玄米で「肥満改善」解明

γ―オリザノール作用

琉大大学院 益崎教授グループ研究発表

琉球大学大学院医学研究科の益崎裕章教授(49)と大学院生の小塚智沙代さん(26)の研究グループは25日、玄米に高濃度に含まれる成分「γ(ガンマ)―オリザノール」が、高脂肪食に対する好みを和らげ、肥満や糖尿病を改善させる効果があることを突き止めたと発表した。この効果を明らかにしたのは「世界で初めて」という。研究成果は、国際的な学会誌「ダイアビーティーズ」に掲載された。肥満や糖尿病の予防法や治療法の確立につながることが期待されている。

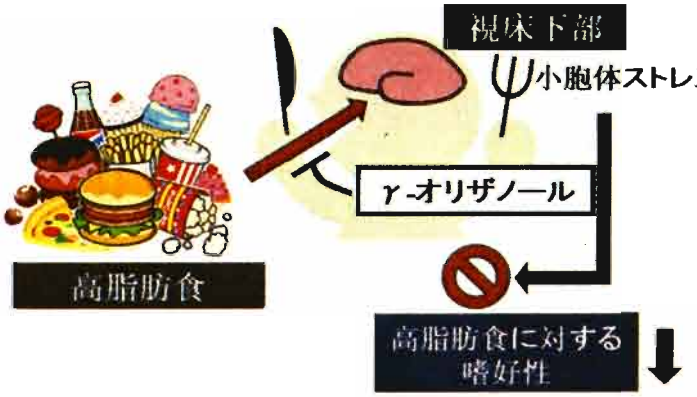
玄米による肥満の改善効果の仕組みを解明したことを発表する益崎裕章教授(左)と小塚智沙代さん=25日、西原町の琉球大学

"高脂肪食好み"軽減

これまで臨床研究で、玄米を食べていると体重が減り、血糖値が下がるという結果が報告されてきたが、その仕組みの解明は進んでいなかった。益崎教授らによると、玄米のぬかに高濃度に含まれる成分γ―オリザノールが高脂肪食への嗜好性を和らげる効果があるという。それにより、脂分の低い食事をするようになり、結果的に血糖値が下がり、体重が減る―と結論付けた。

益崎教授は琉球大で開いた会見で「沖縄県の肥満、糖尿病が非常に大きな問題となっている。『食の好みを変える』という斬新なアプローチで肥満や糖尿病を改善するということが提案できる。沖縄の健康長寿の復活に貢献したい」と述べた。小塚さんは「この研究を始めた時は、こんなに大きな成果が得られるとは思わなかった。日本と沖縄の肥満防止に役立ってほしい」と笑顔を見せた。

益崎教授らは今回、マウスへの実験で効果を明らかにしたが、今後、人への検証をする予定。2、3年後の実用化を目指す。



γ―オリザノールと食の嗜好性の関係(益崎裕章教授提供)

琉球新報
2012年(平成24年)
7月26日 木曜日
[旧6月8日・先勝]