



## アントシアニンによる眼疾患の予防と緩和の可能性

大野 重昭<sup>(1)・(2)</sup>、大黒 浩<sup>(3)</sup>

(1)愛心メモリアル病院眼科、(2)北海道大学大学院医学研究科眼科学分野、(3)札幌医科大学眼科学講座

視覚を通して得られる外界の情報は五感の中でも80%を占めており、日常生活における眼球、視覚器の重要性は今さら強調するまでもない。眼球は直径わずか24mmの小さな球形の感覚器である。起床後は一日中外界の光情報にさらされ、就寝時まで休みなく働き続けている。近年、各種のIT機器が極度に普及し、眼は以前よりさらに酷使されるようになった。

眼の正常な生理機能を維持し、病的な視機能障害を予防、緩和するためには日常生活における不断の努力が不可欠である。その一つは科学的根拠に基づいた機能性食品の摂取である。我々はこれまでいくつかの食品が眼に及ぼす良好な機能改善効果を報告してきた。

アントシアニンもその一例と考えられ、今回の講演では眼疾患の予防や症状の緩和に対する可能性について、お話をしてみたい。