

はちみつ配合青汁のヒトでの整腸・美容作用 第5回岐阜薬科大学機能性食品研究講演会にて発表

株式会社山田養蜂場(本社:岡山県苫田郡鏡野町 代表・山田英生)は、ミツバチ産品をはじめとする機能性食品素材や、ミツバチ産品を含む製品のヒトへの有効性を明らかにする臨床試験に取り組んでいます。

このたびミツバチ産品のひとつであるはちみつを配合した青汁が整腸・美容作用を示すことを臨床試験で明らかにし、この成果は、2014年12月6日に岐阜にて開催された「第5回岐阜薬科大学機能性食品(蜂産品)研究講演会」(来場者約110名)で口頭発表しました。

発表概要

◆演題: 蜂産品配合青汁の整腸作用

◆発表者(○演者): ○芳賀麻美¹, 福島忍¹, 松崎英典², 立藤智基^{1,2}

¹株式会社山田養蜂場本社 学術開発室, ²免疫分析研究センター株式会社

◆背景・目的

便秘は、一般的に排便回数・量の減少や、残便感、腹部膨満感などの症状があり、悪化することで、肌トラブルや大腸がんを引き起こすことが知られています。これまでに、大麦若葉末摂取による糞便量の増加、はちみつやオリゴ糖の摂取による善玉菌の増加、乳酸菌摂取による便性・便通改善作用など様々な素材から整腸作用が報告されています。

そこで本研究では、大麦若葉末やケール末に、はちみつを配合した青汁が便秘傾向者に与える整腸作用や、美容・体調に与える影響を評価しました。

◆試験方法

便秘傾向の女性84名を2群に分け、はちみつ配合青汁を1包または2包飲用させ、便秘の自覚症状や排便状況、肌状態について日誌やアンケートにて評価しました。

◆試験結果・考察

飲用前と比較して、便秘の自覚症状を測定する日本語版便秘評価尺度(CAS)^{*}得点が有意に低下し、健康な成人の正常範囲にまで改善されました(右図)。また、排便回数・日数・量についても有意な増加が認められました。飲用終了1週間後には、CAS得点が増加し、再び便秘の自覚症状が示されました。また、肌に関するアンケート結果では、飲用前と比較し、「肌の状態」「肌の潤い」「化粧のり」の項目で高評価が得られました。1包群よりも2包群で、14日目よりも28日目でより高評価となりました。

これらの結果から、はちみつ配合青汁の継続的な飲用は便秘の改善に有用であると考えられ、また、肌への効果としても、飲用量が多く、期間も長い方が改善を実感しやすいと考えられます。

◆まとめ

はちみつ配合青汁は、大麦若葉末やケール末、はちみつなど様々な素材の複合的な作用により、便秘症状の軽減や美肌作用を持つことが明らかになりました。継続的な飲用によるQOLの向上が期待されます。

◆用語説明

※日本語版便秘評価尺度(Japanese version of the Constipation Assessment Scale: CAS) Middle-Term
便秘の測定尺度の日本語版。8項目の各設問に対する自覚症状のレベルを0-2点で評価。便秘傾向が強いほど、高得点になる。便秘の自覚のない者は0.87±1.29点、便秘の自覚のある者は6.00±2.70点と報告されている(看護研究, 28(3), 209-216, 1997)。

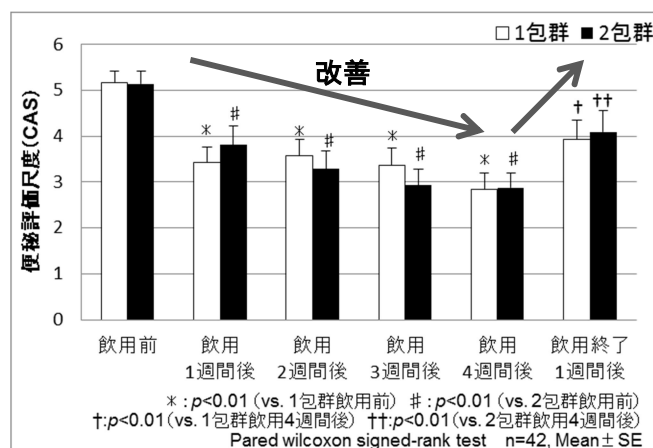


図: はちみつ配合青汁の飲用による便秘症状改善

本リリースに関するお問い合わせ

株式会社山田養蜂場 文化広報室 関(ts0975@yamada-bee.com) 〒708-0393 岡山県苫田郡鏡野町市場 194

TEL:0868-54-1906 (月~金 9:00~17:30, 土日祝除く) / FAX:0868-54-3346 / HP:http://www.3838.com

みつばち健康科学研究所 HP:http://www.bee-lab.jp / Twitter:@yamadabee-lab / Facebook:https://www.facebook.com/bce.lab.3838