

標 題 : Olive oil and oxidative stress
オリーブ油と酸化ストレス

著 者 : F. Visioli, et al. (イタリア ミラノ大学 薬理学部)

掲 載 誌 : Grasas y Aceites 55: 66-75 (2004)

要 旨 :

1 価不飽和のオレイン酸が多くて冠状動脈性心疾患とある種の癌の危険因子を低下に有効と思われるオリーブ油の脂肪酸組成に加えて、エクストラバージンオリーブ油はかなりの量のフェノール化合物、例えばヒドロキシチロソールとオレウロペインを含有し、それはその独特な風味および高い安定性の原因である。

オリーブ油のフェノール成分は強力な抗酸化物であると、多数の証拠が実証している。

これらの研究の大部分は *in vitro* で実施されてきたが、オリーブ油のフェノール成分は用量依存性で吸収され摂取後にその生物学的活性を保持すると、一部の *in vivo* 実験が確認している。

(エクストラバージン)オリーブ油が主な油脂源である地中海地域における冠状動脈性心疾患の低い発症率を、これらのデータが部分的に説明できる。

キーワード : オリーブ油、抗酸化物、ヒドロキシチロソール、地中海食事、フェノール成分、オレウロペイン
