先日、米ジョンズホプキンス大学医学部の研究チームが、常識を覆す研究成果を発表した。それは、「欧米式の食事に含まれるレスベラトロールには、炎症、心臓血管疾患、がん、寿命などへの実質的な効果を持たないことが示された」というもの。

ポリフェノールの一種であるレスベラトロールについては、動物を用いた過去の実験で、健康に良い効果を与える可能性が示されていた。そのため、各種サプリが販売されているが、この研究結果は影響大だ。また、ポリフェノールが健康にいい。フランスでがん患者が少ないのはポリフェノールのせいという、これまで信じられてきたこと（高脂肪の食事がもたらす「落とし穴」を赤ワインで回避できるとする「フレンチ・パラドックス」）も、ひっくり返る。

今回の研究は、イタリアのトスカーナ地方の2つの村に住む65歳以上約800人を対象に行われたという。住民の尿に含まれるレスベラトロールの濃度が測定され、食事を通して摂取したレスベラトロールが、健康促進に効果を与えているかどうかを調べたという。

その結果、レスベラトロール濃度と早死にとの間に相互関係を見つけられず、また、がんや心臓疾患の発症とレスベラトロール濃度との間にも関連性を見出すことができなかったという。