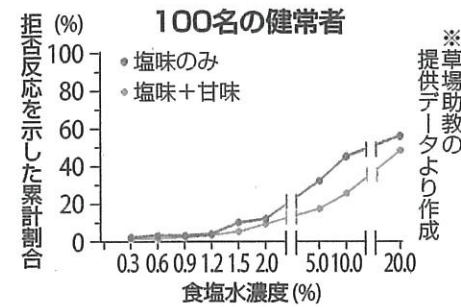


「甘じょっぱさ」に注意

京都府立医大など発表
感覚鈍り、塩分摂取増も

甘みが加わると塩辛さへの感覚が鈍り、塩分摂取量が増える可能性がある。京都府立医大とハウス食品グループの研究グループが発表した。慢性腎臓病(C



KD)患者はその傾向が特に顕著で、研究グループは甘みの影響を加味した減塩が求められるとしている。ヒトを含めた哺乳類にとって低濃度の塩分摂取は欠かせないが、塩分濃度の高い塩辛さには味覚が拒否反応を示す。府立医大医学研究科腎臓内科学の草場哲郎助教らの研究グループは、この拒否反応を生じる感度と甘みの影響をみるため、食塩水を垂らしたる紙に砂糖水も含ませたものとそうでないものを、健常者とCKD患者に口に含んでもら

い、感じ方を検査した。濃度別に食塩水を試すと、健常者(100人)では約32%が海水3%程度より少し塩辛い濃度(5%)で拒否反応を示したが、同じ濃度でも砂糖が含まれていると拒否反応を示す人の割合は17%まで低下。塩分濃度を10%に引き上げると半数近い45%が拒否反応を示したが、砂糖が加わると25%に下がった。もともと塩味への感覚が鈍いCKD患者(66人)では、10%食塩水に拒否反応を示した割合は健常者よりはるかに低い15%にとどまったが、砂糖の甘みが加わることによって3%にまで低下。しょうゆ(15%程度)より塩分濃度の高い20%食塩水でも、甘みが入ると8%しか塩辛さを感じなかった。草場助教は、漬物などの単純な塩辛さだけでなく、照り焼きや焼き焼きなどの「甘じょっぱさ」に注意した方がいい場合もあるとして、「甘みによって塩分が

ぼやかされることを知り、適切な減塩をしてほしい」と訴える。CKD患者に対しては、医師や周囲の人た

ちが健常者とは塩分への感度が異なることを前提にして減塩指導する必要があるという。

研究論文は、英科学誌サイエンスフィックスリポートに掲載された。
(鈴木雅人)