

ガゴメコンブが ナチュラルキラー NK細胞を活性化させる。

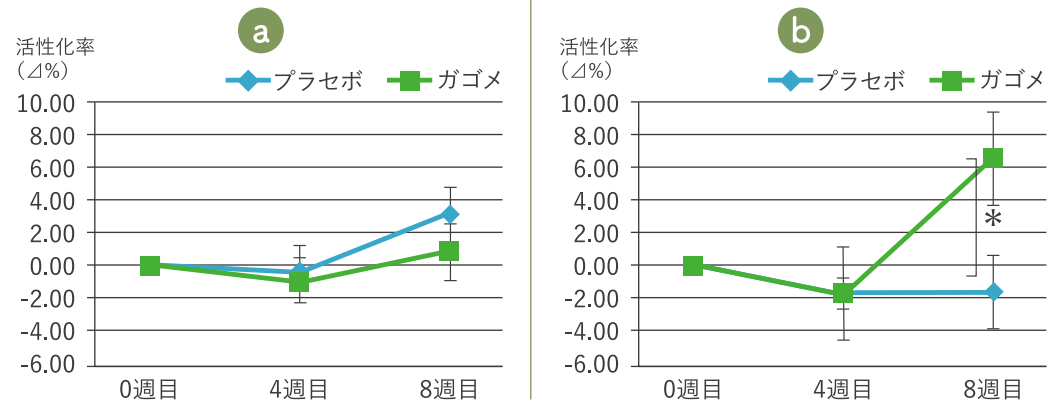
ガゴメコンブ由来食物繊維^{*}の摂取により
NK細胞活性化が上昇し、
免疫応答を活性化させることで
健康状態を改善させる可能性が、
ヒト介入試験により示されました。

^{*}がごめ昆布に含まれる食物繊維。コンブなど海藻の粘りのもとになっている高分子の多糖類、フコイダンが主成分。



<図>

ガゴメ昆布由来食物繊維摂取によるNK細胞活性化率の変化



a 全被験者におけるNK細胞活性における相違

b 基準時のNK細胞数が $120 \times 10^3/\text{ul}$ 以上の被験者における

NK細胞活性における相違(プラセボ群12名、ガゴメ群9名) *は $P=0.03$ を表す

本研究においてはヨウ素の過剰摂取を避けるために、試験試料ではガゴメコンブ由来食物繊維を一日あたり0.8gと、比較的少量を使用しました。この用量で、もともとNK細胞数が多かった被験者でNK細胞活性化率が高くなっていることを見出しました。また免疫グロブリンA(IgA)も増加傾向を示しました。これらのことからガゴメコンブ由来食物繊維の摂取は免疫応答を活性化させ、免疫系の刺激を介して健康の維持・増進に役立つことが示されました。