

DHAは健康な脂質を保つ

2007年8月8日

カリフォルニア州デイビス：ドコサヘキサエン酸（DHA）が血漿のアポタンパク質凝縮を有効に影響し、高トリグリセリド血症を解消するかも知れない。二重盲、任意抽出、プラセボ対照、並行研究にてUSDAとカリフォルニア州立大学デイビス校の研究者達は、39～66歳の高トリグリセリド血症男性（n=34）に毎日3gのDHAまたはプラセボであるオリーブオイルを90日間与えた。45日目でDHAを与えられたグループは、食前トリアシルグリセロール値（24パーセント）、超低密度リポタンパク質（92パーセント）、中間密度リポタンパク質（53パーセント）、及び超低密度リポタンパク質の平均径（11.1nm）の全てが大幅に減少した。また、食後にも同じような変化が見られた。しかし、小さな低密度リポタンパク質の粒子が大幅に減少（21パーセント）し、低密度リポタンパク質の変化は記すほどではなかった。45日以降は、それ以上の変化が見られなかった。研究者達は、DHAの摂取はトリアシルグリセロールと小さな低密度リポタンパク質の粒子の凝縮を低下させることにより心臓の健康を向上させるかもしれないと結論付けた。