

糖尿病の合併症に 効果のある食材を探せ

近年、日本人の約3分の2の死亡原因が生活習慣病にあると言われています。健康的に長生きするためには生活習慣病の予防が重要ということで、「血糖値を下げる」、「活性酸素消去能が強い」、「血液がさらさらになる」などの予防効果の期待できる機能性食品に人気が集まっています。

さて、生活習慣病の中でも糖尿病は患者数の増加が著しく、深刻な社会問題になっています。日本では、40歳以上の10人に1人が糖尿病患者であり、糖尿病の疑いのある「糖尿病予備軍」を含めた患者数は国民の約1割に達しているという調査結果が出ています。

糖尿病は、様々な原因が元で血糖値が高くなる病気で、完治が難しいと言われていますが、糖尿病が怖い病気である理由は、網膜症や腎症などの合併症を引き起こすためです。そこで当センターでは、この糖尿病合併症に予防効果のある食品の開発に取り組んでいます。

現在までに200種類以上の岩手県産の農水産物を集め、生活習慣病に効果のあると言われているポリフェノールの量や、活性酸素消去能などについて調べました。また、糖尿病が発病し高血糖状態が続くと、健康診断の検査項目にもなっている「糖化ヘモグロビン

(ヘモグロビンA1c)」が増加してきます。この糖化ヘモグロビンの生成を抑制する効果についても評価しました。

その結果、高い予防効果が期待できる食品素材として、アロニアやカシスなどのベリー類、カリン、メイポール(リンゴ)、一部のキノコ類などが見つかりました。現在は他の手法を用いて効果の確認を行い、加工品の試作を進めています。県産食材を活用した糖尿病合併症予防食品が、皆様の食卓に並ぶ日もそう遠くないかもしれません。

効果のある食材例



▲岩手の食材(一例)



▲メイポール



▲アロニア

お問い合わせ先

岩手県工業技術センター 企画情報部

TEL 019-635-1119(相談ホットライン) FAX 019-635-0311

URL <http://www.kiri.pref.iwate.jp/kiri/>

E-mail kikaku@ac.pref.iwate.jp