

n-3多価不飽和脂肪酸

リン脂質

- ・血中脂質の低下作用
- ・抗血栓作用
- ・抗炎症作用
- ・制ガン作用 等

- ・脂質代謝改善
- ・動脈硬化症改善
- ・肝臓脂質代謝障害の改善
- ・神経機能の改善 等

・脂肪酸合成の抑制・ β -酸化の亢進・血清アディポネクチンの増加

—Shirouchi B, J Agric Food Chem, 55: 7170 (2007)(文献17)

・脂肪組織での慢性炎症抑制(抗肥満・抗糖尿病)

—Rossmeisl M, et al, *PLoS One*, 7, e38834(2012)(文献18)

・EPAやDHAのリン脂質形態における高い吸収性

—Köhler A et al, *Lipids Health Dis*, 14:19 (2015)(文献20)

図4 n-3PUFA-PLの機能性