

妊娠期から栄養改善を

③6 青森県立保健大栄養学科佐藤伸研究室

青森県立保健大栄養学科の佐藤伸教授(左)の研究室では、妊娠期や授乳期に偏った栄養を摂取した母親から生まれた子どもが成長後に、肥満や糖尿病などを高い確率で発症することから、そのメカニズムの解明と予防策を探っている。

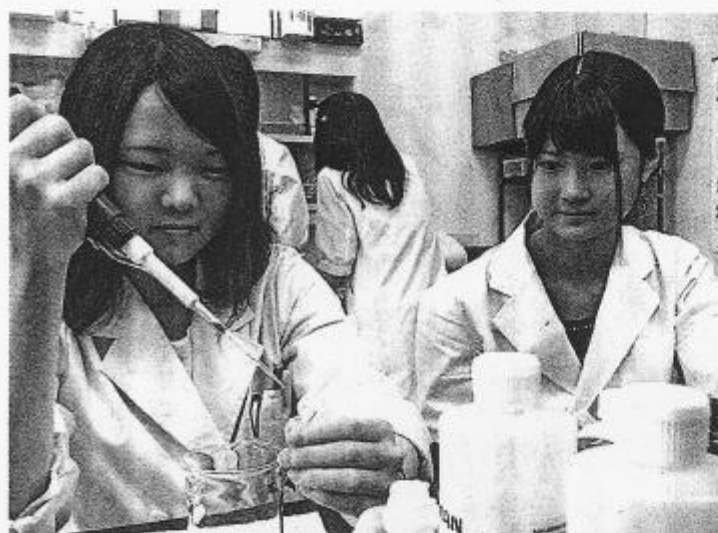
肥満や糖尿病など生活習慣病の主な原因は、塩分の多い食事や過食など食生活の乱れ、運動不足、遺伝要因があるとされる。近年の研究では、低栄養の妊婦から生まれた子

子どもの将来の肥満予防

どもは、糖や脂質の代謝が悪く、将来太りやすい体質になる上、生活習慣病の発症率が高まること分かってきた。

抑制に効果的とされる緑茶抽出物(カテキン)に注目した。ラットを使った実験では、妊娠期の母親に通常の餌を与えたグループとタンパク質が極

端に少ない餌を与えたグループで調査。出産後に低タンパク質食のグループを二つに分け、片方に授乳期のみカテキンを与え、子どもの体質を比較した。



ラットの肝臓のタンパク質濃度を調べる学生

その結果、低タンパク質の餌を与えた母親から生まれた子どもは、カテキンを与えられたことで、与えない子どもよりエネルギー代謝を調節する酵素の働きが活発になった。この酵素は糖や脂質代謝を改善する効果が

あり、妊娠期に低栄養だった母親から生まれた子どもの肥満や糖尿病などの予防に役立つ可能性もあるという。

ラットでの研究を踏まえ、佐藤教授は妊娠期や発育の早い段階で母子の栄養改善が最重要と強調し、「栄養で将来の病気を予防できれば、短命県返上に貢献できるかもしれない」と期待を込める。

4年の佐藤真由さんは、「管理栄養士を目指している。研究を重ねて将来その知識を生かしたい」と話した。

(下田由理恵) ※隔週日曜日に掲載

【女性の低栄養】「やせ願望」から妊娠・授乳期でも栄養バランスの偏った食事を取る母親が増えている。2500g未満で生まれる低出生体重児の増加につながるほか、子どもの免疫力低下なども危惧される。

きたおもうっ
研究室最前線