

成熟したココナッツ



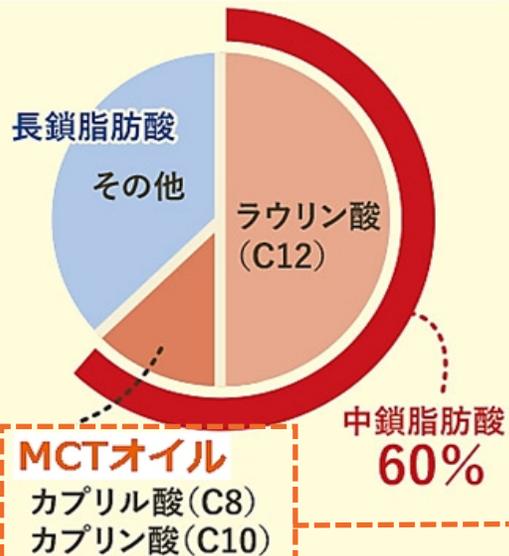
油脂だけを探り出す

ココナッツオイル



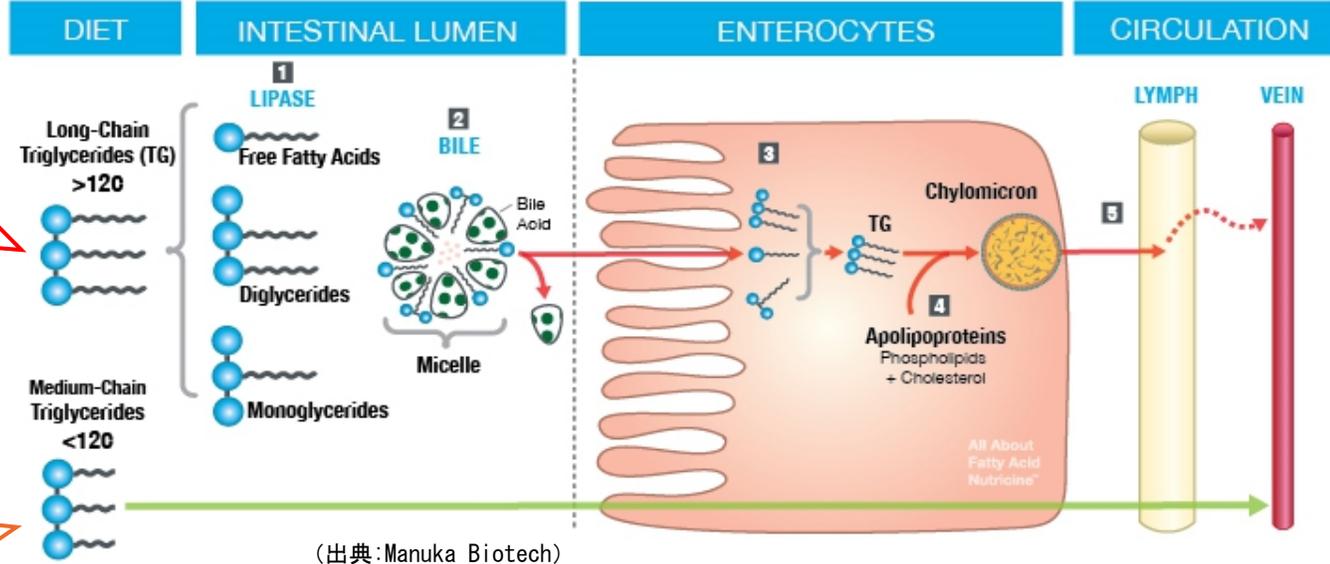
長鎖脂肪酸やラウリン酸の割合が多いため、常温で固形になる

ココナッツオイルの脂肪酸組成



カプリル酸 (C8) とカプリン酸 (C10) のみを探り出したのがMCTオイルである。Medium Chain Triglycerideの略であるが、中鎖に分類されるラウリン酸は取り除かれているのが特徴。

<作成: stnv基礎医学研究室>



(出典: Manuka Biotech)

炭素数が8個や10個の比較的短い炭素鎖の脂肪酸を結合しているトリグリセリドは、種々の成分が含まれている体液中では油滴を作らせずに輸送することが出来る。即ち、長鎖脂肪酸を結合しているトリグリセリドのような複雑な輸送過程を経る必要が無く、処理に必要なエネルギーと時間を大幅に節約することが出来る。

時と場合によってMCTオイル摂取が功を奏する

◆緊急時における早急なエネルギー源確保

摂取してからエネルギー源になるまでの時間が短いため、エネルギー補給を急がなければならないときに重宝する。例えば、医療現場における手術後のエネルギー補給や、高齢者や栄養失調者における低栄養状態を早急に改善したい場合など。

◆体内のケトン体濃度が高まる

ケトン体は、糖質に比べて脂質の利用度が高まってきたときに、備蓄用エネルギー源としてミトコンドリア内で合成されて放出される物質である。ケトン体の血中濃度が高まると、学習能力や記憶能力の向上、認知機能の向上、神経細胞の保護、神経細胞のアポトーシス抑制、神経栄養の向上、特に脳神経系における炎症の抑制、酸化ストレスの軽減、神経変性疾患の予防、てんかん発作の抑制、2型糖尿病や糖尿病性網膜症の予防および改善、動脈硬化性疾患の予防、痛風の予防、抗がん作用、寿命延長などがもたらされる。

◆上記によって得られる長期的な効果

アルツハイマー病における病状/記憶力の改善、糖尿病をはじめとした生活習慣病の改善、ミトコンドリアの総体積の増加および機能向上、持久性運動における持久力の向上、など。