

「低下した免疫力を 乳酸菌シロタ株が 高めてくれる」ってホント?



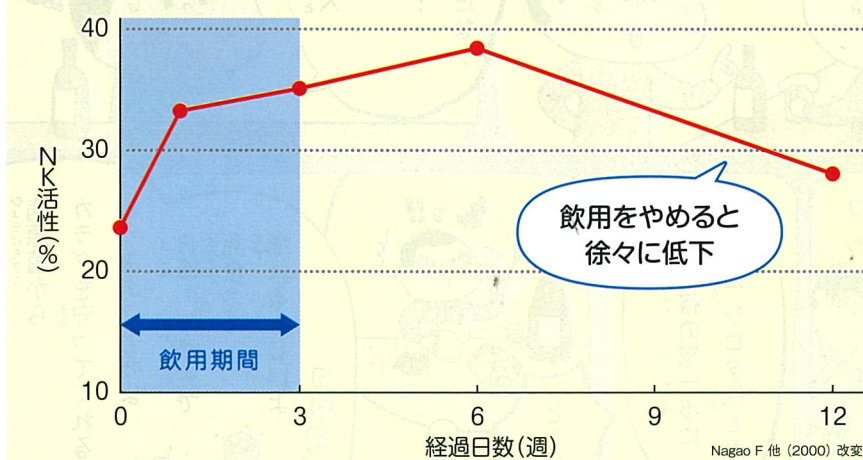
免疫力は、加齢や生活習慣の乱れなどで低下するといわれています。

乳酸菌 シロタ株には、さまざまな要因で低下する免疫力を回復させるチカラがあるんです。

人で実証!

乳酸菌 シロタ株を飲んだら、低下したNK活性*が上昇しました。

*ナチュラルキラー(NK)細胞の強さのことで、免疫力の指標として用いられます。



Nagao F 他 (2000) 改変

NK活性の低い成人9名(20~40歳、平均年齢32.7歳)に、乳酸菌 シロタ株を400億個含む飲料を、1日1本、3週間飲用してもらい、NK活性の変化を調べました。

今週のメモ



お酒、タバコ、食べすぎ、夜更かし…。誘惑が多くて、生活習慣はつい乱れがち。おまけに日頃のストレスまで。これらはすべて、免疫力を低下させる原因に。こんな現代人の生活にこそ、乳酸菌 シロタ株は欠かせない存在かもしれませんね。

人も地球も健康に

Yakult