



膝痛もコラーゲン鍋で……



**関節痛** 39〜65歳の「化せず」だった。32人を2群に「シペプチドが骨芽細胞をヒト換算して3倍与え」たマウスと、そうでないマウスに、経口グルコサミンを1日10mg、13週間取

健全な軟骨や骨となる。マウスに、経口グルコサミンの分泌を高め、2型糖

コラーゲンはサケの皮

「そもそもコラーゲンを摂取してもきちんと体内に吸収されるのか? 無駄なんじゃないか?」と思っ

コラーゲンという美容効果のイメージが強い。しかし近年、関節痛、糖尿病、高血圧対策などに役立つ可能性があることが分かってきた。専門家に聞いた。

養学・真野博教授によれば、コラーゲンが加水分解されたコラーゲンペプチドは、「新しい栄養素」として今注目を集めているという。

### 美肌効果だけじゃない

実は、コラーゲンは合成の材料にもならない。実際、コラーゲンを食べる

摂れば、体にいい効果が期待できるという。研究でもそれが表れている。では、具体的に紹介しよう。

# 膝痛 血糖 血圧

# コラーゲンで改善

「ところが、コラーゲンを食べると血液中にシペプチドが出現します。これまでシペプチドが何者か、どんな働きをするか知られていませんでした。近年、特別な細胞を活性化することが分かっています。実際、コラーゲ

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)

弱

## 正常値まで下がる

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)

「シペプチドが腸管に存在する酵素DPP-4の働きを阻害します」(熊本大学理工学部生命科学科・芳本忠教授)