

## 『抗酸化（降参か）作用は“みかん”にあり！？』

肝臓川柳



『救世主？ メタボ・ナッシュに 未肝(みかん)の神器』

(みかんの成分がメタボや NASH に有用な救世主として

神器となるのだろうか!?)

### ▼カロテノイドとは▼

植物、動物などがもつ黄色・赤色・紫色・橙色などの色素の総称で、抗酸化作用や抗ガン作用があることが知られていますが、前回話題にしました“アスタキサンチン”もその一つです。

### ★みかんに…!

最近、日本人に大変なじみの深い『みかん』に含まれているキサントフィル系カロテノイドの一種である【βクリプトキサンチン】に大変強い抗酸化作用があり、『みかん』産地の疫学研究(三ヶ日町研究)により【βクリプトキサンチン】の血中濃度が高いほど、メタボリックシンドロームや肝疾患(脂肪肝)の発生が低いことが報告されました。

### ◆先生は…!!

前回も登場しました金沢大学特任准教授の太田嗣人先生は、脂肪肝や、脂肪肝から肝硬変・肝がんへと進展する恐れのある非アルコール性脂肪肝炎(NASH)に対する【βクリプトキサンチン】の有用性を独自の研究で検討し…

### ▲証明…!!!

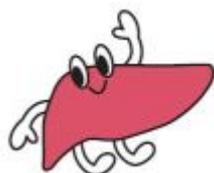
肝臓の脂肪化のみならず炎症、線維化を抑制し、耐糖機能異常や高インシュリン血症や高中性脂肪血症も改善させることを証明しました。

### ●話題…!!!!

“みかんの力検証”という題で新聞でも報道され、大変話題になっています。

### ■展望…!!!!

このように自然界に広く分布する身近な食素材や食品因子に、はやい段階から脂肪肝の進展を予防する力がある可能性があり、医学と農学、栄養学の連携がますますさかんになりつつあります。



これだけ覚えておけば損はない!

今回のポイント

みかんに含まれているβクリプトキサンチンが、肝臓の脂肪化のみならず炎症、繊維化を抑制し、耐糖機能異常や高インシュリン血症や高中性脂肪血症も改善させると証明されました。

(文： 福井県肝疾患診療連携拠点病院運営委員会 野ッ俣和夫)