



索引

欧 文

α -1,4-グリコシド結合	76
α -1,6-グリコシド結合	76
α -リノレン酸	105
AI	17
β -カロテン	54
β 酸化	101
β 酸化説	14
CRH	29
DG	17
DHA	93, 105
DIT	14
DNA	18
EAR	17
EER	17
EPA	93, 105
HDL	98
kcal	142
LDL	98, 99
LPL	99
LT	104
METs	141
n-3系脂肪酸	93
n-6系脂肪酸	93
n-9系脂肪酸	93
NADPH	78
PAL	141
PG	104

PGI	104
pH	134
PTH	119
RDA	17
RTP	68
SDA	13, 142
SNP	20
SOD	122
TCA回路	77
TG	90
TX	104
UCP3	22
UL	17
VLDL	98

アドレナリン β_3 受容体	22
アボたんぱく質	97
アミノ酸	19, 64
アミノ酸価	70
アミノ酸プール	69
アミロース	76
アミロペクチン	76
アラキドン酸	93, 105
アルドステロン	120, 133
アルブミン	68
アンジオテンシノーゲン	120, 133
アンジオテンシン I	120, 133
安静時代謝量	141
アンモニア	67, 68

和 文

あ

亜鉛	121
アシルCoA	101
アセチルCoA	77, 96
アディポサイトカイン	28, 102
アディポネクチン	28
アトウォーター係数	139
アトウォーター・ローザ・ベネディクトの直接熱量計	144
アドレナリン	79

い

胃	36
胃液	40
胃腺	39
胃相	44
一塩基多型	20
一次構造	65
一次胆汁酸	96
遺伝子	18
遺伝子異常	20
遺伝子多型	19
遺伝子変異	20
胃リパーゼ	40
インスリン	28, 66, 79

インスリン受容体	121
咽頭	36
イントロン	20

え

エイコサノイド	93, 104
栄養	12
栄養価	59, 69
栄養失調症	16
栄養素	12
エキソ型酵素	43
エクササイズ	142
エステル型コレステロール	95
エストロゲン	28
エネルギー源としての糖質の節約作用	105
エネルギー代謝	139
エマルション	39, 52
塩基	18
エンド型酵素	42
塩分欠亡型脱水	132

お

オステオカルシン	113
オリゴ糖	75
オレイン酸	105
オレキシン	28

か

概日リズム	30
解糖系	77
カイロミクロン	98, 99
化学的評価法	69, 70
過剰症	16
脚気	14
褐色脂肪細胞	102
活性型ビタミンD	109, 119
活性酸素	121
活性脂肪酸	101
活動時代謝量	141

果糖	75
カリウム	121
カルシウム	56, 118, 124
カロテノイド	109
カロリー	142
管腔内消化	45
間接法	144
肝臓	37

き

基礎代謝量	140
吸収	38
急速代謝回転たんぱく質	68
キロミクロン	98
キロミクロンレムナント	54
筋肉グリコーゲン	83

く

空腹感	26
クエン酸回路	66
くり返し	20
グリコーゲン	76, 79
グリセロリン脂質	94
グルカゴン	79
グルクロン酸経路	78
グルコース	27, 75
グルココルチコイド	28, 30, 79
グルタミン	67
グレリン	28
クロム	121
クロモデュリン	121

け

血液凝固	112
欠失	20
血漿	130
血漿膠質浸透圧	133
血糖	78
血糖曲線	80
血糖上昇ホルモン	100

血糖値	78
血糖値調節ホルモン	79
欠乏症	16
ケトーシス	78
解毒	78
ケト原性	84
ケトン体	77, 78
ゲノム	18
俟約遺伝子仮説	21

こ

口腔	36
高血圧	135
抗酸化作用	112
甲状腺ホルモン	79, 119, 140
高張性脱水	132
呼気ガス分析	144
呼吸酵素	122
呼吸商	145
五大栄養素	12
五炭糖リン酸回路	78
骨粗鬆症	119
骨軟化症	119
コリパーゼ	52
コルチコトロピン放出ホルモン	29
コルチゾール	30
コレシストキニン	28
コレステロール	95
コレステロールエステル	43

さ

サーカディアンリズム	30
細胞外液	134
細胞間液	130
細胞内液	130, 134
酸化水	130
三次構造	65
三大栄養素	12

し

脂質	12, 52, 90
視床下部	27
シトクロムc	123
脂肪エネルギー比率	103
脂肪酸	90
脂肪族アミノ酸	64
シュウ酸	124
終末消化	38
受動輸送	46
漿液	39
消化	38
消化管ホルモン	42
消化吸収率	58
脂溶性ビタミン	53, 109
小腸	36
少糖類	75
正味たんぱく質利用率	69
食事摂取基準	16
食事誘発性熱産生	14, 32, 142
食道	36
食物繊維	50, 57
食欲	27
ショ糖	76
身体活動レベル	141
浸透圧	131
シンバイオティクス	58

す

脾液	41
推奨量	17
脾臓	40
推定エネルギー必要量	16
推定平均必要量	17
水分欠亡型脱水	132
水分必要量	130
睡眠時代謝量	141
水溶性ビタミン	56, 110
スーパーオキシドジスムターゼ	122

スクロース	76
ステアリン酸	105
スニップ	20
スフィンゴミエリン	95
スフィンゴリン脂質	95

せ

生活習慣病	16, 21
制限アミノ酸	70
成長ホルモン	79
生物価	69
生物学的評価法	69
生物学的有効性	58
生物学的利用度	58
生理的燃焼値	139
赤血球	83
摂食中枢	27
摂食調節	27
舌腺	39
舌リパーゼ	39
セレン	121
染色体	18

そ

挿入	20
----	----

た

第一制限アミノ酸	70
代謝	12
代謝回転速度	67
代謝水	130
大腸	36
耐容上限量	17
唾液	39
タグラスバッグ法	144
脱水	132
脱水縮合	76
多糖類	76
多量ミネラル	118
短鎖脂肪酸	58, 92

胆汁	37, 41, 44
胆汁酸	39, 95, 96
炭水化物	50, 51
単糖類	75
胆嚢	44
たんぱく質	12, 48, 64
たんぱく質効率	69
たんぱく質節約作用	84
短半減期たんぱく質	68

ち

チアミン	85
窒素出納	69
中間消化	38
中鎖脂肪	52
中鎖脂肪酸	52, 92
中性脂肪	79, 90
腸肝循環	96
長鎖脂肪	52
長鎖脂肪酸	52, 92
腸相	44
腸内細菌叢	58
腸内フローラ	58
直接法	144
貯蔵多糖	76
チロキシン	79

て

低血糖	79
低張性脱水	132
デオキシリボース	75
鉄	56, 122, 124, 125
電解質	133
電子伝達系	77, 122
でんぷん	76

と

銅	121, 122
糖原性アミノ酸	84
糖質	12, 50, 51, 75

糖質エネルギー比率	77
糖質コルチコイド	79
糖新生	66, 81
糖類	51
特異動的作用	13, 142
トリアシルグリセロール	83, 90, 93
トロノキサン	103, 104

■ な

ナイアシン	110, 111
内因子	40
内臓脂肪型肥満	16
内臓脂肪症候群	16
ナトリウム	120
難消化性糖質	57

■ に

二次構造	65
二次胆汁酸	97
二重標識水法	146
日内変動	30
日内リズム	30
二糖類	75
乳酸	81
乳糖	76
尿素回路	68

■ ね

燃烧水	130
-----	-----

■ の

脳相	44
能動輸送	46, 47

■ は

麦芽糖	75
白色脂肪細胞	102
パラサイロドホルモン	119
パラソルモン	119

パラトルモン	119
パルミチン酸	105
半減期	67
パントテン酸	110, 111

■ ひ

バイオチン	110, 111
ビタミン	12, 53, 109
ビタミンA	54, 109
ビタミンB	56
ビタミンB ₁	14, 85, 110
ビタミンB ₁ 節約作用	104
ビタミンB ₂	110
ビタミンB ₆	110, 111
ビタミンB ₁₂	56, 110, 111
ビタミンC	56, 110, 111, 125
ビタミンD	55, 95, 109, 119
ビタミンD ₃	109
ビタミンE	55, 109
ビタミンK	55, 109
ビタミンK ₂	109
非たんぱく質呼吸商	145
必須脂肪酸	93
ヒトゲノムプロジェクト	19
非ヘム鉄	123
微量ミネラル	118
ビリルビン	44

■ ふ

フィードバック調節	96
不可欠アミノ酸	69
副甲状腺ホルモン	119
複合ミセル	52
浮腫	133
フッ素	119
物理的燃烧値	139
ブドウ糖	75
不飽和脂肪酸	92
フルオロアパタイト	120
フルクトース	75

プロスタグランディン	103, 104
プロスタサイクリン	104
プロビタミンA	54
プロビタミンD ₃	109

■ へ

壁細胞	39
ヘムたんぱく質	122
ヘム鉄	123
ヘモグロビン	123
ペントースリン酸回路	78

■ ほ

飽和現象	46
飽和脂肪酸	92
補酵素	111
補酵素型	110
ホスファチジルコリン	94
ホルモン感受性リパーゼ	83, 100

■ ま

膜消化	45
膜動輸送	46
マグネシウム	118, 121
マルトース	75
マンガン	121
満腹感	26
満腹中枢	27

■ み

水チャネル	133
ミセル	39
ミネラル	12, 56

■ む

無機質	12, 56
-----	--------

■ め

迷走神経	26
------	----

メタボリックシンドローム	16
メッツ	141
目安量	17

も

目標量	17
モチリン	31
モリブデン	122

ゆ

遊離アミノ酸	69
遊離型コレステロール	95
遊離脂肪酸	27, 99, 100

よ

葉酸	110, 111
----	----------

ヨウ素	122
四次構造	65

ら

酪酸	105
ラクトース	76
ランゲルハンス島	40

り

リノール酸	93, 105
リパーゼ	14
リボース	75
リボース5-リン酸	78
リポたんぱく質	97
リン	118
リン脂質	94

れ

レシチン	43, 94
レチナール	109
レチニルエステル	54
レニン-アンジオテンシン-アルド ステロン系	120
レプチン	28

ろ

ロイコトリエン	103, 104
ロイシン	67

