

EPA、DHAには内臓脂肪の蓄積を防ぐ効果が認められることから、糖代謝にもいい影響があるものと推測されます。

カズノコ粉末を摂取させた実験で、実際、血糖値の改善効果が確認されています。

◆方法：

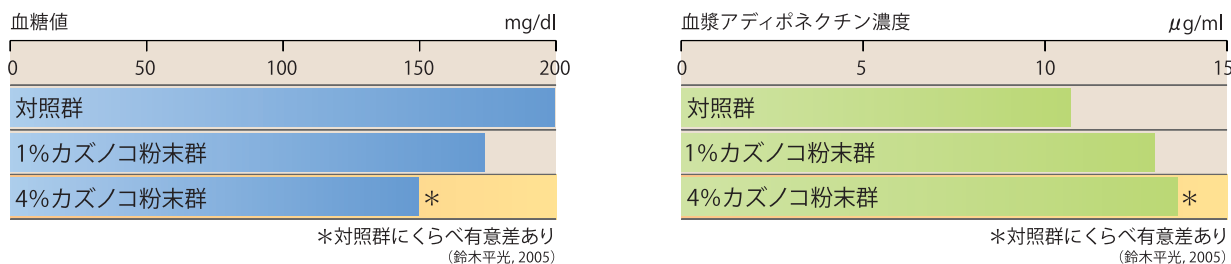
マウスを3群に分け、対照群には普通のエサを、残る2群には凍結乾燥したカズノコを1%または4%含むエサを与え、3ヵ月飼育し、血糖値と血漿のホルモン(アディポネクチン)濃度を測定、比較しました。

◆結果：

カズノコ4%摂取群では、対照群にくらべ、血糖値が有意に低くなりました。1%群でも血糖値が低い傾向にありましたが、有意差は認められませんでした。

また、カズノコ摂取群では、血漿アディポネクチン濃度が対照群にくらべ高い傾向にあり、4%群では有意に高くなりました(図5)。

図5 カズノコ粉末が血糖値とアディポネクチンにもたらす効果



◆考察：

アディポネクチンは脂肪細胞から分泌され、脂肪の燃焼を促進し、インスリンの作用を助けて糖尿病を防ぎ、血管を修復して動脈硬化を防ぐなど、生活習慣病を防ぐうえで重要な働きを担っているホルモンです。そのアディポネクチンの分泌が高まったことは、カズノコの摂取が糖代謝や脂質代謝の正常化に役立つことを裏づけるものといえます。

KEY WORD 糖尿病

わが国の糖尿病人口はこの半世紀に30倍以上に増加し、深刻な社会問題となっています。

過去5年間を見ても、「糖尿病が強く疑われる人」は50万人、「糖尿病の可能性が否定できない人」は200万人も増え、予備軍を含めた糖尿病人口は1620万人にのぼっています。

糖尿病人口の推移

