

## 論文紹介

詳しくは、  
真野研究室にお問い合わせください。また、  
タイトルを検索して本文をご覧ください。



日本スポーツ栄養研究誌に掲載される論文を紹介します。なお、この論文は、本学スポーツ栄養研究会サポート部門の活動の一環を報告したものです。

### 【タイトル】

大学生競技者の試合期に向けた乳酸菌飲料の摂取と唾液中分泌型免疫グロブリンA(唾液SIgA)を用いたコンディション管理

### 【目的】

・本活動は新型コロナ感染拡大禍にCovid-19および上気道感染症予防の一環に行い、11月に開催された全日本大学選手権へ向けたコンディション管理を実施した。

### 【ポイント】

- ・唾液SIgA濃度の9月から11月の推移
- ・対象者は乳酸菌飲料を免疫の維持増加のために、10月下旬から11月下旬まで摂取した。
- ・食事調査の結果、対象者の栄養摂取量は、エネルギー摂取量が、推定エネルギー必要量を大きく下回っていた。

	9月	10月	11月
活動内容	唾液SIgA測定 食事調査	唾液SIgA測定 食事調査	唾液SIgA測定
		乳酸菌飲料の摂取期間	
唾液SIgA濃度 ( $\mu\text{g/ml}$ )	203.43 ± 83.31	218.09 ± 82.33	190.48 ± 77.22

### 【唾液SIgAとは】

唾液SIgAの低下によって、上気道感染症のリスクが高まることが示唆されています。

### 【唾液SIgAと乳酸菌飲料との関係】

乳酸菌を含有する食品の摂取が唾液SIgAの向上に関与していることが報告されています。