

プロアントシアニジン

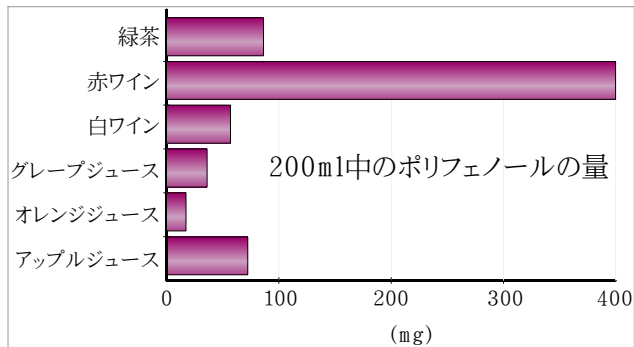
ブドウ種子のポリフェノール

プロアントシアニジン

フランス人は動物性脂肪の多い、料理を常食しているにもかかわらず、動脈硬化による心臓病の死亡率が少ないのは、ワインに多く含まれるブドウ種子ポリフェノールの効果によるものとされており、そのため、ヨーロッパではブドウ種子ポリフェノールは血管の若さを保つ医薬品として承認されています。又、ポリフェノールは温度の変化に強く熱しても殆ど変化しません。

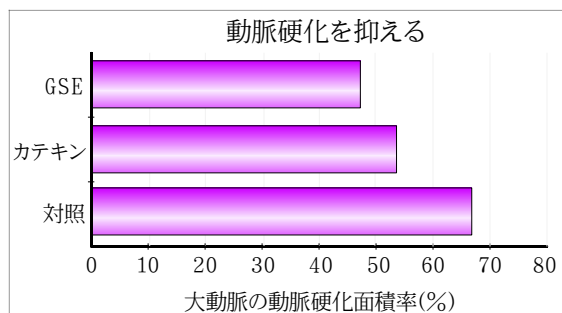
食品の含有量

食品の中では、**赤ワイン**に圧倒的にポリフェノールが多く含まれています。しかし、アルコールを含むので、サプリメントで摂った方がよい。



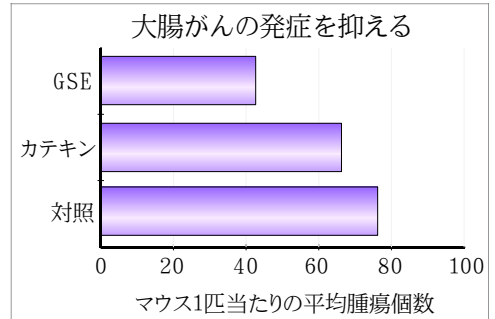
動脈硬化を予防する

1% コレステロールを混ぜた飼料を8週間わたり投与されたウサギ (C) は高い確率で動脈硬化となったが、同じ飼料にブドウ種子ポリフェノール (GSE) を2.5% 添加させて同じ期間投与されたウサギ (A) は、**動脈硬化症罹病率が低下**した。しかも低下の率は、同じ抗酸化物質・ポリフェノールの一種であるカテキン2.5% 添加のウサギ (B) よりも大きかった。



大腸ガンを予防する

大腸ガンを防いでいる遺伝子 (APC 遺伝子) に生まれつき傷があるため、



大腸ガンになりやすい体質を持っているマウスの一群にブドウ種子ポリフェノール (GSE) を1% 添加した飼料を6週間投与した結果、この一群での大腸腫瘍罹病率は低い数値を示した。(しかも、同じポリフェノールであるカテキン1% 投与群よりも低い数値であった。)

(第89回アメリカ癌学会年会抄録・1998年)

眼にも良い

物が見えるのは、網膜にあるロドプシンという色素に光があたる事によって生じる信号を脳が認識し目が見えると判断しているためです。しかし、長時間にわたって目を酷使していると、このロドプシンは減少し**目が疲労**します。**プロアントシアニジン**は、減少した**ロドプシンが再合成**されるのを助ける働きがあるので、目に良いポリフェノールとされています。

又、網膜の毛細血管の保護・強化作用、血液循環を向上させる効果、角膜や水晶体のコラーゲンを安定させる効果があり、ルテインと同様に眼に効くポリフェノールです。

●**ビタミンC**をプロアントシアニジンと同時に摂取するとより、プロアントシアニジンの効果が高まるとされています。ビタミンCと共に白内障の予防が期待できます。

生理作用

抗酸化作用による

- * 動脈硬化を抑える&血液流動性改善
- * 大腸ガン発生過程を抑える
- * 糖尿病とその合併症を防ぐ
- * 運動に伴う酸化ストレスを予防する
- * 運動による筋力低下を抑える

