

# 冬虫夏草の効能・効果

「冬虫夏草」の持つ効能・効果は、大きく分けて三つの働きがあります。  
それぞれの働きを担う冬虫夏草に含有される成分は以下になります。

## 疲労回復・体力増強

- セレン**  
老化防止に役立つ。生理機能を高める。
- 銅**  
貧血防止。動脈硬化、骨粗鬆症予防など。
- カリウム**  
筋肉の中でのエネルギー作りに効く。
- マグネシウム**  
血液中にあるカルシウムの作用を助け、動脈硬化、高血圧を防ぐ。
- マンガン**  
性的機能促進、老化防止。
- リン**  
細胞核の重要な組織成分で、これが無ければ核酸を作る事ができず細胞分裂もできなくなります。
- 亜鉛**  
人体の酵素活性成分で生命維持活動のキーポイントになるものです。
- カルシウム**  
不足してくると骨の形成異常なども起こる事があります。また、心臓の働きにも深い関係があります。
- 鉄**  
特に血液を作り出していく上で重要な物質です。血液のヘモグロビンの重要成分であり造血作用を促していきます。
- たんぱく質(アミノ酸)**  
体内で筋肉や臓器の構成成分となる生命を維持するために無くてはならない大切な成分です。

## 生活習慣病予防・改善

- マンニトール**  
血管拡張作用、動脈硬化改善、抗アレルギー作用  
抗菌性、脳疾患予防、美容保湿性。
- β-グルカン**  
免疫力の強化、血糖値の低下。
- SOD(スーパーオキシド消去活性)**  
老化、生活習慣病、「ガン」等を引き起こす活性酸素を除去する。体内酵素。
- セレン**  
命の源。「ガン予防の王様」、老化防止に役立つ。生理機能を高める。免疫力強化。心臓病、糖尿病、貧血病、白内障の予防。
- 銅**  
貧血防止。動脈硬化、骨粗鬆症、慢性関節リウマチを予防。
- マグネシウム**  
血液中にあるカルシウムの作用を助け、動脈硬化、高血圧を防ぐ。
- マンガン**  
性的能力促進、老化防止。
- 亜鉛**  
人体の酵素活性成分で生命維持活動のキーポイントになるものです。
- 虫草酸**  
虫草酸はD-マンニトールという物質で、冠状動脈を拡げて赤血球を増加させ、心臓への血流量を増やしてくれます。

## 免疫力向上

- マンニトール**  
血管拡張作用、動脈硬化改善、抗アレルギー作用  
抗菌性、脳疾患予防、美容保湿性。
- β-グルカン**  
免疫力の強化、血糖値の低下。
- SOD(スーパーオキシド消去活性)**  
老化、生活習慣病、「ガン」等を引き起こす活性酸素を除去する。体内酵素。
- 虫草素**  
正常な細胞の形成を促進するとともにガン細胞の増進核酸を阻止する、いわゆる抗ガン効果があるとされています。
- 虫草酸**  
虫草酸はD-マンニトールという物質で、冠状動脈を拡げて赤血球を増加させ、心臓への血流量を増やしてくれます。
- 虫草多糖**  
この名称は中国独自の物であって日本では使いませんが、β-グルカンという成分に近いと考えられ、免疫力を高めるとされています。

※上記の各成分の働きは、代表的なものを抜粋しています。