2020 年 4 月 19 日
岡本孝信先生、中里浩一先生、本学大学院博士後期課程 3 年生の橋本佑斗さん（健康学科助教）の原著論文(Okamoto T, Hashimoto Y, Kobayashi R, Nakazato K, Willems MET. Effects of blackcurrant extract on arterial functions in older adults: A randomized, double-blind, placebo-controlled, crossover trial)が Clinical and Experimental Hypertension に受理されました。なお、本研究はイギリスのチチェスター大学、Willems 教授との共同研究です。

解説記事

加齢にともない動脈は硬くなり、血圧が上昇することが知られています。有酸素運動やポリフェノールを多く含む食品の摂取は動脈硬化度や血圧の増加を抑制することが知られていますが、それらの効果を検証するためにはさらに多くの研究が必要です。本研究はニュージーランド産ブラックカラント(NZBC)抽出物（邦名：黒スグリ）の短期摂取が高齢者の動脈機能に及ぼす影響について検討しました。NZBC は血圧の低下に有効なアントシアニン（ポリフェノールの 1 つ）を多く含んでおり、仏名であるカシスとして知られています。本研究の対象者は定期的な運動習慣のない高齢男性および女性 14 名（平均年齢 73 歳）としました。本研究は対象者を NZBC 摂取試行 7 名とプラセボ摂取試行 7 名に分類し、4 週間のウォッシュアウト期間の後、それぞれの試行をプラセボ摂取試行と NZBC 摂取試行に分類するランダム化二重盲検プラセボ対照クロスオーバー試験を用いて実施しました。NZBC およびプラセボ摂取期間は 7 日間としました。

NZBC 摂取前と比較して、中心（大動脈）動脈スティフネス（硬化度）および中心血圧は、NZBC 摂取による 7 日間の研究期間後に有意に減少しました。さらに、NZBC 摂取試行における中心動脈スティフネスおよび中心血圧は、プラセボ摂取試行よりも大幅に減少しました。これらの結果から、NZBC の短期間の摂取が高齢者の中心動脈スティフネスと中心血圧を低下させることが明らかにされました。したがって、NZBC を始めとするアントシアニンが豊富な食品の摂取は、心血管の健康を維持または改善するために有効であると考えられます。
（文責：岡本）