

標 題 : Effects of dietary polyphenols on metabolic syndrome features in humans :
a systematic review
ヒトにおけるメタボリックシンドロームの特徴に対する
食事性ポリフェノールの影響 : 系統的な総説

著 者 : M. J. Amiot, et al. (フランス Institut National de la Recherche Agronomique,
Unité Mixte de Recherche (UMR) 'Nutrition, Obesity and Risk of Thrombosis')

掲 載 誌 : Obes. Rev. 2016 Jul; 17(7): 573-586

要 旨 :

食事性ポリフェノールは、メタボリックシンドロームに対して潜在的有効性のある生物活性物質の大きなグループを構成する。

この総説は、高ポリフェノールの食事、食品、抽出物または単一フェノールを長期補給したメタボリックシンドロームの患者におけるメタボリックシンドロームの特徴(肥満、脂質異常症、血圧および血糖症)および関連する合併症(酸化ストレスおよび炎症)に関する臨床研究の結果を要約する。

ポリフェノールは特に高投与量で有効と示され、メタボリックシンドロームの特徴を軽減できる特定の食品または抽出物はなかった。

しかし、緑茶は BMI およびウエスト周囲を有意に低下させ、脂質代謝を改善した。

ココア補給は、血圧および血糖を低下させた。

大豆イソフラボン、かんきつ類製品、ヘスペリジンおよびケルセチンが脂質代謝を改善させるのに対して、シナモンは血糖を低下させた。

多くの臨床研究で、メタボリックシンドロームの患者にポリフェノール補給した後に、抗酸化作用および抗炎症作用は有意ではなかった。

しかし一部の試験が、ココア、高アントシアニンのベリー類、ヘスペリジンまたはレスベラトロールを補給した患者で、内皮機能の改善を示した。

その結果として、多様な高ポリフェノール製品の摂取を促進する地中海食事などの高ポリフェノール食事は、メタボリックシンドロームの患者の健康を改善するために有効な栄養戦略となり得る。

著作権 2016 年 発表者。

Obesity Reviews (誌) が World Obesity (連盟) の代理として John Wiley & Sons 社によって出版された。

キーワード : 血 圧、脂質異常症、インスリン抵抗性、体重管理
