

標 題 : Microbiome-Mediated Effects of the Mediterranean Diet on Inflammation  
炎症に対する地中海食事の微生物相介在作用

---

著 者 : M. A. Bailey, et al. (米国 イリノイ大学 食品科学・ヒト栄養部 栄養学科)

---

掲 載 誌 : Adv. Nutr. 2018 May 1; 9(3): 193-206

---

要 旨 :

地中海食事パターンは、代謝的健康の改善とますます関連している。

地中海食事パターンの摂取が代謝的健康を改善する可能性のある2つのメカニズムは、胃腸の微生物相の調節および代謝性内毒素血の減少である。

細菌内毒素の血中濃度の2から3倍上昇と定義される代謝性内毒素血は、代謝機能不全中の炎症の原因として提案されてきた。

人体中で内毒素の最大の源泉として、内毒素血を減少させる戦略に関する研究で胃腸微生物相が重要な部分を示す。

飽和脂肪が高く繊維が低い食事は、胃腸微生物相および細菌発酵最終生成物の変化、腸の生理およびバリア機能、および胆汁酸の腸肝循環などの複数メカニズムを通して、代謝性内毒素血に寄与する。

従って、不飽和脂肪および繊維が豊富な地中海食事パターンは、代謝性内毒素血を減らすための食事戦略となる可能性がある。

前臨床試験が微生物相および代謝健康に対する食事性の飽和脂肪と不飽和脂肪の異なる影響を実証したが、ヒトの研究は欠けている。

代謝性内毒素血における食物繊維および胃腸微生物相の役割は、調査中である。

胃腸微生物相および胃腸と全身の炎症に対する各種の食事脂肪および繊維の影響に関する臨床研究が、代謝性内毒素血、炎症、およびその後の代謝性疾患を減らすために有効な食事戦略を判定するために必要である。

---