

いま注目の健康成分 ラクトフェリン!

ラクトフェリンとは

母乳の、特に生まれたての赤ちゃんを育てる初乳の中に多く含まれるタンパク質で、細菌やウイルスから赤ちゃんを守る感染防御成分です。森永乳業は、世界最大規模のメーカーとして生産・研究を続けています。

※ラクトフェリンの主な原料は、脱脂牛乳や牛乳からチーズを製造するときに出る乳清(上澄み)です。

いろいろな研究成果

発ガン予防、感染防御作用、ピロリ菌や歯周病菌の抑制、貧血・大腸炎の改善、腸内のビフィズス菌を増やし腸内細菌のバランスを整える作用など、研究によりさまざまな生理機能が報告されています。

含まれている食品

牛乳由来の成分ですが、加熱殺菌されている牛乳や乳製品からは摂ることができません。ラクトフェリンが入っていることが明記されているヨーグルトや飲料などの食品から摂取できます。

摂取の仕方

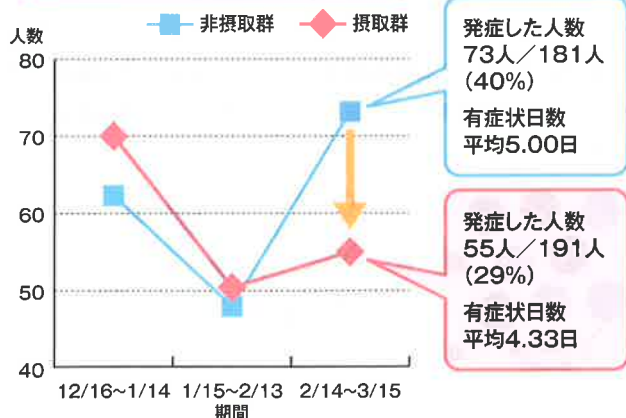
ヨーグルトや飲料などの食品から摂取するときには、食前食後など、特に指定はありません。一度に摂取するより、毎日摂り続けることが大切だといわれています。

ラクトフェリンの新着情報!

ラクトフェリンとカゼ・胃腸炎に関するアンケート調査での結果です。ラクトフェリン含有サプリメントを摂取したグループは、摂取しなかったグループと比べてカゼ等の症状や胃腸炎の症状を訴える人数が有意に減少しました。

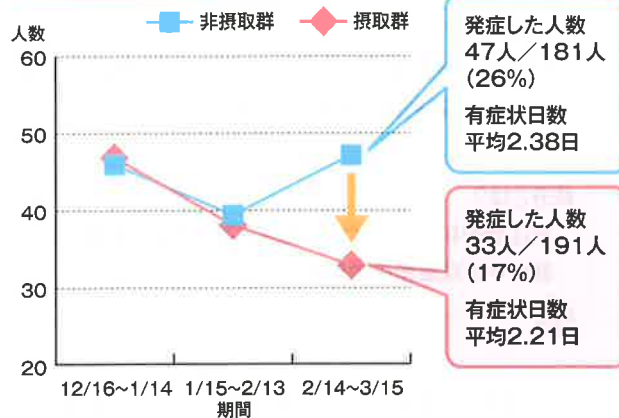
(第14回日本補完代替医療学会学術集会より)

カゼ等症状を発症した人数



カゼ等症状(喉の痛み、咳、痰、鼻水・鼻詰まりの少なくとも1つ)を発症した人数

胃腸炎症状を発症した人数



胃腸炎症状(腹痛、下痢、食欲不振の少なくとも1つ)を発症した人数

<アンケート方法>

健康成人女性を対象に398名を過去のカゼ罹患頻度、年齢層、日常のプロバイオティクスの摂取頻度が均等になるように摂取群と非摂取群に分けました。

摂取群: 199名(平均年齢46.0歳) / 非摂取群: 199名(平均年齢45.7歳) / ラクトフェリン含有サプリメント 90日間摂取

驚きの研究成果は
裏面にも

ラクトフェリンは、あなたにとっても大切なものです。

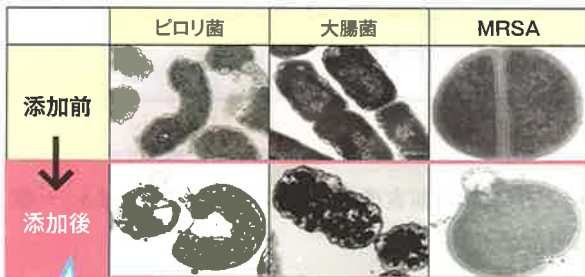
ラクトフェリンは、母乳に多く含まれるタンパク質で、細菌やウイルスから赤ちゃんを守ると考えられています。涙や鼻汁、だ液にも含まれるなど、病原菌が侵入しやすい場所に多く存在します。また、感染が起こった際に病原菌と戦う白血球からも多く分泌されるということが知られています。すべての年代の方に重要な感染防御成分といわれています。

1 さらに強いラクトフェリシン®を生成

胃の消化酵素によって分解され、ラクトフェリンより強い抗菌性を示すラクトフェリシン®を生成します。

ラクトフェリシン®は森永乳業の研究グループが発見し、名付けました。

ラクトフェリシン®による抗菌作用

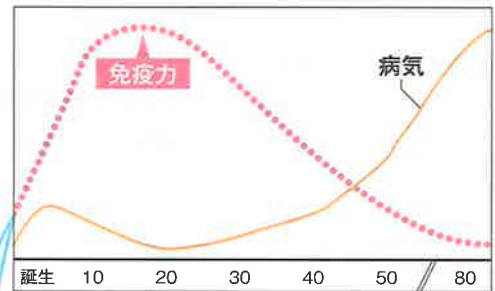


当社研究データより

ラクトフェリシン®添加後に各細胞が破壊されているのがわかる。

2 ナチュラルキラー NK細胞が元気に

動物にラクトフェリンを与えると、免疫システムの中でも特に重要な役割をもつNK細胞の数が増えたり、その活性が高くなりました。NK細胞は、がん細胞やウイルスに感染した細胞を発見し、破壊します。



出典：食と免疫 21世紀に向けて食を考える
和田昭允・池原森男・矢野俊正 編

•免疫力は加齢と共に落ちる。

•NK細胞の活性が低い人は、病気にかかりやすいといわれる。

3 鉄吸収調節作用

ラクトフェリンは鉄分が不足している時には、腸からの鉄分の吸収を助け、過剰時には吸収を抑制します。

鉄分とは？

鉄は血液中のヘモグロビン形成に不可欠な栄養素です。鉄分不足は酸素の供給量不足につながります。

ラクトフェリンが鉄分のバランスを取ってくれる。

4 ビフィズス菌 増殖促進作用

ラクトフェリンは善玉菌の代表であるビフィズス菌を殺菌せずに、増やす効果があります。そして病原菌は抑制する働きがあります。



腸内環境を整える効果が期待できる。