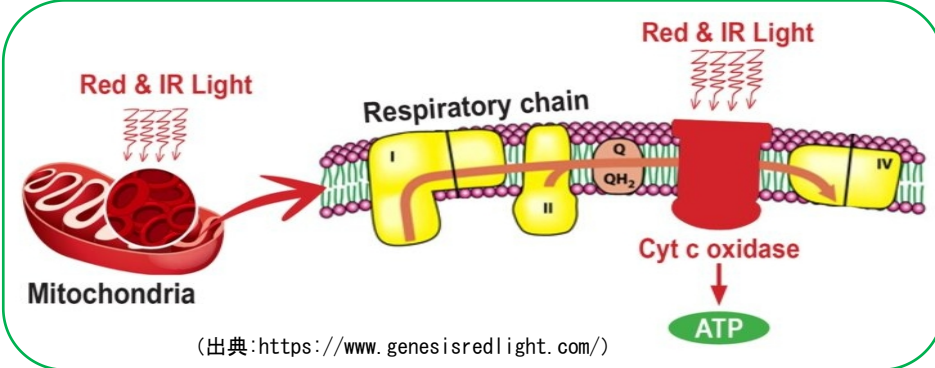
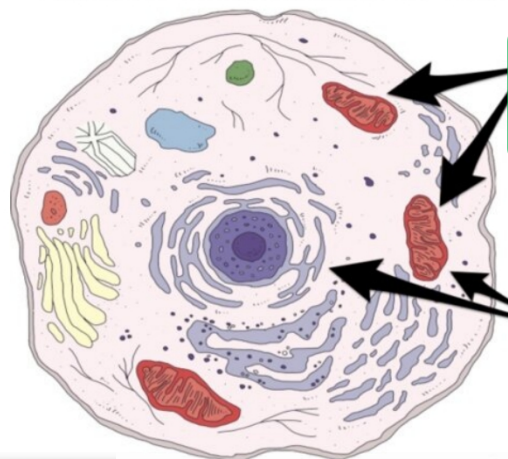


今日も一日頑張った。赤い光は一日の終わりを告げると共に、細胞レベルでの修復作業を開始する信号として使われている。



TWO KEY MECHANISMS OF RED/NIR LIGHT THERAPY



MECHANISM #1  
Increased mitochondrial energy production

MECHANISM #2  
Hormesis - Building up the cell's anti-oxidant and anti-inflammatory defense systems

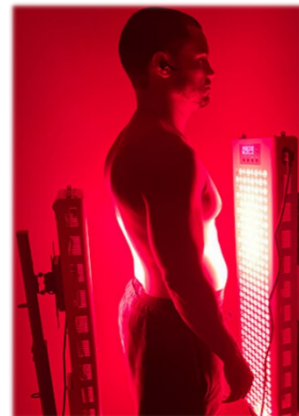
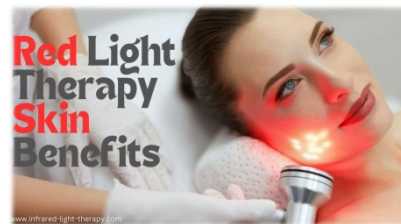
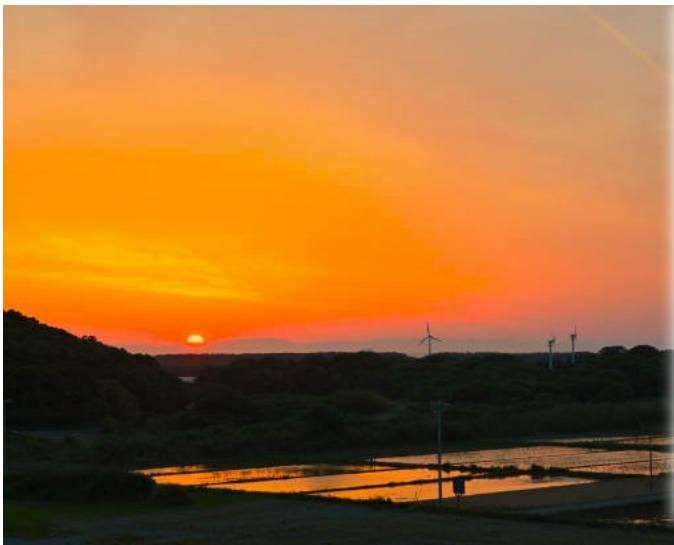
(出典: <https://www.genesisredlight.com/>)

1. 赤色光と近赤外光の光子が、光受容体であるシトクロムcオキシダーゼ（電子伝達系の複合体IV）に当たると、ミトコンドリアにおける酸素利用能が高まるため、ATPの産生量が増加する。
2. ホルミシス効果によって、細胞の持つ抗酸化や抗炎症のシステムが構築される。

- 肌の老化、しわ、セルライトと戦い、10歳若く見える
- 脂肪を減らす(食事と運動のみの約2倍)
- 慢性炎症を体から取り除く
- 老化の原因となる酸化ダメージと戦う
- 回復力、パフォーマンス、筋肉量の増加
- 痛みの軽減      • 脱毛対策
- ストレスに対するレジリエンスを細胞レベルで構築する
- 骨の治癒と傷/怪我の治癒をスピードアップ
- いくつかの自己免疫疾患と闘い、ホルモンの健康を改善する
- 脳の機能と気分を最適化する
- 倦怠感を克服し、エネルギーレベルを向上させる

赤色光〜近赤外光に期待できる効果

(出典: <https://www.genesisredlight.com/>)



<作成: stnv基礎医学研究室>