



西新潟中央病院

## NST NEWS 第29号

NST : Nutrition Support Team

発行日：2016年5月10日

担当：NST委員会

編集：栄養管理室

連絡先：内線 1303

### NSTミニレクチャー第17回 ～中鎖脂肪酸のお話～

月に1度の栄養の勉強、NSTミニレクチャーのコーナーです。

第17回は中鎖脂肪酸についてです。

#### 1. 中鎖脂肪酸って？

少し前にココナッツオイルがブームになりましたが、ココナッツオイルに多く含まれる健康成分が、**中鎖脂肪酸**(Medium Chain Triglyceride:MCT)です。いわゆる脂質(油)の一種ですが、その性質は今まで私たちがイメージしてきた「油」とは全く異なっています。



#### 2. 中鎖脂肪酸の特徴

一般的な脂質に比べてサイズが小さく、消化・吸収が非常に早いのが特徴です。門脈を通して直接肝臓に移動するためエネルギー源として利用されやすく、皮下脂肪や内臓脂肪として体に蓄積することはありません。

#### 3. 中鎖脂肪酸の活用

脂質のため少量高エネルギーであり、低栄養の方に対して有効です。中鎖脂肪酸はオイル又は粉末の形に加工して製品化されており、料理にかけたり、飲み物に混ぜて利用することができます。

実際に食事の米飯や粥に中鎖脂肪酸とプロテインを混ぜて「パワーライス」として提供し、リハビリテーションの効果向上させている施設もあります。

#### 4. 中鎖脂肪酸の治療への応用

もう一つ中鎖脂肪酸に期待される働きとして、**ケトン体**の産生があります。ケトン体は前回のNSTニュースにも登場しましたが、ブドウ糖以外に脳が唯一使えるエネルギー源と言われています。そのためアルツハイマー型認知症やパーキンソン病、ALS、ミトコンドリア病などの疾患に対して、糖代謝、エネルギー代謝、ミトコンドリア機能改善を目的としたケトン食の有効性が研究されています。特にアルツハイマー型認知症は脳がブドウ糖を上手く利用できないことが認知機能低下の一因と言われており、中鎖脂肪酸の投与により記憶力の低下抑制や見当識の改善、易怒性の低下などの効果が報告されています。

また、がんの治療に対するケトン体の利用も研究されています。がん細胞はブドウ糖を大量に消費することが知られていますが、ケトン体を利用することができません。これを利用して体内にケトン体を増やすことでがんを兵糧攻めにし、がんを縮小させるという治療法も研究されています。

中鎖脂肪酸は当院でもNSTで紹介し、継続して使用頂いている患者さんもいらっしゃいます。

詳しくは栄養管理室までお問い合わせください。

(文責：栄養管理室 澤田周矢)