

標 題 : Microbiome-Mediated Effects of the Mediterranean Diet on Inflammation.  
炎症に対する地中海食事の微生物相介在の影響

---

著 者 : M. A. Bailey, et al. (米国イリノイ州 イリノイ大学アーバナ・シャンペーン校  
食品科学・ヒト栄養学部 栄養学科)

---

掲 載 誌 : Adv Nutr. 2018 May 1; 9(3): 193-206.

---

要 旨 :

地中海食事パターンは、代謝的健康の改善との関連が高まっている。

地中海食事の摂取が代謝的健康の改善に寄与する可能性がある2つのメカニズムは、胃腸(GI)の微生物相の調節および代謝性内毒素血症の減少である。

代謝性内毒素血症は、細菌内毒素の血中値の2から3倍増加として定義され、代謝機能不全中での炎症の原因として提案されてきた。

内毒素血症を減らす戦略に関する研究で、ヒトの体内での最大の内毒素源として胃腸の微生物相が重要な部分を示している。

飽和脂肪が高く繊維が低い食事は、複数のメカニズム、胃腸の微生物相および細菌発酵の最終産物の変化、腸の生理およびバリア機能、および胆汁酸の腸肝循環を通して、代謝性内毒素血症の原因となる。

それ故に、不飽和脂肪および繊維が豊富な地中海食事パターンは、代謝性内毒素血症を軽減するための食事戦略の1つとなる可能性がある。

微生物相および代謝的健康に対する食事性の飽和脂肪と不飽和脂肪の異なる影響を、前臨床試験が実証したが、ヒトの研究は無かった。

代謝性内毒素血症における食物繊維および胃腸の微生物相の役割は、研究中である。

代謝性内毒素血症、炎症、およびそれに続く代謝性疾患を軽減するのに効果的な食事戦略を決定するために、胃腸の微生物相および胃腸と全身の炎症に対する各種の食事脂肪と繊維の影響に関する臨床研究が必要である。

キーワード : 繊維、脂肪酸、腸内微生物相、肥満、メタボリックシンドローム

---