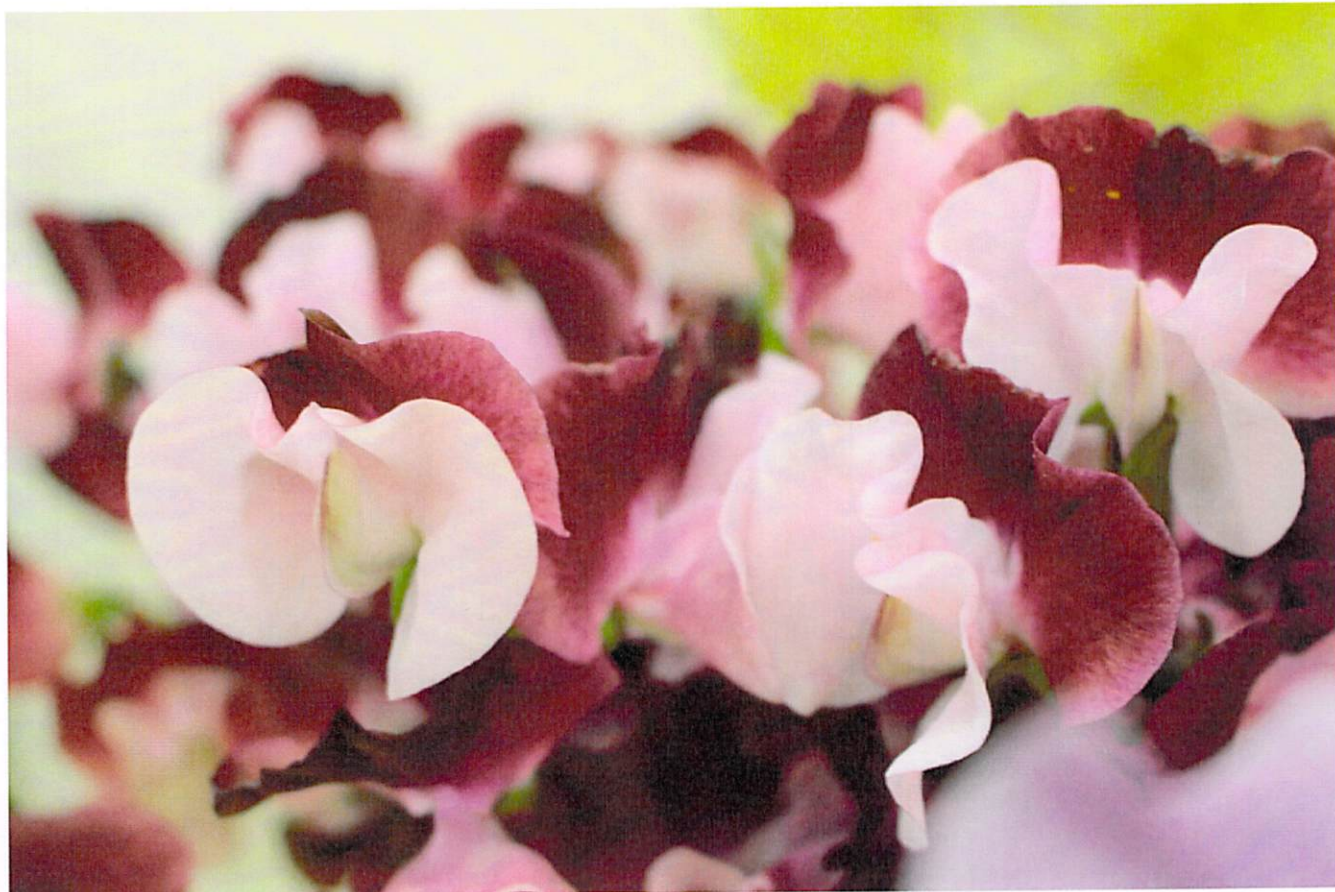


ERI B log

February 2017



撮影 田中江里

話題の腸内フローラと疾患の講演会①

正月早々院内では色々な病気に関係するとされる、腸内フローラの勉強会が開催されました。腸内フローラは約1000種、100兆個もあり、便の10%を占めます。最近ではmicrobiotaと言うそう。腸の上皮に付着して、宿主である人に対し色々なことをしています。最近の検査方法で次世代シーケンサーを用いることにより、これまで培養出来ていなかった菌も解るようになってきたといいます。ここでも遺伝子を用いた検査か・・・と血液疾患に関係する遺伝子が急に解明されてきたのと同じだなと感じました。さて、腸内フローラが色々な疾患と関係していることが知られてきています。まず肥満と腸内フローラも関係しています。動物実験では肥満マウスのフローラを無菌マウスに入れると肥満になるそうです。人でも肥満の人とそうでない人とは腸内フローラの違いが研究されていて、それらを肥満の治療に用いることが出来るのではないかと検討されています。また、年齢で腸内フローラは変化するようです。3歳から60歳くらいまでは同じような腸内細菌ですが、80歳位になるとビフィズス菌が減り大腸菌が増加するなどの変化がみられるそう。元気であるためにも特に高齢者ではビフィズス菌を飲ませるなどしたほうが良いのでしょうか。日本人が好きな発酵食品、また年をとると自然にさっぱりしたもの、野菜が摂りたくなるのも身体が自然にそうさせているのかもかもしれません。

<2017/1/6 江里ブログより>