

健常女性（30才～50才）における牛乳摂取の血清脂質に与える影響

千葉大学第二内科

斎 藤 康

目的：牛乳摂取が血清脂質に与える影響を明らかにする目的で、年齢、性別を考慮して検討し、本研究では30～50才の女性での影響について検討した。

方法及び対象

健常女性（30～50才）20名を対象として、牛乳摂取群（10名）と非摂取群（10名）とに分けた。前採血を行い両群の総コレステロール値に差異のないように分けた。

牛乳群は（long life（LL））牛乳一箱（200mlM乳製）を朝夕2回、計一日400mlを12週間毎日摂取した。－2．0．4．8．12Wに早朝空腹時に採血した。

結 果

表1．2に示すように総コレステロール、リン脂質で4日において牛乳群で有意な上昇を認めた。しかしいずれも正常範囲内の変動であった。HDLコレステロールは4日で牛乳群の方が高かった。動脈硬化指数では両者に差異を認めなかった。

尚、本研究は12Wまで行い2Wの休摂取、更に非摂取群への3ヶ月の投与の効果を合せて検討行っており、その結果については、研究終了後、報告する。

表 1 : 血清脂質に及ぼす牛乳の影響

	0	4	8 (W)
総コレステロール(-)	166.5 ± 26.28	172.2 ± 18.60	171.3 ± 20.26
(+)	169.9 ± 23.50	189.3 ± 14.49	182.3 ± 16.98
		(*)	
HDLコレステロール(-)	54.2 ± 8.95	54.5 ± 8.87	56.6 ± 10.12
(+)	61.8 ± 12.47	65.0 ± 9.71	63.1 ± 11.68
		(*)	
中性脂肪(-)	68.4 ± 18.92	63.6 ± 19.2	77.6 ± 17.67
(+)	62.1 ± 18.99	58.5 ± 18.0	76.1 ± 29.51
リン脂質(-)	194.9 ± 27.2	185.7 ± 23.1	197.0 ± 23.88
(+)	203.3 ± 26.0	209.1 ± 20.72	208.0 ± 22.15
		(*)	
m ± SD mg/dl (* P < 0.05 両群間比較)			

表 2 : 投与前値と比較した血清脂質に及ぼす牛乳の影響

	△4W	△8W
総コレステロール(-)	5.70 ± 21.09	4.8 ± 20.99
(+)	19.4 ± 16.77 (**)	12.4 ± 22.4
HDLコレステロール(-)	0.3 ± 7.06	2.4 ± 7.72
(+)	3.2 ± 6.07	1.3 ± 6.48
中性脂肪(-)	-4.8 ± 19.17	9.2 ± 16.73
(+)	-3.6 ± 14.37	14.0 ± 12.4 (**)
リン脂質(-)	-9.2 ± 18.69	2.1 ± 19.23
(+)	5.8 ± 21.14	5.3 ± 12.52
mg/dl m ± SD (** P < 0.005)		
(0Wとの比較)		