

岐阜薬科大(岐阜市)の原英彰教授(薬効解析学)とサプリメント製造販売などのわかさ生活(京都市)は、ブルーベリーの一種「ビルベリー」と「サンタベリー」の成分が、パソコンなどから出される青色光による目へのダメージを軽減することを細胞レベルで実証した。七日に東京都千代田区で開かれる国際ブルーライト学会で発表す

### パソコンなどの「青色光」

## ブルーベリー成分 目のダメージ軽減

### 岐阜薬科大など 細胞レベルで実証

る。

青色光はパソコンのは、スマートフォンなどの

原教授らは、光に反応するマウスの網膜視細胞に強い青色の光(二千五百ナノメートル)を六時間照射。ビルベリーを濃縮したエキスを添加した網膜視細胞と添加していない細胞を比較した。その結果、ビルベリーだと細胞死などのダメージが約37%に、サンタベリーだと約25%に軽減された。

それぞれに含まれるポリフェノールが、青色光を照射した際にできる活性酸素の発生を抑制するためと考えられるという。

近年特に情報端末から出る青色光が眼精疲労など健康に与える影響が問題となっ

ている。目の網膜などに直接ダメージを与え、失明に