

研究成果 ブドウの消費は高齢者の目の健康に役立つ

FreshPlaza 2023年10月6日

最近のヒトを対象とした無作為化比較試験によると、ブドウを16週間摂取すると、高齢者の目の健康に関する主要なマーカーが改善された。科学雑誌「食品と機能」(Food & Function)に掲載されたこの研究では、ブドウの定期的な摂取が黄斑色素の蓄積やその他の目の健康のバイオマーカーに与える影響を調べた。これはこのテーマに関するヒトを対象とした初めての研究であり、その結果はブドウを消費することが網膜の構造と機能を保護することを明らかにした以前の予備研究を補強するものであった。

科学は、高齢者で眼の疾患や視力障害のリスクが高いことを示している。眼の疾患の主な危険因子には、1)酸化ストレス及び2)高いレベルの眼の終末糖化産物(AGEs)等がある。AGEsは、網膜の血管に損傷を与え、細胞の機能を損ない、酸化ストレスを引き起こすことにより、多くの眼疾患の一因となる可能性がある。食事由来の抗酸化物質は、酸化ストレスを軽減し、AGEsの形成を抑制することができ、黄斑色素の光学的濃度(MPOD)の改善など、網膜に有益な効果をもたらす可能性がある。ブドウは抗酸化物質や他のポリフェノールの天然の供給源である。

この新しい研究では、34人の被験者がブドウ(1日当たり1.5カップ相当)またはプラセボのいずれかを16週間摂取した。ブドウを食べた人は、プラセボを摂取した人と比較して、MPOD、血漿抗酸化能、及び総フェノール含有量の有意な増加を示した。ブドウを消費しなかった人では、皮膚で測定した有害なAGEsの有意な増加が見られた。

キム・ジュンユン博士は、「我々の研究は、ブドウの消費が人間の目の健康に有益な影響を与えることを初めて示したものであり、特に高齢者人口が増加する中、非常に興味深い。ブドウは簡単に入手できる果実であり、研究によると1日当たりわずか1.5カップの通常の量で有益な影響を与えることができる」と述べている。

出典: カリフォルニア州生食用ブドウ委員会

ポーランド ロシアは「並行輸入」で今もリンゴの主要市場

EastFruit 2023年10月6日

本サイト(EastFruit)のアナリストによると、ポーランドの生産者は侵略国の消費者にリンゴを供給し続け、かなりの金を稼いでいる。同時に、侵略者から自国とヨーロッパを守っているウクライナからの食料輸入の禁止を、彼らは定期的に要求している。

ポーランドや他のEU諸国からロシアへのリンゴの輸入が禁止されているにもかかわらず、我々の推計では2023年上半期に5~7万トンのポーランド産生鮮リンゴがロシアで売り先を見つけたと見られる。では、なぜ輸入禁止を回避できるのか? それはカザフスタンとベラルーシが、ポーランドの生産者と貿易業者を支援しているからである。ロシアと同じユーラシア経済連合のメンバーであるこれらの国々へのリンゴの輸出は禁止されておらず、彼らはEUからの輸入を禁止されていない。カザフスタンとベラルーシの業者は、ポーランド産のリンゴをロシア市場に再輸出するためにこの機会を積極的に利用している。リンゴの原産地に関する文書がすり替えられるため、これはカザフスタンやベラルーシでも合法ではないが、すべての国の規制当局がこの動きに目をつぶっている。さらに、ロシアはリンゴを食べたいので「グレーな輸入」を強く奨励している。

ポーランドの業者がリンゴの実際の行先を知らない場合、「並行輸入」と呼ぶことができるかも知れない。しかし、これはそうではない - 我々の情報によると、業者はリンゴがロシア向けであることを完全に知っているが、金を稼ぐために目をつぶっている。さらに、彼らはこの事実を隠蔽するためにできる限りのことをしている。

ポーランドの対外貿易統計の公式データによると、2023年上半期に4万3,200トンの生鮮リンゴがカザフスタンに、2万6,500トンがベラルーシに輸出された。つまり、これらの国々への合計輸出量は約7万トンで、この期間中にポーランドから輸出された全リンゴの15%以上に達した。ポーランド産リンゴの他の主要輸入国はルーマニア(4万7,800トン)、エジプト(3万6,700トン)、インド(2万5,300トン)であり、ポーランドのリンゴ生産者の収入は、依然としてロシア市場への供給に大きく依存していると結論付けることができる。(一部要約)