

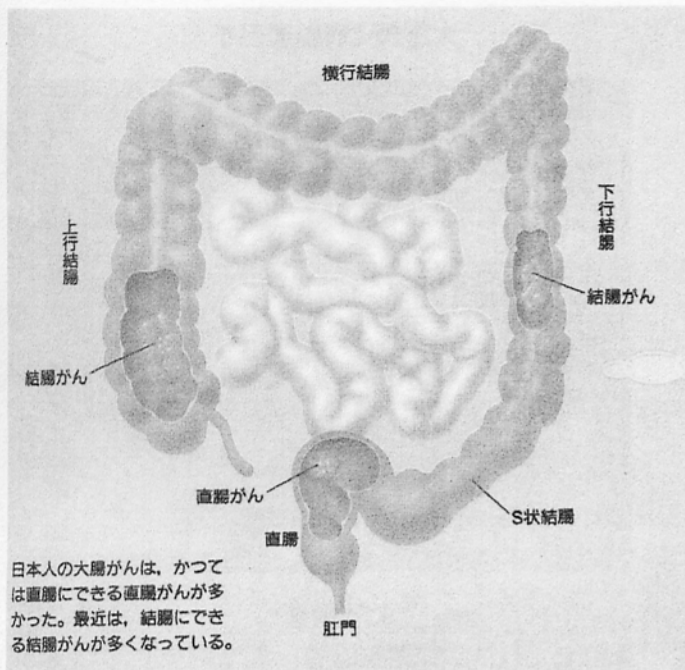
大腸ガン・結腸ガンにリグナン繊維！

—トロント大学・L・トンプトン博士—

Flax-The Super Food

Lignans(リグナン)

Not too long ago the worlds “lignin” or “lignan” could not be found in any medical dictionary. Lignans are an important, newly discovered group of substances. They are plant estrogens (phytoestrogens) that may play a key role in the prevention of breast, prostate, uterine, and colon cancers. These friendly plant hormones not only prevent some cancers but they also play an important role in maintaining healthy,

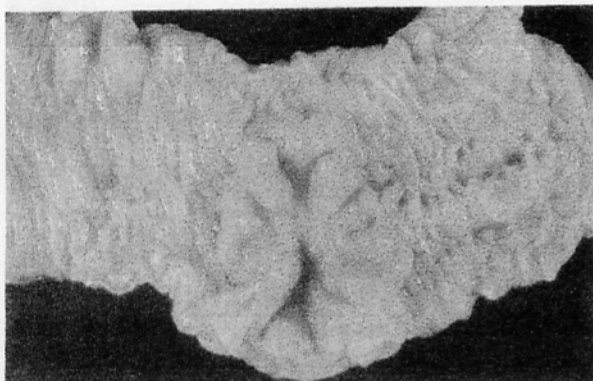


1984年、カナダのトロント大学をはじめとするガン研究機関は、人体中のリグナンを分離し、研究を続けた結果、小腸の有用細菌叢で、リグナンが大変な働きをしていることを発見しました。

リグナンが非常に強力な対ガン効果物質に変化する。



フラックスに含まれる優れたリグナンは人・体の中の動物性リグナンであるエンテロラクトン、エンテロディオールを造り出す配糖体である。そこでこのフラックスリグナン繊維はコレステロールをコントロールしたり、大腸ガンを中心に乳がん・子宮ガンなどを防ぐ強力な働きをします。



手術で切除した大腸がんの病巣

大腸ガンと乳ガンとフラックス

Yoshiaki Matsumoto

○ 外皮中に多く含まれる繊維

植物種子の外皮には繊維が特に多い。セルロースヘミ・セルロース・リグニンなどの非水溶性繊維である。従って、フラックス玄粉のように外皮そのものを100%残した粉末は、我々の日常生活では目にするのできない貴重なフラックスの玄粉です。

○ フラックスの リグナン繊維は がん予防を

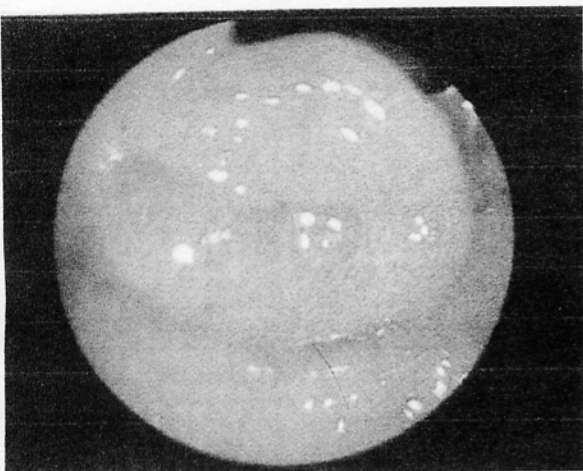
最近、ガン予防研究者の間で、フラックスに含まれるリグナンが注目を集めています。リグナンは海藻や大豆・小麦などにも含まれていますが、その含有量はフラックスが飛び抜けて高いのです。このリグナンはカナダ・トロント大学の研究により、小腸の有用細菌叢によって非常に強力な対ガン効果物質に変化することが明らかにされました。(1984)この対ガン効果物質は、ホルモン分泌に関係するガンにその効果が強力とのことです。

○ 特に大腸ガン・前立腺ガン 子宮ガン・卵巣ガン

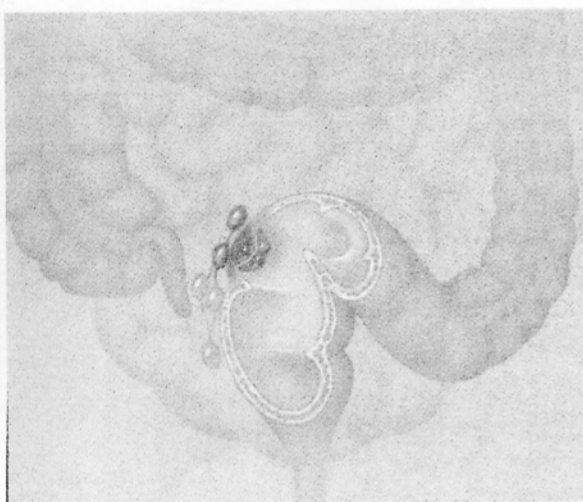
フラックスのリグナンは、人体の動物性リグナンを作りだす配糖体で、このリグナンは構造的に合成ホルモンであるエストロゲンに似ているがエストロゲンを抑える働きをもっているので、大腸ガンや乳ガンを予防する。

○ フラックスの食物繊維の 多さは特別です。

ちなみに、他の穀物と比べてみますと、100gなかで玄米3.4g、白米2.5g、小麦2.5g。ロールパン0.1g。めん1.3g。と比べて、フラックス玄粉は25g~30gと10倍、30倍と特別高いめずらしい穀物でこの繊維は消化管の中でのコレステロールをコントロールするのに役立っています。又、フラックスに含まれるナイアシンは血中コレステロールを減らすのに役立ってコレステロールから発ガン物質を造るのも防いでいます。



下の直腸ガンの拡大



直腸ガン

