

目的: 不溶性 Dietary fiber (DF) には血中コレステロール上昇抑制作用を有するものと考えられているものとがあり、茎葉部を食用とする山菜は茎葉菜類より一般に DF、特に不溶性 DF に富むので、山菜を用いて茎葉部 DF がコレステロール上昇抑制作用を有するかどうかを検討する。

方法: コレステロール添加飼料 (対照), それにフキ葉, フキノトウ, ワラビ乾燥粉末またはフキノトウより分離した DF を添加した飼料でラットを 11~18 日向飼育し, 血清および肝臓の遊離, 総コレステロール量と肝臓脂肪量とを測定した。

結果: 血清遊離および総コレステロール量は、ワラビ, フキノトウ, フキノトウ DF 群では対照群より 35~45% 有意に低下したが、フキ葉群では対照群のコレステロール上昇が顕著でなかったため、逆にやや増加していた。肝臓コレステロール量はフキ葉, ワラビ群では各々 20% 前後、有意に低下したが、フキノトウおよびフキノトウ DF 群では数% の低下であった。肝臓脂肪量はフキ葉およびワラビ群では有意ではないが、10% 前後低下したのに対し、フキノトウ, フキノトウ DF 群ではそれぞれ 4%, 20% の増加であった。茎葉部を食用とする山菜の不溶性 DF は血清コレステロール上昇抑制作用を示めすことは明らかであるが、山菜の種類によりまた DF を分離するかどうかによってもそれぞれ生理的效果が異なるように見えた。