

0-2-2

田七人參含有加工食品（深温健美源・HABA 社製）の 経口投与における女性の冷え性とNK細胞活性に及ぼす効果

The effect of oral intake of the processed food containing panax notoginseng (BLIEF GINSENG & GINGER TABLET・HABA Laboratories,Inc.) on female poor circulation and NK cell activity

○伊藤マモル¹⁾，鈴木 安²⁾，蔵田 将広³⁾，渡辺 繁⁴⁾，本江 朝美⁵⁾

1) 昭和大学教育部， 2) メディカルモール株式会社， 3) グラシラス株式会社，
4) 横浜総合病院， 5) 昭和大学保健医療学部

The purpose of this research examines the effect when eating the BLIEF GINSENG & GINGER TABLET(BGGT) for one month. NK cell activity and a questionnaire was conducted for 42 women on the subject.

Consequently, when eating BGGT, 76.9% of EF group was increased for NK cell activity, and 41.7% of EA group was increased.As for the result of a questionnaire, when eating BGGT, EF group and EA group of an poor circulation petition decreased. Moreover, the quality of sleep has improved.

In the result of this research, eating BGGT improves poor circulation. It has suggested having the effect which is useful to prevention poor circulation.

【目的】いわゆる冷え性に関連する様々な不快症状に悩まされている人々は少なくない。一方、体温の低下は免疫機能を低下させる。冷え性の症状改善には、規則正しい生活習慣を心がけ、適度な運動で自律神経のはたらきを正常化させ、血液の循環をよくすることが重要とされるが、それらのエビデンスは少ない。

本研究では、血行促進、免疫力向上などの効用を有する田七人參を主成分とした加工食品である深温健美源（HABA 社製）の1ヶ月間の経口投与が及ぼす効果について検討した。

【方法】被験者は、19～74歳までの女性42名（ 36.4 ± 16.4 歳）を無作為に2群に分け、EF群（21名）はpre測定終了の翌日から1ヶ月間に深温健美源を1日10粒ずつ継続摂取し、次の1ヶ月間は摂取を止め、これをコントロールとした。EA群（21名）はpre測定終了後の翌日から最初の1ヶ月間をコントロールとし、次の1ヶ月間に同量の深温健美源を継続摂取した。pre測定後、1ヶ月おきに、アンケート調査を実施し、血液検査（NK細胞活性，血中脂質，肝機能），皮膚表面温，皮膚血流量を測定した。測定は、温度を一定に保った部屋（ $22.4 \pm 0.5^{\circ}\text{C}$ ）で馴化後に行った。

【結果と考察】深温健美源の摂取によって、NK細胞活性はEF群で76.9%，EA群では41.7%が増加した。また、皮膚温や皮膚血流量の増加も認められたが、いずれの測定値にもEF群とEA群の間に有意差は認められず，pre測定値との有意差もなかった。他方，アンケート調査の結果では，深温健美源の摂取によって，EF群とEA群ともに冷え性の訴えが有意に減少し，睡眠の質に有意な改善が認められた。以上の結果から，深温健美源の摂取は冷え性の改善や予防に役立つ効果を有している可能性の高いことが示唆された。

謝辞：本研究を実施するにあたり，（株）HABA 研究所をはじめ多くの方にご協力をいただきました。ここに，心より感謝の意を表します。