

## パラドクス

福岡伸一

## 肝心なはなし



イラストレーション 村上テツヤ

まるごとそのまま受け入れている。

このような理想食品である母乳を奪われてしまうと、子供は自分で食物を摂取しなければならぬ。今の日本のような飽食環境にあれば、あらゆる種類の離乳食が市販されており、子供たちも過剰なまでに手厚くケアされるわけだが、アフリカの飢餓地域ではそうはいかない。

た子供が陥りやすい。

母乳は、摂取されることを目的に作られる唯一の生体産物である。そのため糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルなど栄養素が過不足なく含まれる理想の食品である。免疫系がまだ十分、準備態勢にない乳児に対して、抗体などの防除物質を供給してくれる役割もある。このため、生まれてまもない赤ちゃんの消化管は、消化酵素によるタンパク質の分解をあえて積極的に行わず、むしろ母乳由来の抗体タンパク質を

いきおい痩せた土地でも育つ数少ない作物であるキヤッサバのようなものを主要な食料とならざるをえない。キヤッサバはイモの一種。キヤッサバにはデンプンがたくさん含まれるが、生育期の子供に必要なタンパク質には乏しい。つまり飢餓地域では、栄養素のうち、糖質(デンプン)はあるのに、タンパク質が足りないという状況が起きやすい。そのアンバランスがクワシオコワの主要な原因と考えられている。

私たちが食べる食物は消

化管で消化・吸収され血液中に入る。それはすぐに全身を巡るのではなく、いったん肝臓に集められる。肝臓は栄養素利用の優先第一順位にある臓器。ここで糖質はエネルギー源になる。

もし糖質が余れば脂質に変換して貯蔵される。タンパク質は消化管でアミノ酸に分解され、アミノ酸は肝臓でさまざまなタンパク質に再編成される。脂質も肝臓で分解されたり、合成されたりする。この動きがバランスよく流れていけば、私たちは健康でいられるが、バランスに乱れを来すと病気が生じる。

肝臓は栄養素を消費するとともに全身の細胞へ栄養素を供給している。供給物の代表例はリポタンパク質。これは脂質とタンパク質の複合体である。もし、タンパク質が不足すると脂質を肝臓から運び出すことができなくなる。すると肝臓に脂肪が滞留し、脂肪肝となってしまう。クワシオコワで腹部が膨らむ要因のひとつは脂肪肝なのだ。つまり、栄養素が足りていな

い状態なのに、足りなさのアンバランスによって、過食の象徴のような脂肪肝になるという皮肉なことが起きる。

福岡ハカセの知人の栄養学研究者は、この仕組みを応用してフォアグラを作り出すことに成功した。ご存じのとおり、フォアグラは、大量のエサを漏斗状の器具で強制的にガチョウに給餌して(ガヴァーージュ)、脂肪肝を作り出す。このやり方が残酷だと批判を受けており、フォアグラをメニューから外す航空会社もあるほどだ。ならばということでは、ガヴァーージュを行うのではなく、かわりにタンパク質欠乏食(糖質、脂質は十分)を与えた。すると見事な脂肪肝ができるのだ。これなら果たして残酷ではないのだろうか……残酷なのはそもそもあくなき美味と飽食を追求する人間の強欲さの方である。食の安全の観点から生レバーが禁止されるといふニュースに接して、黙々と働いてくれている肝臓についてちょっと思いをめぐらせてみた。

クワシオコワ(またはクワシオルコルとも表記)という名の奇病がある。アフリカの飢餓地域で、手足が細いにもかかわらず、腹部が異常に膨れている子供の写真を見たことがあるかもしれない。栄養不足なのになぜ? あれがクワシオコワの典型的な症状なのだ。

病名の起源は、アフリカ・ガーナ地方の言葉で、(まだ幼い)上の子がいるのに、下の子ができてきた、という意味から来ているという。弟や妹ができたために無理矢理、乳離れさせられ