

Nucca[®] 食パンの効果

調査報告

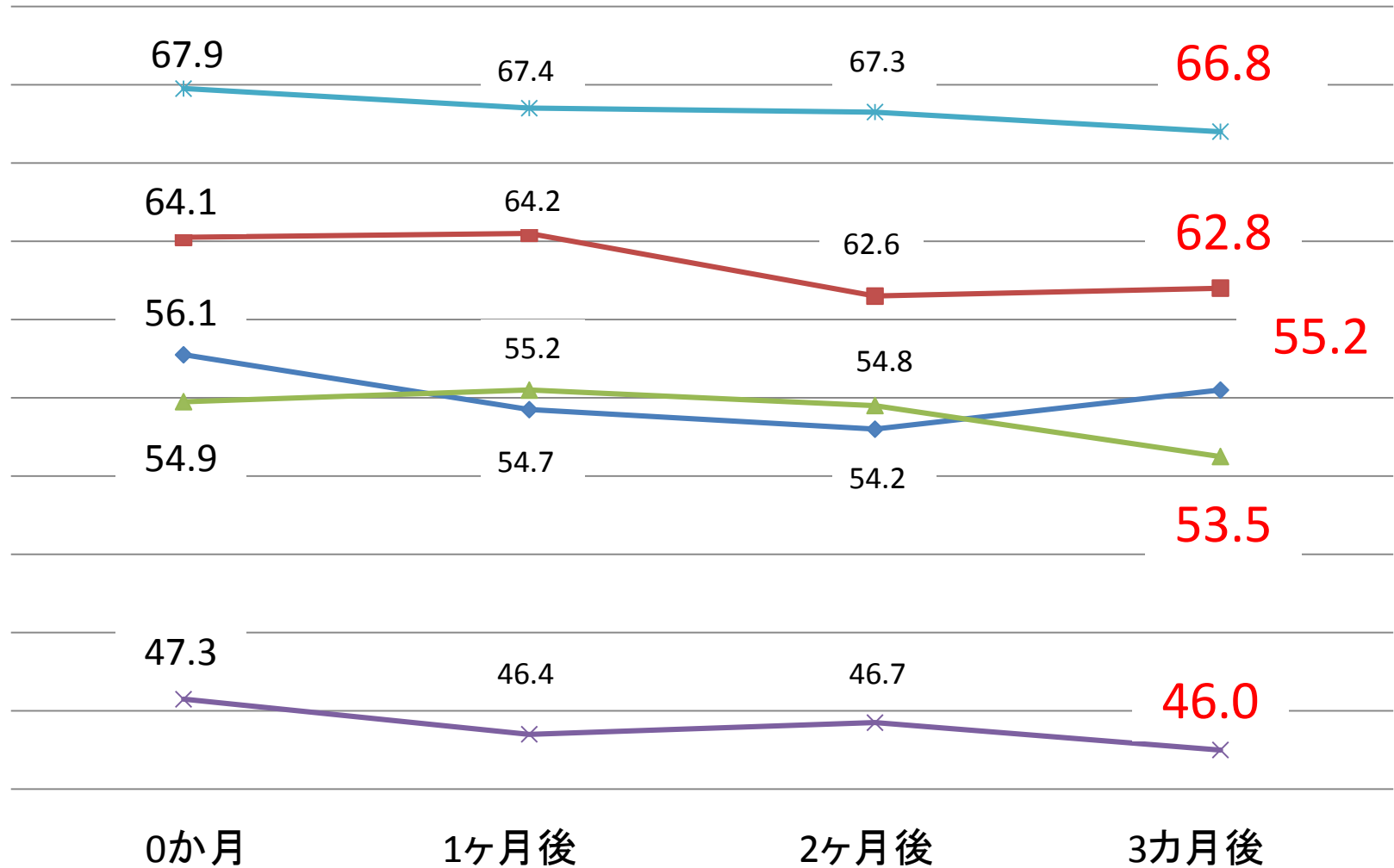
調査 四日市糖尿病クリニック
協力 FOOD CONTROL SHOP ZERO

Nucca[®]食パン効果の調査を実施するにあたり

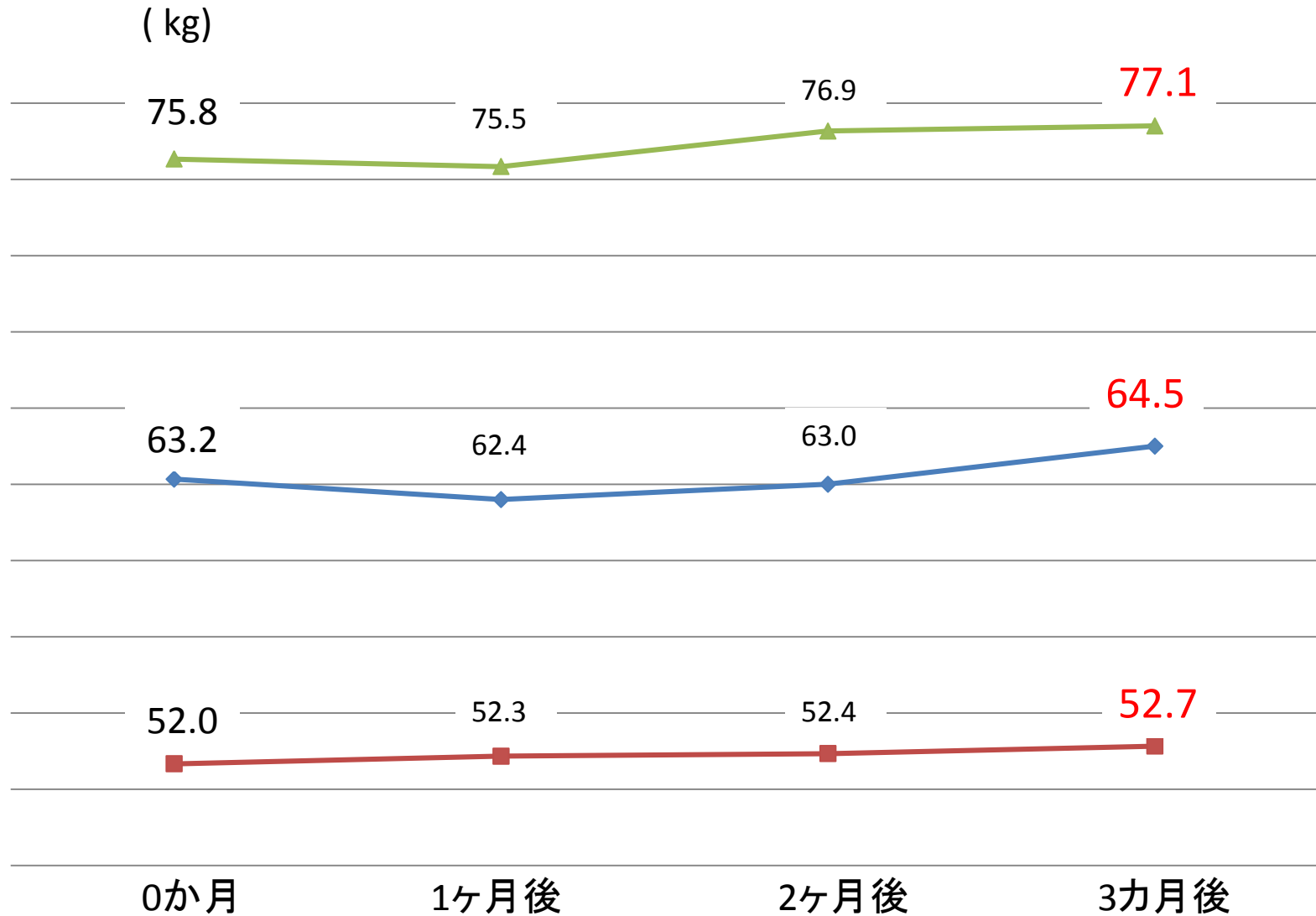
- 当院に通院する糖尿病患者で、糖尿病治療のための薬が同条件下、なおかつ調査3カ月前より内服薬を変更していない、47歳～78歳の男女を対象とし、3ヶ月間調査した。
- 主食の代わりにNucca[®]食パンを食べるのみで、それ以外の食事制限、運動についての指導は病院からの介入はなしとした。
- 主食を置き換える回数は、1日1食～3食までとし、個人の食べやすい食事時間に取り入れてもらった。
- Nucca[®]食パンは1食あたり、1～3枚を個人の状態に合わせて食べてもらった。

ダイエット 成功 症例

(kg)



ダイエット失敗症例



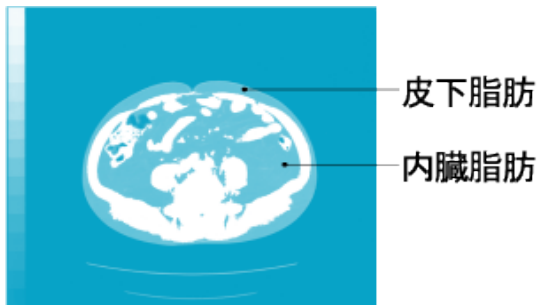
内臓脂肪とは？

内臓脂肪は、腹筋の内側の内臓の隙間についての脂肪のことを言います。

血管に入り込みやすく、生活習慣病の危険因子により強い関係があると言われて
います。

ホルモンの関係で女性よりも男性に蓄積しやすく、加齢とともに、より蓄積しやすくな
るといった特徴があります。

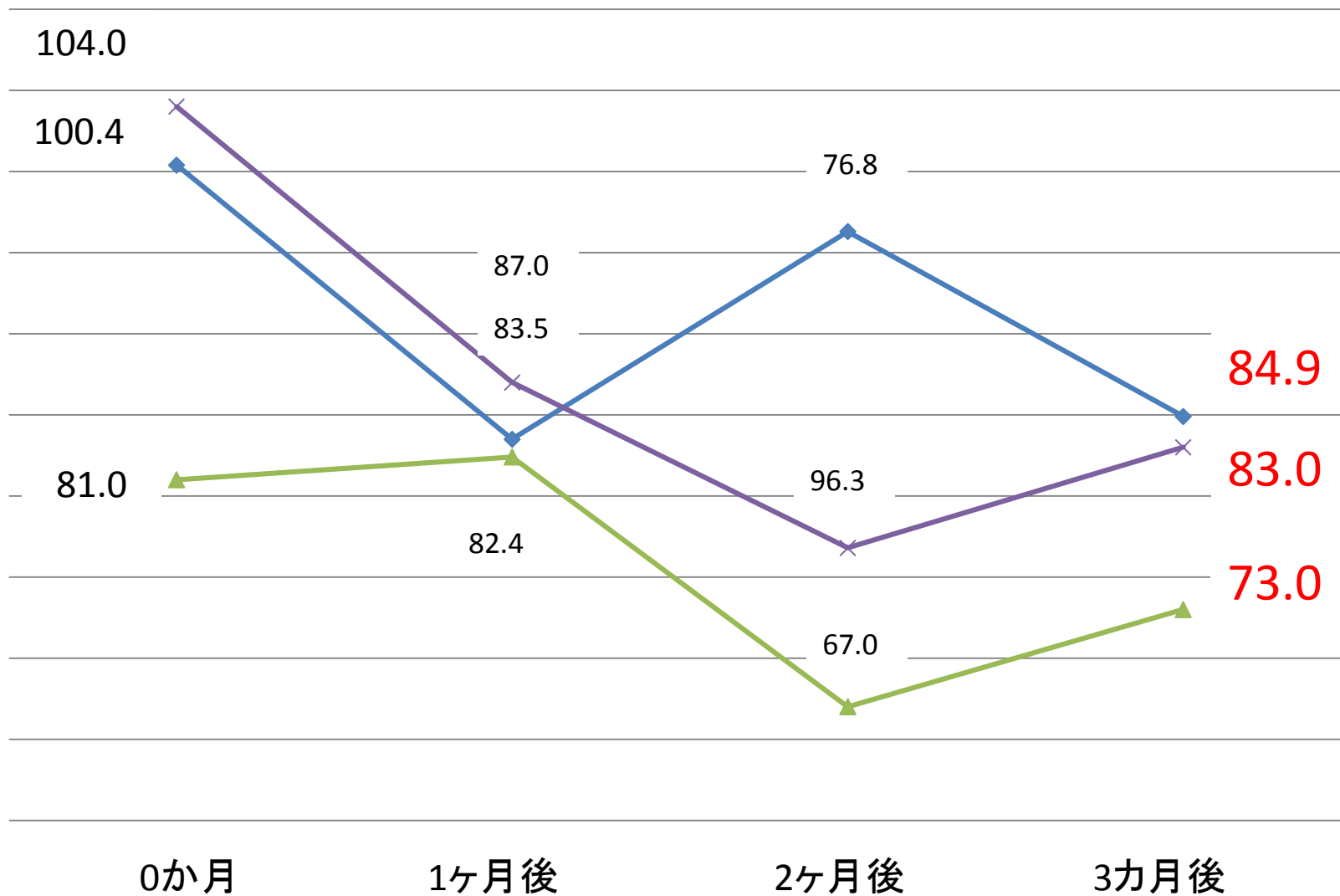
内臓脂肪のつき過ぎは、糖尿病、高血圧症、高脂血症などの生活習慣病を誘発し
やすく、またこれらの病気は、動脈硬化を引き起こしやすくなります。



※当院での内臓脂肪測定はオムロン社のデュアルスキャンを使用
※100cm²以上はメタボリックシンドローム症であり、生活習慣病発症がより強まる

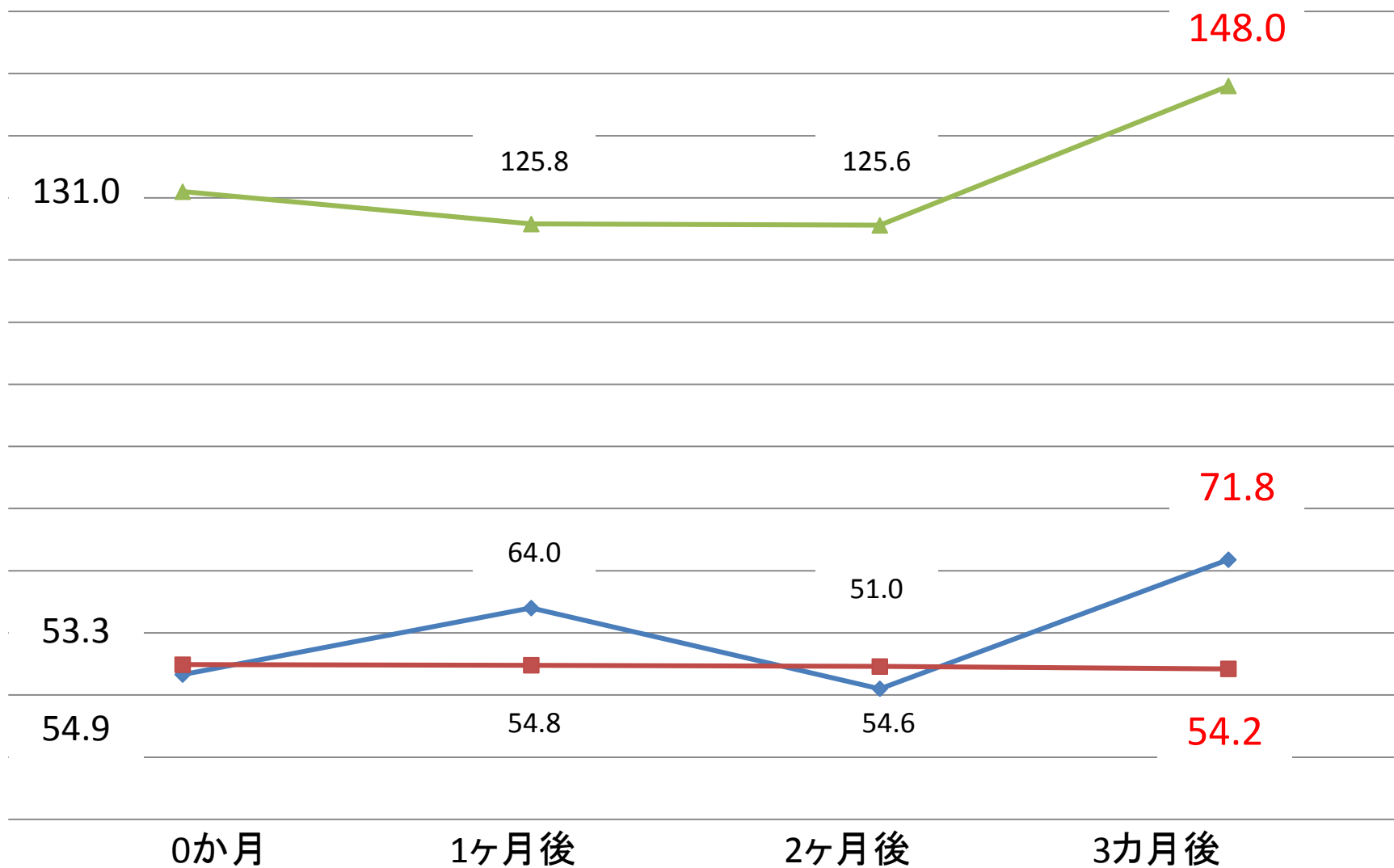
内臓脂肪 減量 成功 症例

(cm²)



内臓脂肪 減量 失敗 症例

(cm²)



HbA1c とは？

HbA1c(ヘモグロビン・エー・ワン・シー)値とは、赤血球中のヘモグロビンに糖と結合しているものがどれくらいの割合かを示す検査値です。

ふだんの血糖値が高い人はHbA1c値が高くなり、ふだんの血糖値が低い人はHbA1c値も低くなります。

過去1-2ヶ月の血糖値の平均を反映して上下するため、多くの病院で血糖コントロール状態をHbA1cの数値で診ます。

【HbA1cの判定基準】

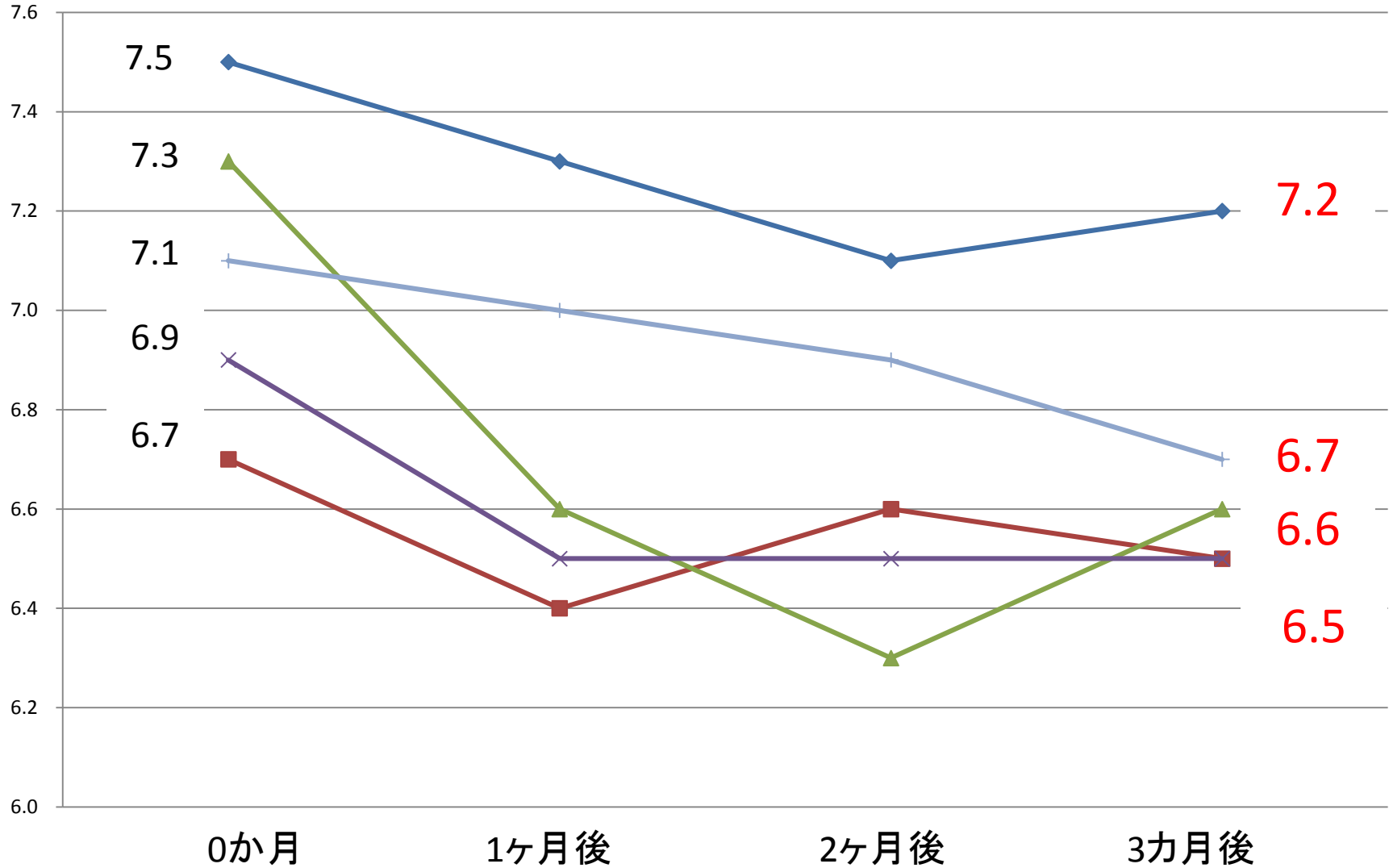
HbA1c 5.6%以上 …… 特定保健指導値判定。

HbA1c 6.5%以上 …… 糖尿病の診断値。

HbA1c 6.5%以上に加え、空腹時血糖値126mg/dl以上または、随時血糖値が200mg/dl以上の場合、「糖尿病」と診断。血糖値が基準値内の場合は「糖尿病疑い」と診断され、今後、発症しないように生活改善が必要となる。

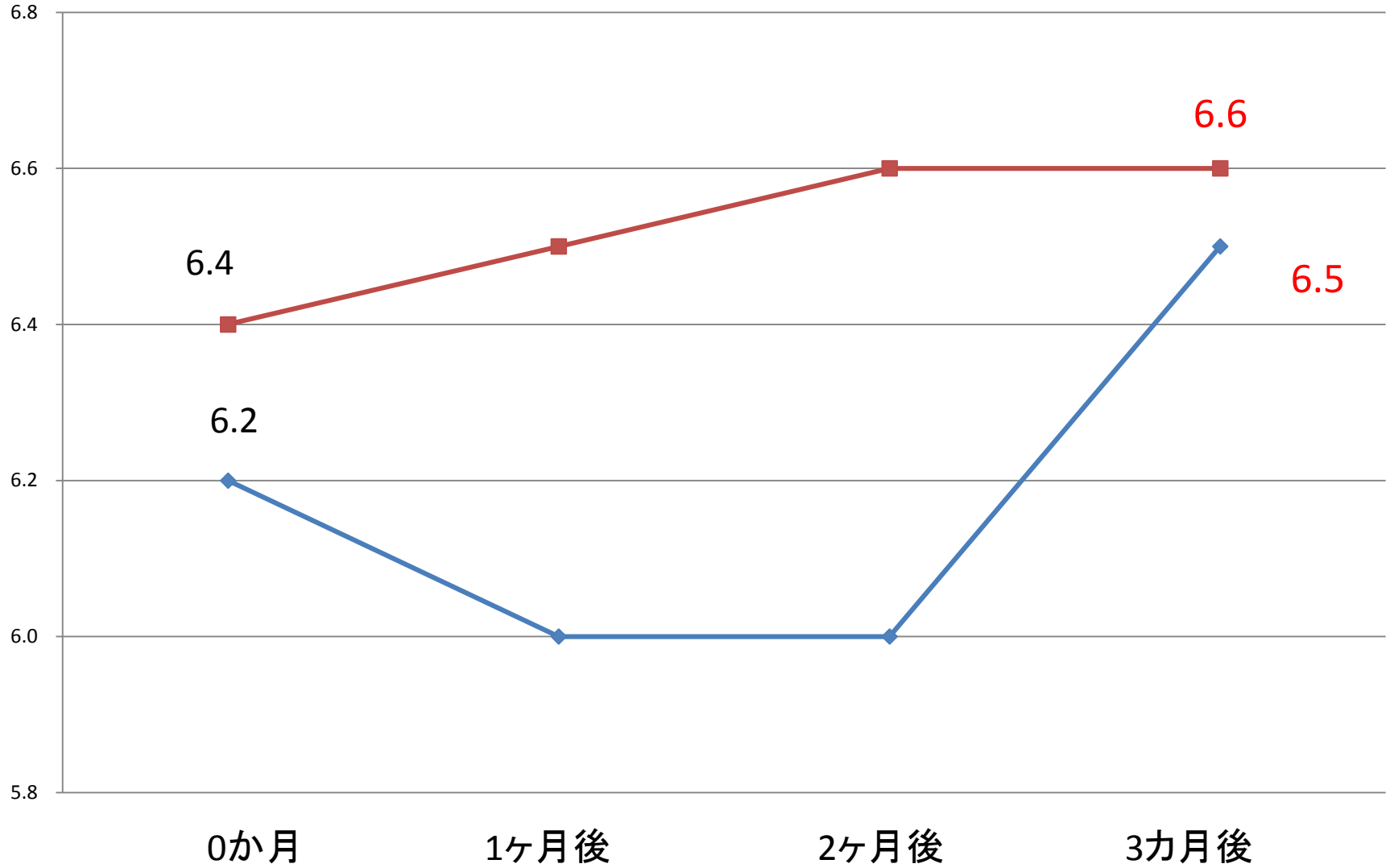
HbA1c 改善 成功 症例

(%)



HbA1c 改善 失敗 症例

(%)



HDL-C (善玉コレステロール)とは？

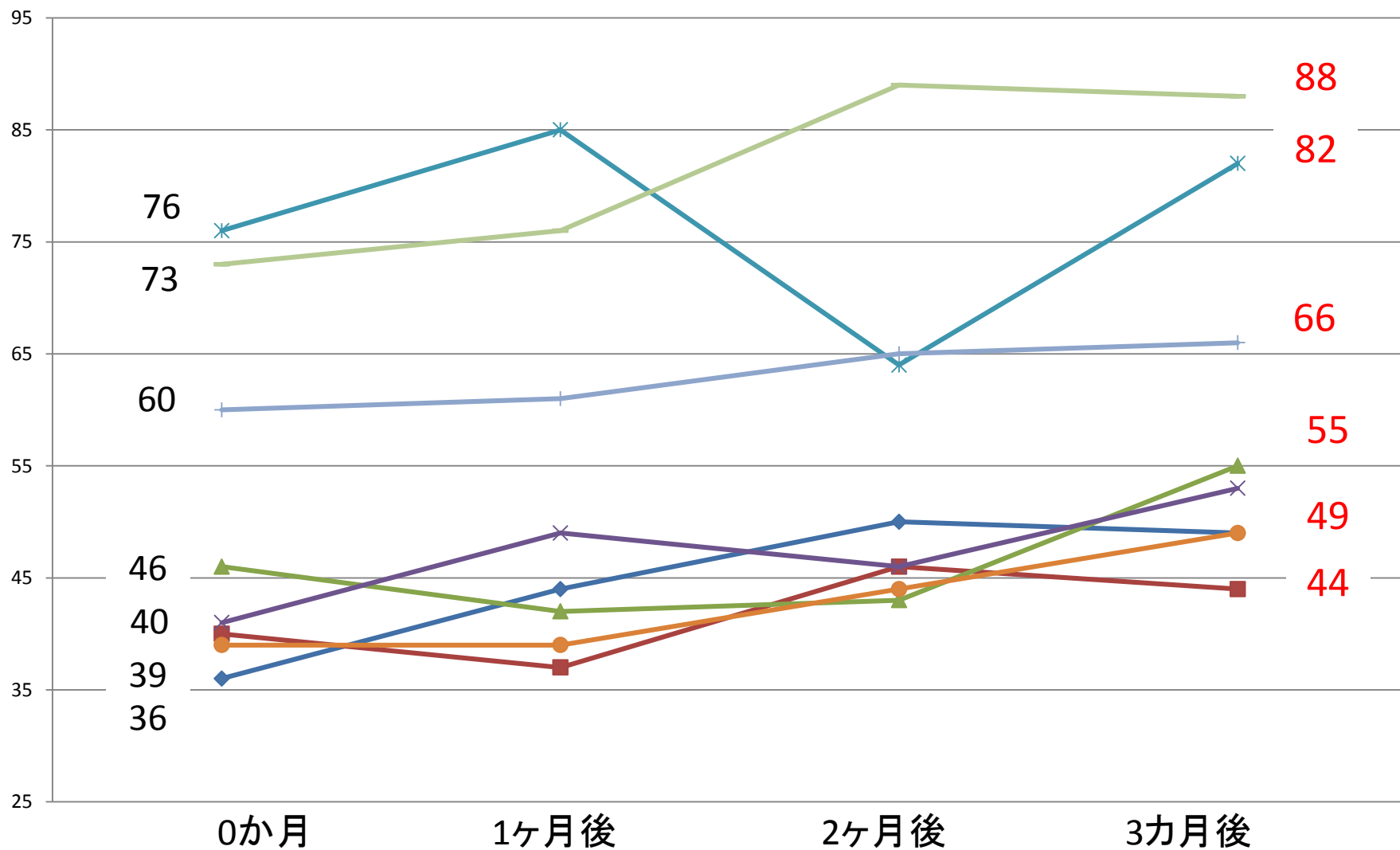
HDLコレステロールは、別名「善玉コレステロール」と呼ばれ、体内のすみずみの血管に溜まった余分なコレステロール(LDLコレステロール※「悪玉コレステロール」と呼ばれる)を取り除く機能があります。

HDLコレステロールは動脈硬化などを防ぐ働きがあります。

動脈硬化疾患予防のガイドラインでは、HDLコレステロールが40mg/dl未満は低HDL-C血症とされ、動脈硬化の危険因子となるため、41mg/dl以上を目標としている。

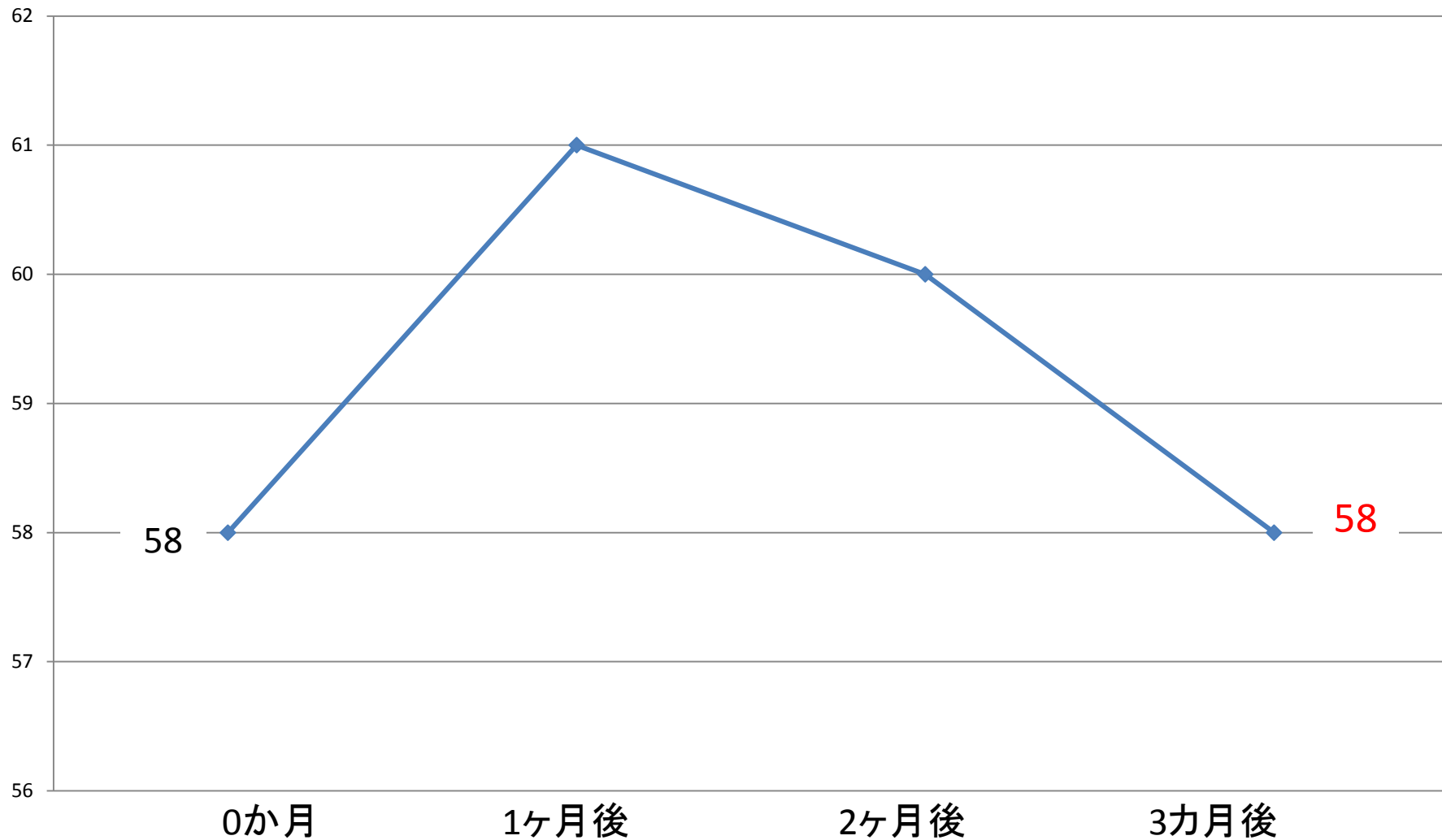
HDL 改善 成功 症例

(mg/dl)



HDL 改善 失敗 症例

(mg/dl)



Nucca[®]食パンは糖尿病治療において効果があるのか？

- 主食をNucca[®]食パンに置き換えること以外は、厳しい食事制限をしていないため、体重・内臓脂肪の減少量は多くはないが、患者自身が無理なく継続できるという利点は大きいと言える。今後も継続し、Nucca[®]食パンの置き換えた食事をするすることで、リバウンドをすることなく体重・内臓脂肪減少ができることが考えられる。

体重・内臓脂肪減少からHbA1cの改善もみられ、Nucca[®]食パンは糖尿病治療において効果的であると言える。

脂質代謝への影響はどうか？

- 低糖質パンは市販されている一般的な食パンに比べ、脂質量がやや多めであるが、今回の調査では動脈硬化の予防の働きをするHDLコレステロール(善玉コレステロール)が増加しており、脂質代謝への悪影響は少ないと言える。

なぜ、効果が得られなかった人がいるのか？

- 体重・内臓脂肪が増加、HbA1cの改善しなかった症例は、調査前に比べ、調査中の食習慣には過食がみられた。そのため改善されない結果となった。低糖質のNuCCA®食パンを食べていても、その他に食べるものも考慮しなければ、NuCCA®食パンの効果が得られないと言える。