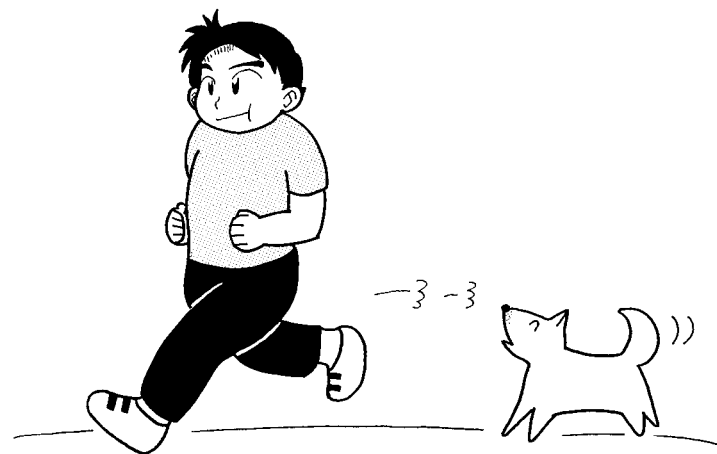


若年肥満者の血漿アディポサイトカインレベルに対する運動特性からみたトレーニング効果

研究代表者 大阪市立大学 原 文貴

ヒトは貯蔵脂肪を蓄える組織として脂肪組織を持っています。近年の研究において、この脂肪組織は、単に脂肪を蓄えるだけでなく、種々のホルモンを分泌し摂食量やエネルギー代謝を調節していることが明らかになりました。脂肪組織から分泌されるホルモン（アディポサイトカイン）の中で、糖尿病や肥満との関係でとくに注目されているのがアディポネクチンとレプチンです。本研究では、平均年齢が約20歳の若年肥満者を対象として、血漿アディポネクチンとレプチンに対する8週間の持続的運動トレーニングもしくは5ヶ月のレジスタンストレーニングの影響を検討しました。その結果、血漿レプチンには一定のトレーニング効果は認められませんでした。両トレーニングによる血漿アディポネクチン濃度の変化量は、体重、BMI、および体脂肪量の変化量と逆相関することが分かりました。

従って、血漿アディポネクチンを増加（改善）するためには体組成の改善が関係すると考えられます。



糖尿病や肥満にかかわる血漿アディポネクチンの改善は、体力づくりに関係があるようだ

