

究グループは、特定の果汁で培養すると、植物乳酸菌ブランタム菌SN13T株がビロリ菌の除菌に有効な物質を産生するとの実験結果を得た。すでに、その物質の化学構造も決定した（論文作成中）。

乳酸菌による便秘改善

ヨーグルトの保健機能として一般的なのは、便秘の改善である。便秘知らずの体調を保つには腸内細菌叢をバランスよく保つことが重要である。ヨーグルトを継続的に食べて、腸内細菌叢を形成している善玉菌を増やせば、便秘が改善できる。肌が荒れたり、吹き出物が出たりする肌のトラブルは、腸内にある毒素や老廃物が便となって出ないことによる。実際、腐敗菌やガス発生菌が活発に活動すると腸内環境が悪くなり、発がん物質も合成される。このような毒物は腸粘膜に張り巡らされている毛細血管を通じて血流に乗り、全身に行き渡ってしまう。これが肌から噴出すると吹き出物となって現われる。健康な肌を保つためにも便秘は改善しなければならぬ。乳酸菌やビフィズス菌は腸管内に居て腸内環境を



健康に保つのに寄与している。その結果、これらの細菌が増えれば便秘も改善する。

一方、私たちが毎日健康に暮らすためには、免疫細胞を活性化しておかなければならないが、その細胞の働きは加齢とともに低下していくのも事実である。ただし、若者でも、生活習慣が乱れていたり、偏った食事をとり続けたり、ストレスを溜め込んだりすると、免疫細胞は本来の力を発揮できず、未病状態となってしまう。現代の生活環境は病気にかかるリスクを大きくするの

乳酸菌による潰瘍性大腸炎の改善

潰瘍性大腸炎という病気は、原因が完全にはわかっておらず、しかも、再発しやすいことから、厚生労働省は難病の一つに指定している。最近、免疫異常、特に、自己免疫疾患の一つであると推測されている。通常、食物が腸を通過する際には、栄養分は腸の粘膜から吸収されるが、不要なものや有害なものは吸収せずに便として排泄される。ところが、免疫機構の異常が大腸に生じると、不要なものまで腸の粘膜から吸収されてしまう。その結果、大腸の粘膜に炎症が起き、「潰瘍」や「びらん」ができる。それが潰瘍性大腸炎であり、近年、この病気になる人が急速に増えてきた。潰瘍性大腸炎の増加の背景には、食生活の欧米化、特に脂肪の多い食事の取り過ぎなどがあるとされている。実際、昔から欧米では潰瘍性大腸炎の患者は多い。また、潰