



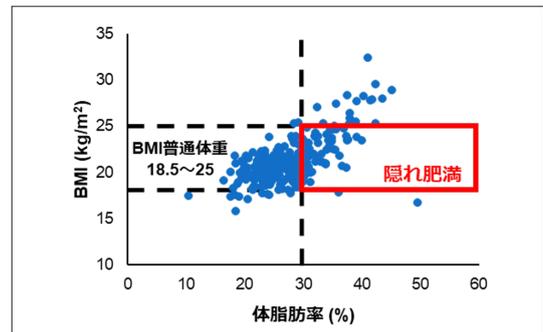
若年女性からの動脈硬化予防に効果的な食事療法

キーワード

女性, 隠れ肥満, 食事療法, 動脈硬化予防

研究内容

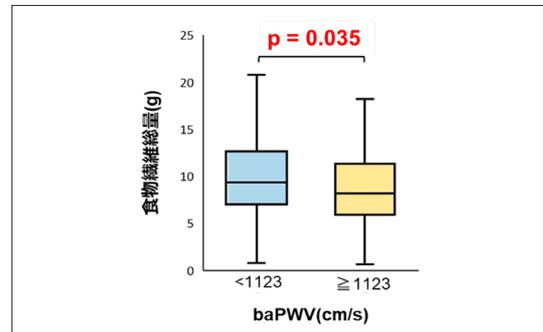
女性は、女性ホルモンであるエストロゲンが抗動脈硬化作用を持つため、閉経前は動脈硬化の危険因子が表面化しにくいという特徴があります。そのため、若年女性において食習慣の改善が必要な状態でも、対応が遅れることがあります。私たちが行った若年成人女性を対象とした研究において、動脈硬化の評価指標である上腕動脈 - 足首動脈間脈波伝達速度 (baPWV) が高い群では、食物繊維総量やn-3系多価不飽和脂肪酸の摂取が少なく、隠れ肥満者 (BMI $18.5 \sim 25\text{kg/m}^2$ かつ体脂肪率 $\geq 30\%$) が約25%と多く認められました。すなわち、若年女性であっても、動脈硬化進行と食事の関連があることが示唆されます。私たちの研究室では、若年から女性の動脈硬化予防のために、腸内細菌叢を含めた動脈硬化危険因子と食事の関連について検討を進め、新しい食事療法の確立を目指しています。



若年女性における BMI 正常で、体脂肪率が高い「隠れ肥満」

関係論文, 特許・著作物等の知財情報, 連携の実績

- 堀春奈, 佐藤加代子, 前明日美他, 若年成人女性を対象とした動脈硬化性疾患の危険因子と栄養素との関連, 第78回日本栄養・食糧学会大会, 2024年5月, 循環器・消化器・腎・肝疾患 (2)21-01p.
- 堀春奈, 佐藤加代子, 前明日美他, 若年成人女性における動脈硬化性疾患の危険因子と食との関連, 第56回日本動脈硬化学会総会・学術集会, 2024年7月, P13: 食餌療法・栄養学 P13-05.
- 堀春奈, 佐藤加代子, 前明日美他, 若年成人女性の隠れ肥満の実態と食物摂取頻度との関連, 第56回日本動脈硬化学会総会・学術集会, 2024年7月, P13: 食餌療法・栄養学 P13-06.



若年女性における上腕動脈 - 足首動脈間脈波伝達速度 (baPWV) 高値群での食物繊維摂取量の低値

社会連携・産学連携の可能性

動脈硬化性疾患と食事との関連について、我々の研究結果を基に外部組織と連携することで、女性での動脈硬化進展や隠れ肥満の機序解明や有効な食事栄養療法の効果検証が考えられます。また、多様な連携を通じて、女性の健康保持・増進に向けた食品開発等の実践的な取り組みが期待されます。