

28T-am07

香煎茶は軽度肥満者の肝機能マーカーを改善する

○宮崎 雄輔^{1,2,3}, 刀坂 泰史^{1,2,3}, 筒井 優介¹, 砂川 陽一^{1,2,3}, 船本 雅文^{1,2}, 清水 果奈¹, 清水 聡史¹, Sari NURMILA¹, 山陰 一², 遠山 和成⁴, 鈴木 美香⁵, 清水 篤⁶, 長谷川 浩二^{1,2}, 森本 達也^{1,2,3} (静岡県大葉,²京都医療セ,³静岡県健康総合病院,⁴SBS 静岡健康増進セ,⁵聖隷健康サポートセ,⁶サンダイヤ)

【目的】緑茶にはポリフェノール類である緑茶カテキンが多く含まれており、酸化作用や肥満改善作用、肝機能改善作用を持つことから、健康寿命を延ばすことを期待して多くの健康食品が開発されている。しかし緑茶カテキンそのものは非常に渋味が強く、これらの効果が十分期待できる量の緑茶カテキンを摂取するのは困難である。この問題を克服するために我々は緑茶茶葉を高圧・高温処理することで緑茶カテキンを重合化し、渋味を軽減した香煎茶を開発した。本研究の目的は重合緑茶カテキンを含む香煎茶の健康に対する効果を明らかにすることである。

【方法】本研究は静岡県立大学の倫理委員会で承認を受けた上で行った。BMI が 25 以上 30 未満の健常ボランティア 54 名を無作為割り付けし、香煎茶またはプラセボ茶を 1 日 3 回毎食ごとに、12 週間継続して飲用していただいた。試験開始前、飲用 6 週目、12 週目に体重、BMI、体脂肪率、血中肝機能マーカーの測定を行った。内臓脂肪面積は試験開始前と 12 週目時点で測定した (UMIN000020068)。

【結果】本試験の実施期間中において両群で有害事象は見られなかった。主要評価項目である体重、BMI、体脂肪率、内臓脂肪面積は香煎茶の飲用による有意な変化は見られなかった。副次的評価項目の肝機能マーカーである ALT の変化率は香煎茶の摂取 12 週目で有意に減少した (香煎茶: -0.111 ± 0.327 vs プラセボ: 0.085 ± 0.234 , $p = 0.019$)。γ-GTP の変化率も有意ではなかったものの香煎茶摂取 12 週目で減少傾向が見られた (-0.115 ± 0.292 vs 0.023 ± 0.212 , $p = 0.063$)。また AST の変化率はプラセボ群に比べて香煎茶の摂取 6 週目で有意に減少した (-0.091 ± 0.247 vs 0.043 ± 0.148 , $p = 0.024$)。

【考察】本試験では香煎茶の肥満改善効果は見られなかったが、肝機能マーカーの改善が見られた。今後、香煎茶が肝機能改善効果を持つ機能性食品として、人々の健康に寄与する可能性が示唆された。