

特集Ⅱ

α・オリゴ糖

バクテロイデス菌の
増殖作用に注目

シクロケム

シクロケム(東京都中央区、☎03・62262・1511)は、α・オリゴ糖(α・シクロデキストリン)の腸内環境改善作用について数多くのエビデンスを積み重ねてきたが、最近では腸内細菌の増殖作用に着目し、研究を強化している。

バクテロイデス菌は「ヤセ菌」とも言われメデイアなどでも注目されているが、最近では抗肥満以外にもさまざまな健康効果を有することが明らかになってきた。

一方、同社ではα・オリ

ゴ糖の摂取によるバクテロイデス菌の増殖作用およびプロピオン酸など短鎖脂肪酸の産生量増加作用について2018年にはすでに論文発表を行っており、α・オリゴ糖を摂取することでバクテロイデス菌増殖作用を介したさまざまな健康増進・疾病予防効果が期待できると考えている。

近年はバクテロイデス菌に関連する研究成果も相次いで報告されているが、最近では今年1月に発表された慶應義塾大学、青山学院大学などによる共同研究が話題と

なっている。

同研究では、青山学院大学陸上部の長距離走ランナーの男子48人の腸内環境を調べたところ、同年代の男性よりもバクテロイデス菌が多く棲息しており、さらに3000m走のタイムとバクテロイデス菌の量に相関関係があることも判明した。

そこで、運動習慣のある20〜40代の男性にα・オリゴ糖を8週間摂取させたところ、腸内のバクテロイデス菌が増加したことに加え、エクササイズ・バイクのタイム短縮や運動後の疲労感低下などの効果も報告された。これは、シクロケムの研究成果に基づき、α・オリゴ糖が腸内のバクテロイデス菌によって短鎖脂肪酸のプロピオン酸に

分解され、肝臓でのグリコーゲン産生や糖新生を促進したためだと考えられている。

このほか、神戸大学医学部の研究では冠動脈疾患の罹患者は健常人と比べて腸内のバクテロイデス菌量が少ないこと、国立長寿医療センターの研究では、腸内のバクテロ

イデス菌が多い人は少ない人と比べて認知症の発症リスクが約10分の1となることも明らかになっている。

同社では、今後もα・オリゴ糖の機能性についてさらなる検討を行っていくとともに、その認知拡大にも注力していく。