

目的：紫外線照射した乾燥エノキタケは多量のビタミンDが生成され、うま味は増し、比較的長期の保存に対してD含量も品質も変化しないことから、ビタミンD供給源として日常の食生活に利用できることを報告してきた¹⁾。このエノキタケに血圧上昇抑制作用を有する γ -アミノ酪酸(GABA)が非常に多く含まれている(680mg/100g)ことから、エノキタケに血圧上昇抑制作用があれば、ビタミンDも多く、成人病予防のために優れた機能を有する食品になると考え、血圧上昇抑制作用とコレステロール低下作用について検討した。

方法：高血圧自然発症ラット(SHR)を用い、エノキタケの5%抽出液を水の代わりに、また5%粉末を含む飼料を投与し、試験期間2~3週間とし、毎週尾より採血、最後は開腹して採血、各臓器を摘出した。血圧は非観血的方法により、コレステロールおよび中性脂肪は酵素法により測定した。

結果：エノキタケ抽出液、粉末およびGABAいずれも血圧上昇抑制作用は観察されなかった。エノキタケ投与群では紫外線照射の有無に関係なく、いずれも肝臓コレステロールおよび中性脂肪は著しく低下した。総血清コレステロールは有意には低下は認められなかったが、HDL-コレステロールは対照より多く、HDL-Ch/Total Chは対照より大きくなっていた。成熟ラットを使った実験では、2週間の実験期間中、血しょうコレステロールは明らかに上昇抑制効果が認められ、エノキタケの投与により動脈硬化の予防効果は期待できると思われた。

1) 桐淵壽子：家政誌，42，415~421 (1991)、43，649~654 (1992)