

2011年3月25日～28日
日本農芸化学会 2011年度大会発表

ラッキョウフルクタン摂取が 成人男性の血中コレステロール濃度に及ぼす影響

○安川 沙織、久留宮 元、森山 展行、能登 亜有美、小林 恭一¹、谷 政八²
(¹榊エル・ローズ、²福井食加研、²仁愛大・健康栄養学科)

【目的】 生ラッキョウには、食物繊維が約21%と豊富に含まれており、その90%以上がフルクタンと呼ばれる水溶性食物繊維である。演者らは、フルクタンの整腸作用、血糖値上昇抑制作用や血中コレステロール値の低下作用等を報告している。本研究では、フルクタン摂取が、成人男性における血中コレステロール濃度に及ぼす影響について検証をおこなった。

【方法】 被験者は健康診断結果より LDL コレステロールが境界領域以上の成人男性 12 名で、平均年齢 38.5 歳、平均身長 170.5cm、平均体重 71.1kg および LDL コレステロール値平均値 188.0mg/dL であった。被験者にフルクタン粉末 3.3g (エル・ローズ製、精製フルクタン換算 3g) を 1 日 3 回、平常の食事と同時に摂取してもらい、45 日後、90 日後の血圧及び血中成分濃度の変化を比較した。

【結果】 フルクタン粉末の摂取により、摂取前と比較して LDL コレステロール値が有意に低下した。この結果から、フルクタンは高コレステロール血症の抑制、改善に有効である可能性が示唆された。