

菊芋の根に成分・効果について



1、 イヌリン

多糖類の一群、栄養学的には、水溶性の食物繊維の一種多量に摂取すると、腹部膨満感をきたす可能性。血糖にはほとんど影響を及ぼさず、糖尿病患者の血糖値を適切な水準に調節する働きがあると考えられる。

2、 セスキテルペノイド成分

中国においては薬用として、炎症、発赤、発熱等の治療として用いられている成分が、菊芋にも類似する化学構造を有する成分が確認された。

※菊芋の葉で確認

3、フラクトオリゴ糖について

オリゴ糖の仲間で、ビフィズス菌や腸内善玉菌を増やす効果がある。特定保健用食品として利用されている。

文献では、菊芋のフラクトオリゴ糖が効率がよく、生産性に優れている。