

教育講演 1

腸内・口腔内環境に関わる疾患と乳酸菌の効果

只野 武

東北医科薬科大学名誉教授

主に大腸に生息している善玉菌、日和見菌、悪玉菌は様々な原因によって変化する。例えば、食生活に関しては食物繊維中心の場合、善玉菌が増え、高たんぱく食中心であれば悪玉菌が増える。ビフィズス菌の善玉菌はプロピオン酸などの短鎖脂肪酸を生成して、病原菌を抑えるが、ウエルシュ菌などの悪玉菌が増えると免疫力が低下し、病気に罹りやすくなり、大腸がん、潰瘍性大腸炎など多種の疾患を引き起こす。善玉菌、日和見菌、悪玉菌の理想的なバランスはそれぞれ2：7：1と日和見菌の割合が高いので腸内環境を整えて日和見菌を味方につけるライフスタイルが重要である。一方、口腔内も腸内と同じように善玉菌、日和見菌、悪玉菌が共生し、悪玉菌のミュータンス菌は虫歯の原因となるばかりでなく、糖尿病、心血管障害などの全身疾患に進行し、ジンジバリス菌は認知症を引き起こすことが報告されている。近年、これらの疾患に乳酸菌が有効であることは報告されているが、その有効性については科学的に検証されているものは少ない。今回紹介する乳酸菌はEF-2001株で菌体の細胞壁を加熱処理した活性成分である。腸内由来の疾患に対してEF-2001株は潰瘍性大腸炎、肝炎、便秘などの改善、抗ガン剤の作用増強および免疫賦活などの作用を既に検証している。口腔内疾患に対してEF-2001株は口腔カンジダ菌の減少をマウスの基礎研究およびヒトの口腔カンジダ症に対して改善効果を認めた。このように腸管・口腔内に由来する様々な疾患はそれぞれの細菌のバランスが乱れて引き起こされるが、EF-2001乳酸菌はそれらの細菌バランスを正常に回復させ、また、免疫賦活効果を誘発するために小腸パイエル版で抗体を産生して疾患を防御すると思われる。さらに、EF-2001は他の素材と混合することにより、認知症予防、血糖降下などの作用が増強される。

今回の講演により聴講者の方々が未病の状態を自覚し、その対処法としての腸内・口腔内環境ケアにより病気への進行を防ぐための動機づけになることを願っている。

【略歴】 1975年：東北医科薬科大学大学院博士課程修了

1981年：米国ルイジアナ州立大学医学部留学

2002年：東北医科薬科大学教授

2012年：金沢大学医薬保健学環境健康科学特任教授

2015年：金沢大学ベンチャー・ビジネス・ラボラトリーヘルケア医学研究室代表

2017年：金沢大学大学院医薬保健学総合研究科 臨床研究開発補完代替医療学講座