

26PA-pm432

終末糖化産物 (AGEs) を指標としたかんぴょうパウダーの老化予防効果
○景山 遥¹, 小澤 佐余子¹, 高石 雅樹¹, 浅野 哲¹ (¹国際医福大薬)

【目的】体内の終末糖化産物 (AGEs) は加齢や不健康な食生活・ライフスタイルによって増加することが報告されている。AGE は強い毒性を持ち、肌の老化や糖尿病、メタリックシンドロームなど様々な生活習慣病の増悪に関与していることが明らかになっている。そこで本研究では、栃木県の特産物であるかんぴょうによる老化予防効果を、皮膚 AGE 量や血糖値などを指標に検討した。

【方法】20 代の健康な男女 14 名に、かんぴょうパウダー (小山商工会議所) 1g を毎日昼食時に 4 週間摂取させ、1 週間毎に皮膚 AGE 量 (TruAGE スキャナーで測定)、血糖値、血圧、脈拍数、腋窩体温、体重を測定し、生活習慣情報を記録した。

【結果及び考察】皮膚 AGE 量は、被験者全体ではかんぴょうパウダー摂取 1 週間後より低下傾向が認められた。日常的なストレス負荷の程度で 2 グループに分けると、ストレス負荷の少ないグループでは、かんぴょうパウダー摂取 4 週間後において皮膚 AGE 量が有意に低下した。一方、ストレス負荷の大きいグループでは個人差が大きく、有意な AGE 抑制効果が見られなかったため、ストレスが AGE 量の増加に関与することが示唆された。血糖値は、かんぴょうパウダー摂取 4 週間後で大きく低下したが、被験者毎に食事内容が異なるため個人差が大きかった。収縮期血圧及び拡張期血圧、脈拍数、腋窩体温、体重は、かんぴょうパウダー摂取による明らかな変化はみられなかった。

以上のことから、かんぴょうは体内 AGE 量を低下させる効果があると考えられた。かんぴょうは食物繊維とカルウムを多く含む食品であるが、通常では食事で摂取する量はわずかである。一方、かんぴょうパウダーは手軽に一定量摂取することができるため、老化予防に効果的に利用することができると考えられる。