

シリマリンはコラーゲン産生&デトックスを強力サポート

マリアアザミの種子に含まれる 有効成分「シリマリン」のすごい実力

シリマリンはマリアアザミ（ミルクシスル）種子に多く含まれているフラボノイド混合物です。肝臓の働きを助ける成分として、ドイツを中心としたヨーロッパでは古くから研究・利用されており肝臓疾患の治療薬として使われています。

マリアアザミエキス「シリマリン」の働き



- ① コラーゲンの産生を助ける
- ② 肝機能を保持する
- ③ 抗酸化力を高める

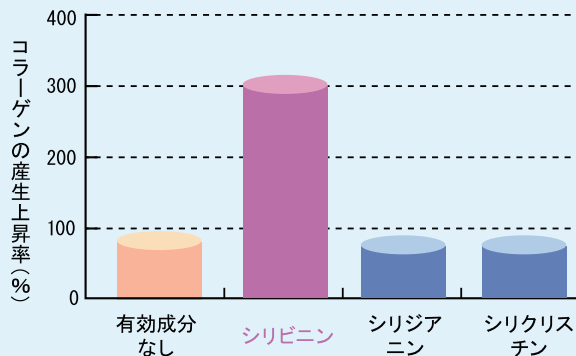
Check▶ コラーゲンの産生を促進する作用が強力!

シリマリンを詳しくみると「シリビニン」「シリジアニン」「シリクリスチン」といった成分に分けられます。特に主要成分「シリビニン」は近年の研究で、肝臓のサポートだけではなくコラーゲンの産生を助ける作用が強いことが確認できています。また成長ホルモンの分泌を促し、細胞の老化を防ぎます。

**コラーゲンを
直接摂取するより効果的!**

コラーゲンの分子は大きいため食事やサプリメントで摂取しても、消化、分解されアミノ酸になって初めて吸収されます。このアミノ酸が体内でコラーゲンになるのを助けるのがシリビニンなのです。

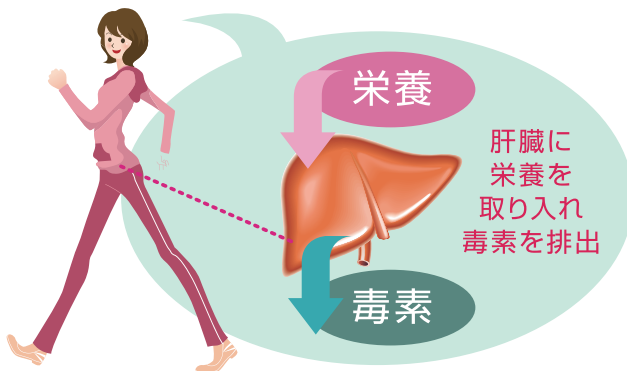
シリマリン中の主要3成分
(シリビニン、シリジアニン、シリクリスチン)
のコラーゲン産生促進作用の比較



Check▶ 肝機能と抗酸化力を高め老化を防ぐ!

シリマリンは、傷ついた肝臓の細胞を修復すると同時に、肝臓の損傷を予防します。また、肝臓が栄養を吸収して毒素を排出する（解毒）作用を高めます。

体内の毒素とは、有害化学物質や有害ミネラルのことです。最近では、黄砂やpm2.5に含まれる化学物質のリスクが有名ですよ。さらに、シリマリンには体内で合成される抗酸化物質グルタチオンの生成を促す働きもあります。



世界中で人気のシリマリン

シリマリンは、ドイツでは肝硬変や慢性肝炎に対する治療薬として認証されていますし、強い薬による副作用の緩和作用も認められています。また、アルコールを飲む機会の多いヨーロッパでは、シリマリン・サプリメントは大人気です。即効性を求めるのではなく、適量を長期的に摂るのがオススメです。