

バター負荷の血中脂質に及ぼす影響
 国立栄養病態栄養 辻 悦子

目的：高脂血症の予知、予防を目的として、健常者に経口的にバターを負荷し、血中脂質の変動を検討した。また、その間の被験者の栄養摂取状態との関連も調べた。

方法：19～21才の健常男子学生を被験者とし、1日あたりバター1/8ポンド(56.3g)を7日間摂食負荷させた。負荷前後および負荷期間中、早朝空腹時に採血し、血中脂質の変動を調べた。栄養摂取状態を把握するため、実験期間中の食物調査も行った。

結果：負荷前に比べて、7日間負荷後には総コレステロールと磷脂質が有意に増加した。HDLコレステロールに大きな影響はなかったが、総コレステロールとHDLコレステロールの比で示した動脈硬化指数は明らかに上昇した。しかし中性脂肪、遊離型コレステロール、遊離脂肪酸には影響はなく、リポたん白、アポたん白にも変化はみられなかった。

被験者11名中1名を除き寮生活者であり、寮生の1日あたり平均栄養素摂取量は次の通りであった。エネルギー1985kcal, たん白質55.7g, Ca 296mg, VA 1740IU, VB₁ 0.61mg, VB₂ 0.70mg, VC 45mg, 脂肪エネルギー比は40.3%で、各栄養素とも所要量は充足されていた。自宅通学の1名については、脂肪エネルギー比41.8%で、エネルギー2379kcal, Ca 580mgと所要量にやや不足していたが、他の栄養素は満たされていた。この者の総コレステロールは、7日間のバター負荷であまり大きな影響はなかった。既に他の実験でバター負荷により総コレステロールは上昇しなかったことを報告している(才2,3回臨床栄養学会総会)。平常時の食物摂取を推察すると、バター負荷による血中コレステロールの増加は、個人差の発現の他に、被験者の栄養摂取状態とも大いに関連があることが示唆された。