

ヒトにおけるお茶と心臓の健康状態との関係 1/5

Andrew Halpner, Ph.D

もし世界中で最も消費されている飲料は何かと聞かれたら、あなたは「水」と答えるであろう。おそらくそれで正解である。ではもし世界中で2番目に多く消費されている飲料は何か、と聞かれたら「お茶」と答えたであろうか？信じられないかもしれないが、世界中で「お茶」は、「ソーダ」、「ビール」、「コーヒー」よりも消費されている。ヨーロッパや極東に住む人々は、種類こそ違ってもかもしれないが50世紀以上にわたりお茶を入れ、飲用している。実際考古学的な証拠としては、500,000年以上前の北京原人の時代にお茶を利用していた痕跡がある。そんな昔から茶の健康への影響について知られていたわけではないと思うが、ここ20年の間に科学的研究が行われ、茶および茶から誘導された製品の摂取と健康改善の間に非常に興味深い関係があることが明らかにされている。結果が明らかにされつつあるお茶の研究のうち最も説得力のある分野の1つが、お茶の摂取と心血管疾患のリスク軽減の関連性である。この関連性は世界中の多くの異なる集団において報告されていて、ちょうど大規模かつ広範な科学的調査も始まったところである。このダグラスニュースレターでは、「お茶」および「ヒトにおけるお茶と心臓の健康状態との関係」に関するデータを検討し、私たちみなその存在に慣れすぎてしまっている、この単純だが複雑な植物の評価を高めたい。

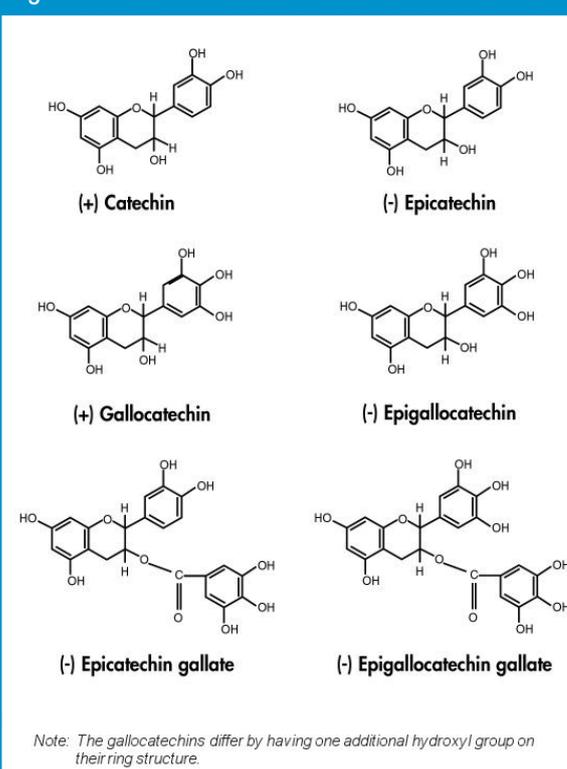
お茶および心血管系の健康に関する科学を概説する前に、お茶の化学およびお茶を製造するプロセスについて概観することが役に立つ。これにより科学をよりよく理解・解釈することが可能となる。「茶」という用語は実際には、Camellia sinensisという一種の植物を起源とする植物、葉、飲料を示し、一般に緑茶、紅茶、ウーロン茶の3種類へ分類される。これら3種類のお茶の色、味などの特徴は非常に異なるが、それらはすべて同じ基本植物を起源とし、この事実はしばしば誤解を受けている。これらのお茶の色や味の差は、収穫後茶葉を発酵させておく程度により決定する。お茶にはポリフェノールが、特にフラボノイドと呼ばれる複雑な化合物群が多く含有される。これらの化合物は植物界に広く見られ、抗細菌、抗真菌特性を発揮することにより植物を防御するのに役立っている。お茶を加工処理する間の発酵の程度により、最終製品に含

まれるフラボノイドの種類が決まってくる。

緑茶に含まれる主要なフラボノイドには、カテキン(C)、エピカテキン(EC)、エピカテキンガレート(EGC)、ガロカテキン(GC)、エピガロカテキン(EGC)、エピガロカテキンガレート(EGCG)などのカテキン類がある(図1)。私たちが緑茶の芳香や特徴だと感じている部分はこれらカテキン類によるところが大きい。カテキン類は無色で収斂性があり、水溶性であるものが多い。

(図1)

Figure 1 -Common Catechins Found in Green Tea Leaf



緑茶をつくる製造プロセスは、これらカテキン成分を天然の構造のまま保存・維持するよう設計されている。典型的な製造プロセスは、1. 植物からの葉の摘採、2. 葉に天然に存在する酵素を蒸す、または炒ることにより不活化(この処理をしなければカテキンは酸化されてしまう)、3. 葉の揉捻(茶によじれを生じさせる)、4. プロセスの仕上げとなる高温乾燥もしくは平鍋による加熱、となっている。

Product on the Paper

Green Tea Extract Max-V グリーンティー エクストラクト マックス-V

品 番：77344-60
価 格：1,470円(税込み)
内 容 量：60粒入り/1日1粒/60日分

カテキンが豊富な緑茶のサプリメント

アルカロイドは緑茶に含まれる渋みの成分です。優れた抗酸化作用により動脈硬化の予防、老化防止、発ガン予防に効果があるといわれています。また、高血圧、高コレステロールの改善、抗菌作用、抗ウイルス作用も研究によって認められています。

主成分含有量 (1カプセルあたり)

成分名	含有量
緑茶抽出物 (50%ポリフェノール)	100 mg
緑茶抽出物 (非標準化)	100 mg



C.V. Support Formula™ CVサポート フォーミュラ™

品 番：4550-120
価 格：5,040円(税込み)
内 容 量：120粒入り/1日4粒/30日分

心血管系の保護を目的としたフォーミュラ

ハイドーズ、ファインバランスのビタミン・ミネラルに、目的に合わせたブレンドパッケージを加えるという、独特な方法で作られたマルチビタミン・ミネラルで目的に合わせた最善の栄養補給が可能です。【CVサポート フォーミュラ™】は、心血管系の健康維持に効果があると言われる成分をハイドーズでバランスよく配合した、心血管系の保護を目的としたフォーミュラです。

主成分含有量 (4タブレットあたり)

成分名	含有量	成分名	含有量	成分名	含有量	成分名	含有量
ベータカロテン	9,000 µg	葉酸	800 µg	トレスミネラル	100 µg	サンザシ抽出物	
ビタミンA	1,500 µg	コリン	20 mg	特別ブレンド (以下の成分を含む)	500 mg	ベクチン	
ビタミンD	1.25 µg	シトラスバイオフラボノイドコンプレックス	100 mg	EDTA		ヤドリギ抽出物	
ビタミンE	134 mg	カルシウム	300 mg	大豆レシチン		アルファルファ抽出物	
ビタミンC	1,000 mg	マグネシウム	300 mg	ムコ多糖類	75 mg	ショウガ根抽出物	
ビタミンB1	50 mg	カリウム	75 mg	リボ多糖類	20 mg	L-シスチン	
ビタミンB2	25 mg	亜鉛	20 mg	ベタイン	2 mg	L-メチオニン	
ナイアシン	20 mg	銅	2 mg	L-カルニチン	15 mg	パイナップル抽出物	
ナイアシンアミド	100 mg	マンガン	200 µg	ガーリック抽出物		コエンザイムQ-10	
パントテン酸	200 mg	セレン	50 µg	大豆発酵抽出物		イチヨウ葉抽出物	
ビタミンB6	25 mg	モリブデン	1 mg	パルバイヤ抽出物		パンテチン	
ビタミンB12	100 µg	クロム	200 µg	ハコベ抽出物		グルタミン酸	
ピオチン	300 µg	バナジウム	25 µg				
イノシトール	75 mg						



Order Made Supplement Service

分包による
オーダーメイド
サプリメント
サービス!



- 患者様に合わせた指示箋ができる、**オーダーメイド分包サービスです。**患者様の満足度がより高くなります。
- **在庫負担がありません。**
- **商品のお届けは、クリニック様お届けと患者様直送からお選び頂けます。**
- **ラベルデザインや容器も色々お選び頂けます。**



編集後記

ダグラスニュースレターをお読みいただき誠にありがとうございました。これからも最新の臨床データ、商品情報などを正確に、また、迅速にご提供してまいります。どちら様もご意見・ご希望がございましたら編集者までお寄せください。

無断転載・転用は固くお断りいたします。

発行者：
〒135-0091 東京都港区台場2-3-2
日本ダグラスラボラトリーズ株式会社
TEL: 03-5530-2212