

目的 演者らはラットを用いてレシチンが血漿コレステロール(Chl)レベルに及ぼす影響について種々検討を加えてきた。その結果、高Chl飼料摂取ラットにレシチンやビタミンE,あるいはこれらの混合物を投与すると、血中Chl改善作用があることを認め、既に報告した。ヒトにおいても同様の効果が期待されるため、今回は比較的血中Chl濃度の高い成人男子にこれらの食品成分を二重盲検法で与え、コレステロール代謝に与える影響を調べた。同時に血圧、肝機能、リボタンパク質に対する影響も検討した。

方法 平均体重65.3kgの年齢36~58才のボランティア健康男子24名を3群に分けた。外見上、まったく見分けのつかないカプセルに对照の植物油、レシチン(群)、VE・レシチン混合物(LE群)を各々500mg封入し、1日10g摂取させた。被験者ならびに分析者には、番号をつけたカプセルまたは血清を渡し、どの群に属しているかわからない様にした。血圧、体重、血液、食事調査、自覚症状を各週、8週間調べた。血清中総Chl量、HDL-Chl、TG、PL、GOT、GPTを測定し、8週目にはリボタンパク質分画を行なった。

結果 レシチン摂取による体重の変化は認められなかったが、LE群では体重が平均1.8kg減少した。収縮期並びに拡張期血圧はレシチン群、LE群でいずれも低下した被験者が多かった。血清総Chlレベルは、前値に比べ、对照群では16mg/100ml上昇したが、レシチン群、LE群では逆に30~40mg/100ml低下した。動脈硬化指数は、对照群では上昇したが、試験群では低下し、明らかに改善効果を示した。電気泳動によるリボタンパク質画分中のコレステロール量はα画分でレシチン、LE両群でやや高値を示した。