

機能性食品としてのキノコ

食・栄養と薬は健康の維持・増進、病気の予防や治療に用いられる。西洋医学の祖、ヒポクラテスは「汝の食事を薬とし、汝の薬は食事とせよ」(“Let food be thy medicine, and medicine be thy food”)という「医食同源」の格言を残し、江戸時代の儒学者で医師の貝原益軒も「養生訓」の中で「食」の重要性を説いている。病気の予防や治療、健康の回復・増進に資する、医学、薬学と栄養学・食品機能学の相互理解に関する研究の必要性が高まってきている。現在使用されている薬の60～70%は、食用植物、果実、野菜、ハーブ類、微生物や発酵物などに由来している。“Best sold and registered drug”として100年の歴史を誇るアスピリンの発見は紀元前にヤナギの枝や樹皮エキスを飲物としたこと(「食」から「薬」)に始まり、世界的な健康飲料の緑茶は炎症や創傷などの治療の伝統的な医薬としたこと(「薬」から「食」)がその起源である。傑出した発明家として知られているトーマス・エジソンは、著書「未来の医学」のなかで、「未来の医師は、薬を使わず、患者の治療において、人体の骨格構造、そして栄養・食事を重視し、病気の本来の原因を探し、予防するという、人間の基本を大切に治療するであろう」と述べている。食・栄養などによる予防医学の重要性を説いている。

さて、本特集の主題であるキノコは、ビタミン、ミネラル、食物繊維などの多くの栄養素とともに、病気を予防・治療する薬理・薬効成分を含むことが報告されている。中国では古くから漢方薬や民間薬として珍重され、これまでに様々な健康効果や疾病症状の改善などの機能が知られている。

本特集では、「機能性食品としてのキノコ」について、本分野を代表する専門家に基礎研究およびヒト介入試験研究に基づく知見をご紹介いただく。医食同源の代表的素材としてのキノコの有用性について理解を深める一助になれば幸いです。

山田静雄

(静岡県立大学大学院薬学研究院薬食研究推進センター)