

項目	内容
名称	希少糖 [英]Rare sugar [学名]-
概要	希少糖は、自然界に存在量が少ない単糖とその誘導体の総称で、D-プシコース、D-ソルボース、D-アロース、D-アルロース、D-タガトース、L-グルコース、キシリトール、エリスリトールなど、約50種類と多くの種類が存在する。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <p>「専ら医薬品として使用される成分本質 (原材料) 」にも「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質 (原材料) 」にも該当しない。</p>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	-
分析法	-
有効性	
ヒトでの評価	<p>循環器・呼吸器 調べた文献の中に見当たらない。</p> <p>消化系・肝臓 調べた文献の中に見当たらない。</p> <p>糖尿病・内分泌 <b>RCT : 国内</b>                      ・健康な成人50名 (平均47.1±1.4歳、日本) を対象とした二重盲検クロスオーバー無作為化比較試験において、希少糖 (プシコース、ソルボース、タガトース、アロ</p>

	ース) 13.1%含有シロップ8.8 gを摂取させたところ、対象食品 (シヨ糖6 g) と比較し、糖代謝マーカー (摂取後30分、60分、120分の血糖、摂取後30分、60分のインスリン、摂取後120分までの血糖AUC、インスリンAUC) 上昇の抑制が認められた (2018079668)。
生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
肥満	調べた文献の中に見当たらない。
その他	<b>RCT : 国内</b> 【機能性表示食品】 運動習慣のない健康な成人男性39名 (平均27.4±6.0歳、日本) を対象とした二重盲検クロスオーバー無作為化プラセボ対照試験において、一晩の絶食条件下、プシコース5 g含有飲料500 mLを60分間のペダリング運動前に摂取させたところ、ペダリング運動時の脂質酸化量AUCの増加が認められた (2019359152)。
参考文献	(2018079668) 日本栄養・食糧学会誌. 2017; 70(6): 271-8. (2013335749) オレオサイエンス. 2013;13(9):435-440. (2016220873) 外科と代謝・栄養. 2015; 49(6):299-308. (2019359152) 薬理と治療. 2019;47(3):517-25. <a href="#">(102) 希少糖の定義 国際希少糖学会</a>