

# 健康寿命延伸における、 こころとからだのWell-being実現

関連するSDGsの国際目標



人間看護学部 人間看護学科 教授 坪井 宏仁

研究分野: 心身医学、精神神経免疫学、国際保健

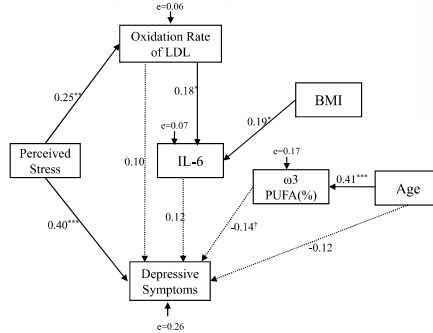
研究室HP: <https://researchmap.jp/pohjolainen/>

心-身の関連性は、科学的エビデンスが証明されてきています、抑うつ予防・幸福感の向上を、社会と末梢の抗酸化・抗炎症的側面から追求することを目標とします。

## 抑うつと慢性炎症

指標  $TNF\alpha$ , IL-6, IL-17, IL-10, NF- $\kappa$ B他, 各種SNPs

Tsuboi H, J Affect Dis 2019, Tsuboi H, Behav Sci 2018



メンタル不調

神経損傷

×  
ブロック

炎症  
酸化

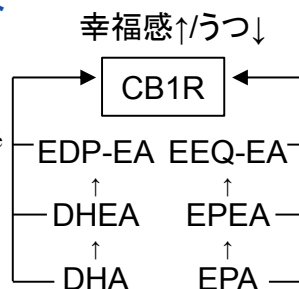
人間看護学部

## 栄養素の精神神経作用

内因性カンナビノイド

Tsuboi H, Nutrients 2020

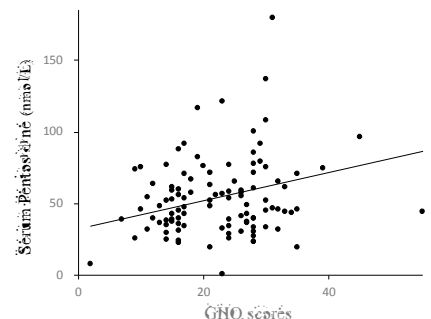
CB1R: cannabinoid receptor type 1  
DHEA: diacetylglycerol ethanolamide  
EDP-EA: epoxydocosapentaenoic acid-ethanolamide  
EPEA: eicosapentaenoic ethanolamide  
EEQ-EA: epoxyeicosatetraenoic acid-ethanolamide



## 精神的健康度と糖化

AGEs (Pentosidineなど)

Tsuboi H, J Psychosom Res 2019



## 抑うつ評価

質問票CESD-R日本語版の作成

(CESD-R: the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale - Revised)

Tsuboi H, Behav Sci 2021