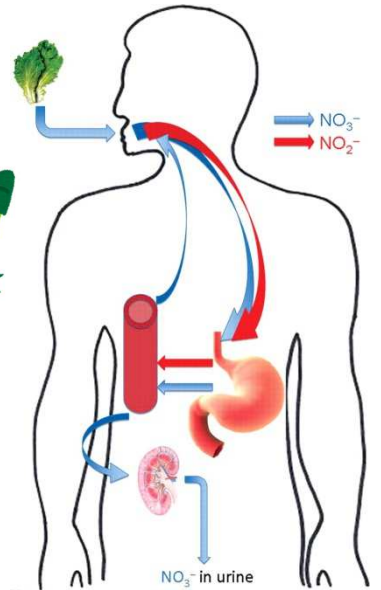


# 野菜に含まれる硝酸態Nが体内で大活躍 一転ヒーローに！



血圧を調整する作用を持つ硝酸態窒素  
～WebImages より～



徳島大学大学院医歯薬学研究部  
薬学域医薬品機能生化学分野  
教授 土屋浩一郎 氏による講演

## 『食餌性硝酸・亜硝酸塩の生理的役割について』

1. 硝酸塩・亜硝酸塩の循環
2. 食べ物と硝酸塩、亜硝酸塩の歴史
3. 体に入った硝酸塩はどうなるか
4. 硝酸塩、亜硝酸塩と一酸化窒素(NO)について
5. 硝酸塩、亜硝酸塩の新たな生理作用
6. まとめ

## ～野菜の硝酸塩は人の健康に必須～

EU ではその含有量が規制されてきた硝酸態窒素。しかし現在、硝酸態窒素が危険だというのは誤解で、むしろ有用な効果を持っているということを示す研究結果が次々と発表されています。

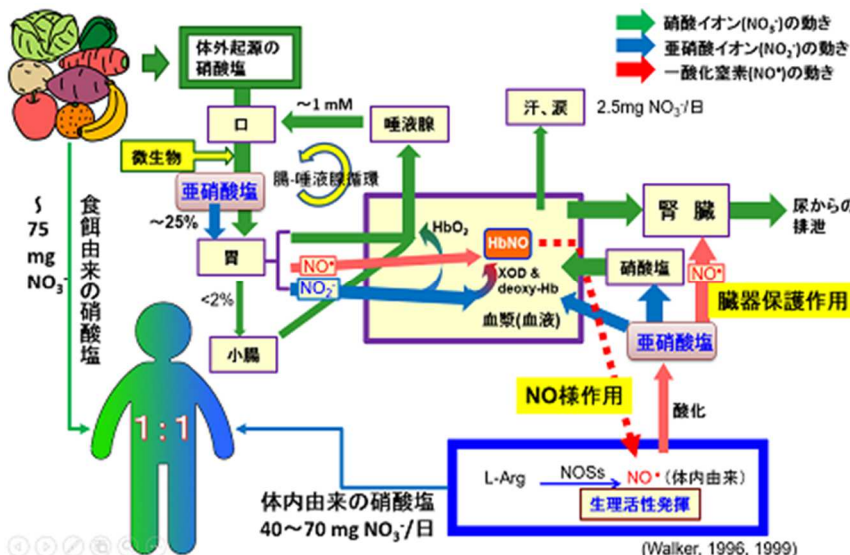
例えば、亜硝酸の生理学的影響としてミトコンドリアの調節、血管拡張、脈管形成、糖代謝の調整、静菌、炎症抑制等があげられています。

さらに今後、亜硝酸の研究から期待されているのが、敗血症、脳卒中、心筋梗塞、くも膜下出血、メタボリックシンドローム、高血圧、胃潰瘍、肺高血圧症等の治療薬の開発です。

昔から、野菜を充分にとると体に良いと信じられていたのは、この硝酸態窒素の効用によるものだったのではないのでしょうか。

野菜からの硝酸塩・亜硝酸塩は決して毒ではありません。ヒトを健康にする有効成分です。

肥料商がする施肥・栽培指導によって、ビタミン、ミネラル豊富な（機能性）農産物を生産者に栽培していただき、ヒトを健康にする農業ビジネスに繋げてみては如何でしょうか。



体内の亜硝酸・硝酸イオンは、内因性および外因性の窒素から成っている

### 【関連ニュース①】

農林水産省の「農業技術の基本指針」から「野菜の硝酸塩対策」に関する記述が削除されました。



### 【関連ニュース②】

琉球大の研究グループが「食事中的硝酸塩/亜硝酸塩の長期不足がメタボリックシンドロームを引き起こす」ということを検証しました。

