

「アラキドン酸」摂取 記憶を担う細胞増殖

東北大チーム、ラットで確認

肉や卵、魚などに多く含まれる脂肪酸の一種「アラキドン酸」を摂取すると、脳の記憶を担う部分で神経細胞が増殖することを、東北大の研究チームがラットを使った実験で初めて突き止めた。人間でも同じ効果が確認できれば、認知症の改善や学習能力の向上などに役立つ可能性がある。

アラキドン酸は細胞膜を構成する成分の一つで、特に脳に多く存在する。食品で摂取することで、高齢者の記憶力向上や乳児の精神的発育に効果があるとの研究成果が国内外で報告されている。研究チームの大隅典子教授(神経発

生学)らはこうしたアラキドン酸の性質に着目、神経細胞への作用を調べた。

実験では、ラットの赤ちゃんに対し、4週間にわたり、アラキドン酸を0.5%含む餌と、離乳前はその餌を食べた母親の母乳を投与。その後、ラットの脳を取り出し、記憶をつかさどる海馬の一部を調べたところ、アラキドン酸をほとんど含まない通常の餌を与えたラットに比べ、神経細胞は1.3倍の約1万3000個が新たにできていた。

魚に多く含まれ、アラキドン酸と同様、記憶力向上などに効果があるとされるドコサヘキサエン酸(DHA)が多く含まれる餌では、新たな神経細胞の数は通常の1.1倍だった。

大隅教授は「赤ちゃんだけでなく、大人のマウスでも、海馬の神経細胞を増やす効果があるか、調べていきたい」と話している。

2007年(平成19年)9月30日(日) 読売新聞