

乳がんのリスクが上昇する閉経後の女性にトマトが有益

閉経後の女性における乳がんのリスクは、肥満度指数（BMI）が増すほど上昇する。乳がんのリスクを下げるための予防的手段については知られていない。閉経後の女性の体内を循環するアディポカイン^(註)に対し、カロテノイドやイソフラボンが及ぼす影響についての研究はほとんどない。そこで本研究では、リコピンおよびイソフラボンに富んだ食事による血清アディポカインへの影響について検討した。

対象者は、米国オハイオ州のがんセンターを受診している乳がんのリスクが高い閉経後の女性70人とした。平均年齢は57.2歳、BMIの平均は30.0kg/m²、白色人種は81.4%であった。10週間にわたってトマトを中心とした食事（毎日25mg以上のリコピン）を摂取し、2週間の洗い出し期間をおいた後、10週間にわたって大豆を中心とした（毎日40g以上の大豆たんぱく）を摂取した。

トマト中心の食事により、アディポネクチン濃度は増加し（1.09倍）、肥満でない女性ではさらにその影響が強くみられた（1.13倍）。一方、大豆中心の食事では、アディポネクチンは減少し（0.91倍）、肥満でない女性ではより減少傾向がみられた（0.89倍）。全体では、いずれの介入によっても、レプチンやアディポネクチンからレプチンへの比率に有意な変化はみられなかった。

したがって、乳がんのリスクが高い閉経後の女性、とくに肥満でない女性がトマト中心の食事により血清中のアディポネクチン濃度が増す効果が得られる可能性が示唆された。この効果を確認するため、また、機序を解明するためにさらなる研究が必要である。

出典：Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism. Published online:
Jan. 01, 2014

(註) アディポカイン：脂肪細胞から分泌される生理活性タンパク質の総称。アディポカインには、動脈硬化を促進させる方向に働くTNF- α 、PAI-1、HB-EGF、と動脈硬化に予防的に働くレプチン、アディポネクチン等が含まれる。