

内科

腸内細菌とうつ病の関連について

近年増加しているうつ病と、腸内細菌叢（そうごう）との間には関連があることが知られてきています。うつ病患者さんの腸内は、健康者よりもビフィズス菌が有意に低下し、ラクトバチルスの総菌数も低下傾向が見られ、バクテロイデス門、プロテオバクテリアなどの顕著な増加が見られました。腸内細菌

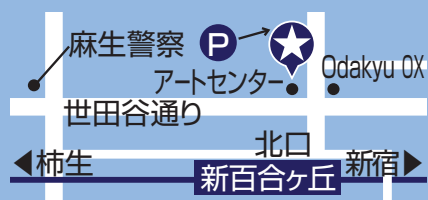
叢の乱れによって腸の透過性が進み、「漏れる腸 (leaky gut)」となります。そして、腸内細菌や毒素などが体内へ侵入する機会を増やすために神経炎症を引き起こします。中枢神経系に多く分布する特定の受容体の過剰な活性化は、うつ病の発症と関連していると考えられています。抗うつ薬にラクトバチルス・カゼイなどを加えた治療

を受けた群は、プラセボを加えた群より明らかにうつ病症状スコアの改善が見られました。乳酸菌成分の摂取により、うつ状態を改善することが期待されています。



■ 内科
新百合山手福本内科

福本 学



☎044-955-8877
麻生区万福寺6-7-2
メディカルモリノビル2F
<http://www.fukumotonaika.jp/>