

Parantaako maito muistia?

Heikki Vuorela, Maaseudun Tulevaisuus

Voisiko maito tai jokin siitä eristettävä ainesosa parantaa muistia? Hyvässä lykyssä se saattaisi olla yksi niistä uusista maidon ja sen osien käyttötarkoituksista, joita tutkijat etsivät, MTT:n erikoistutkija **Anne Pihlanto** pohtii.

Mahdollisuus tulee mieleen, kun maidossa tiedetään piilevän ominaisuuksia, jotka voivat edistää stressin hallintaa ja voimistaa elimistön puolustusjärjestelmää taudinaiheuttajia vastaan.

”Vauvoille on omat ruokansa. Ehkä maidosta pystytään kehittämään oma terveyttä suojaava tuotesarja myös ikääntyneille”, Pihlanto jatkaa kysymyksiä, joihin maitotutkijat toivovat löytävänsä sellaisen vastauksen, josta elintarviketeollisuus pystyy jatkamaan.

Maidossa piilee paljon mahdollisuuksia

Maidon ja sen osien terveysvaikutuksissa on joka tapauksessa vielä paljon tutkittavaa, Pihlanto sanoo. ”Nimenomaan hyvissä terveysvaikutuksissa. Maitorasvaakaan ei enää pidetä samalla tavalla epäterveellisenä kuin ennen.”

Maidossa on vastapainoksi ominaisuuksia, jotka ovat edullisia sydämen ja verenkierron terveydelle, verenpaineelle, stressin hallinnalle ja elimistön puolustusjärjestelmille.

Löytääkseen uusia terveyttä edistäviä yhdisteitä tutkijat pilkkovat maitoa yhä pienempiin osiin, fraktioihin. Pihlannon mukaan ei kuitenkaan ole tavoitteena löytää niinkään erillisiä lääkkeitä kuin ominaisuuksia, joita voidaan hyödyntää päivittäisessä ruuassa.

Nyt kiinnostaa valkuainen

Maidon osista eniten kiinnostavat tällä haavaa peptidit. Ne ovat lyhytketjuisia aminohappoja, joita ruuansulatuksessa vapautuu valkuaisesta.

Peptidi on aktiivinen: sen rakenne on sellainen, että ketjun päät ovat vapaat ja pystyvät siten sitoutumaan erilaisiin muihin aineisiin. Se vauhdittaa entsyymien toimintaa.

Tutkittavana on muun muassa, mihin maitotuotteiden propioottien, pelastajabakteerien, terveysvaikutus loppujen lopuksi perustuu: itse bakteeriin, niiden valkuaisesta vapauttamiin peptideihin vai näiden yhteisvaikutukseen.

Peptidejä on myös kasveissa, mutta maidon valttina on, että siinä on enemmän peptidejä ja vähemmän entsyymien toimintaa estäviä aineita. Yksi mahdollisuus olisi tärkkelysperunasta erotettava valkuainen, jota MTT:ssä parhaillaan tutkitaankin.

Tutkimusta tarvitaan vielä paljon, Pihlanto korostaa. Terveysvaikutteisissa tuotteissa tehdään ensin kokeita soluviljelmillä, mutta sen jälkeen tarvitaan pitkiä ja perusteellisia terveysvaikutustutkimuksia, ennen kuin uusia terveysvaikutuksia voi kertoa totena.

Siinä vaiheessa mukaan tulee yleensä myös yrityksiä, jotka toivovat voivansa soveltaa uusia löydöksiä omiin tuotteisiinsa.

Pihlanto koordinoi Pohjoismaiden ja Baltian maitotutkijoiden verkostoa. Verkostohanketta rahoittaa NordForsk, joka on Pohjoismaiden ministerineuvoston alainen laitos.

Verkoston tutkijat paneutuvat nimenomaan maidon ravinteisiin ja ainesosiin: millaisia ainesosia maidossa on, miten ne voisivat edistää terveyttä ja millaisilla menetelmillä ainesosia voidaan erotella ja käsitellä. Verkosto pitää ensimmäisen kongressinsa maaliskuussa Norjassa.