

電解水素水でエネルギー消費減

立命大と日本トリムが英専門誌に論文発表

立命大と、電解水素水の整水器販売などを手がける日本トリムが共同研究した論文が17日、英国の生理学専門誌「Temperature」で発表された。暑熱環境下での持久性運動時（猛暑でのマラソンなど）に、電解水素水を飲むことでエネルギー消費量を抑えることができるという。研究ではトライアスロン選手12人が60分間のペダリング運動などを行い、電解水素水を飲むと浄水よりも同じ負荷の運動に必要なエネルギーが1分あたり平均0・5キロカロ少なかった。マラソン日本女子歴代1位の記録2時間19分12秒に換算すると、小さめのバナナ1本分（69・6キロカロ）で、この差がレースの勝敗を左右する可能性があるとしている。