

テーパリングによるホルモンの変化

ホルモン名	強化練習による変化	Taper による変化
<b>ホルモンの説明</b>		
Aldosterone (アルドステロン)	20% ↑	15% ↓
ナトリウムイオンの貯蓄とカリウムイオンの排出を促進		
Cortizol (コルチゾール)	数% ↓	10% ↓
血中グルコース濃度の上昇に作用する。		
Insulin (インスリン)	20% ↓	40% ↓
血中グルコース濃度の低下に作用する。		
C-peptide (C-ペプチド)	10% ↓	50% ↓
プロインスリン (インスリンが合成される前の物質) が分解されるときに発生する物質。C-ペプチドの測定でインスリンがどの程度分泌されているかわかる。		
DHEAS (DeHydroEpiAndrosterone Sulfate) (デヒドロエピアンドロステロンサルフェート)	数% ↓	15% ↑
他のホルモンを制御し、DHEAS の低下により疲労感や免疫力低下		
Teststerone (テストステロン)	数% ↓	10% ↓
基礎代謝の増加、筋肉の成長を促進する作用。		
LH(Lutenizing Hormone) (黄体化刺激ホルモン)	15% ↓	変化なし
排卵を促す作用と排卵後の卵胞に対して黄体化を促す作用		
FSH(Follice Stimulating Hormone) (卵胞刺激ホルモン)	20% ↓	10% ↓
卵胞を刺激し発育を促す働きをする。卵胞が発育することで卵が成熟する。		
HGH(Human Grows Hormone) (ヒト成長ホルモン)	20% ↓	40% ↓
筋肉量の増加、体脂肪の減少、免疫力の回復などの作用がある。ベンジヨンソンが乱用していたとされる。		
Prolactine (プロラクチン)	10% ↓	50% ↓
高値では排卵障害などの原因になる。妊娠時には乳汁の分泌を促す。		

【実験プロトコル】

