

緑茶の習慣 頻尿防ぐ

福島医大医学部泌尿器科学講座の松岡香菜子助手(33)と赤井畑秀則講師(42)、秦淳也学内講師(35)、小島祥敬教授(52)らの研究グループが、緑茶に含まれるアミノ酸の一種「テアニン」の習慣的摂取が頻尿予防に効果があることを世界で初めて解明した。同大が11日発表した。過活動膀胱などの治療法の開発につながるかと期待されるとしている。

研究チームは、頻尿の原因の一つとされる交感神経系の活性化を、テアニンが抑制する点に着目。研究チームによ

福島医大 テアニンの働き解明

ると、水とテアニン溶液をそれぞれ与えたモデルラットを6週間で比較した結果、テアニン溶液を飲んでいたらラットに排尿回数減少などが確認された。

緑茶にはカフェインなど、尿の生成量を増やす成分も含まれているため飲み過ぎると頻尿になるが、松岡助手は「適度な緑茶を毎日飲むことは頻尿の予防に役立つ」と話している。

研究成果は昨年11月、欧州の科学雑誌「メタボライツ」に掲載された。