

# 運動中の筋肉から出る主要なマイオカインの全貌

動物は「動く物」であるため、動かなくなるとマイオカインが分泌されなくなり、病気の後に死亡する

FSTL-1は、内皮機能とアテローム性動脈硬化性血管の血行再建に有益な効果をもたらす

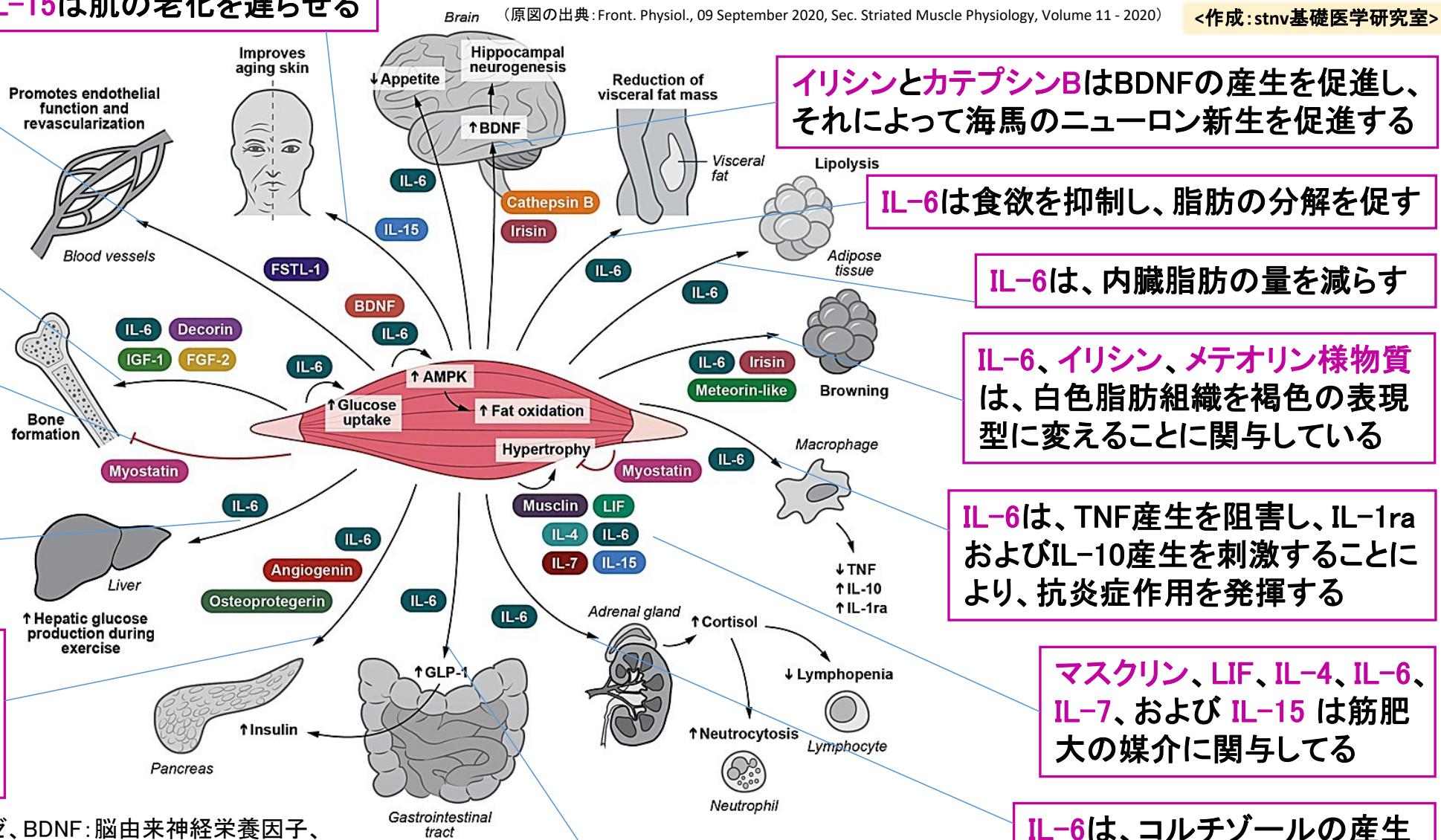
IL-6、デコリン、FGF-2、IGF-1は骨形成にプラスの影響を与える

ミオスタチンは、過剰な筋肥大や、過剰な骨形成を防ぐ役割を果たしている

IL-6は、運動中のグルコース取り込みと肝臓のグルコース出力を刺激する

オステオプロテゲリン、アンジオゲニン、およびIL-6は、炎症性サイトカインに対するベータ細胞保護作用を持っている

IL-15は肌の老化を遅らせる



イリシンとカテプシンBはBDNFの産生を促進し、それによって海馬のニューロン新生を促進する

IL-6は食欲を抑制し、脂肪の分解を促す

IL-6は、内臓脂肪の量を減らす

IL-6、イリシン、メテオリン様物質は、白色脂肪組織を褐色の表現型に変えることに関与している

IL-6は、TNF産生を阻害し、IL-1raおよびIL-10産生を刺激することにより、抗炎症作用を発揮する

マスクリン、LIF、IL-4、IL-6、IL-7、およびIL-15は筋肥大の媒介に関与している

IL-6は、コルチゾールの産生量を増やし、好中球の増加とリンパ球の減少を起こす

IL-6は、腸のL細胞によるGLP-1の発現を誘導し、インスリン分泌の増強につながる

AMPK: 5'-AMP活性化プロテインキナーゼ、BDNF: 脳由来神経栄養因子、  
FGF-2: 線維芽細胞成長因子2、FGF-21: 線維芽細胞成長因子21、FSTL-1: フォリスタチン関連タンパク質1、GLP-1: グルカゴン様ペプチド1、IGF-1: インスリン様成長因子1、IL-1ra: IL-1受容体アンタゴニスト、LIF: 白血病抑制因子、TGF- $\beta$ : トランスフォーミング成長因子 $\beta$ 、TNF: 肿瘍壞死因子