

標 題 : Chemistry and Health of Olive Oil Phenolics  
オリーブ油フェノール化合物の化学的性質と健康

---

著 者 : S. Cicerale, et al. (オーストラリア ディーキン大学)

---

掲 載 誌 : Crit. Rev. Food Sci. Nutr. 43: 218-236 (2009)

---

要 旨 : 地中海食事は、アテローム性動脈硬化、心臓血管系疾患、およびある種の癌の低い発症率と関連する。明らかな健康的有効性の一部は、地中海住民によるバージンオリーブ油の食事摂取が原因であった。

バージンオリーブ油中に天然に存在する生物活性のフェノール化合物に、最近の関心が集中している。

オリーブ油のフェノール化合物は、血漿リポタンパク、酸化的損傷、炎症指標、血小板と細胞の機能、そして抗菌作用などの生理的な数値にプラスの影響をすると、研究(ヒト、動物、in vivo、in vitro)が示した。

多分、フェノール化合物を含有するバージンオリーブ油の日常的な摂取が、地中海食事で関連する健康的な有効性を現している。

この論文で、オリーブ油フェノール化合物の生理的作用に関する現在の知識を要約する。

その上、バージンオリーブ油中のフェノール化合物濃度に影響する能力を多数の要因が有するので、オリーブ油フェノール化合物の健康増進効果を保持するために、この要因を理解することが重要となる。

---