

ココアの長期摂取により下肢末梢動脈疾患患者の歩行能力が改善

下肢末梢動脈疾患をもつ患者は歩行距離が短いことが知られている。予備研究では、下肢末梢動脈疾患のない者では、ココアおよびカカオフラバノール（カカオポリフェノール）の主成分であるエピカテキンを摂取することで四肢の血液灌流が増大し、骨格筋のミトコンドリア活性が高まることが示唆されている。本研究では、下肢末梢動脈疾患をもつ患者がココアを長期摂取することで歩行能力が改善するかについて検討した。

下肢末梢動脈疾患患者 44 例（平均年齢 72.3 歳）を対象に、ココア 15g とエピカテキン 75mg を含有するココアを摂取するココア群と、いずれも含まない飲料を摂取するプラセボ群にランダムに割り付け、6 か月間摂取させた。歩行能力の評価には、最終摂取の 2.5 時間後と 24 時間後の 6 分間歩行距離を用いた。その結果、最終摂取から 2.5 時間後の 6 分間歩行距離は、喫煙や人種、BMI で補正した場合でプラセボ群と比べて 42.6m 有意に延長した（ $P=0.005$ ）。24 時間後の 6 分間歩行距離は、ココア群はプラセボ群と比べて 18.0m 延長したが有意ではなかった（ $P=0.12$ ）。

今回の結果から、下肢末梢動脈疾患の患者において、ココアの長期摂取が歩行能力の改善に効果的であることが示唆された。確実に有意な改善がみられるかについてはさらなる研究が必要である。

出典：Circulation Research. 2020; 126: 589-599.