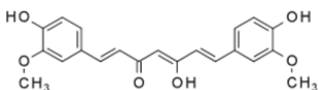



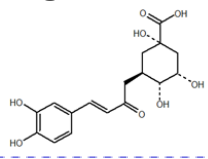

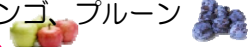

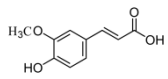


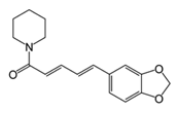



ダイオキシンの毒性を軽減する可能性のある ポリフェノール成分とそれを多く含む食品

有効成分（ポリフェノール類）	多く含む食品	有効作用*
クルクミン（curcumin） 	香辛料類 ウコン  調理・加工品 カレーライス 	抗腫瘍作用 抗酸化作用 抗炎症作用
レスベラトロール（resveratrol） 	種実類 ナッツ類  嗜好飲料類 ワイン（赤） 	抗酸化作用 動脈硬化の予防作用 認知症の予防作用
クロロゲン酸（chlorogenic acid） 	野菜類 ゴボウ  果実類 リンゴ、プルーン  嗜好飲料類 コーヒー 	抗酸化作用 血糖上昇の抑制作用
フェルラ酸（ferulic acid） 	穀類 雑穀（赤米、黒米など）  小麦や大豆のふすま 調理・加工品 全粒粉入りパン 	抗酸化作用 抗腫瘍作用 認知症予防作用
シナノピクリン（cyanopicrine） 	野菜類 アーティチョーク 	抗酸化作用
ピペリン（piperine） 	香辛料類 コショウ 	生物学的利用能を向上させる作用

* 実験動物レベルによる作用