

P-D-5

ウコン、マカ、ニンニク含有食品の 呼気中アルコール濃度に対する作用

Effect of Dietary Supplement including Turmeric, Maca, and Garlic
after Drinking on Breath Alcohol Concentrations

○青木 洋満, 山本 尚子, 長尾 淳二, 上田 太郎

小林製薬株式会社 研究開発カンパニー

To evaluate the effect of food (turmeric, maca, garlic) for alcohol metabolism, we investigated the changes in the breath alcohol level after drinking. 13 healthy subjects after intake of mixed food or placebo consumed alcohol. We measured breath alcohol concentration in 10- 180 min after drinking with questionnaires. In the group of mixed food, the breath alcohol concentration, and the score of headache and unpleasantness was relatively lower than the one of placebo. These results showed that intake of turmeric, maca and garlic is effective for the alcohol concentration after drinking.

【目的】

ウコンの肝機能改善は広く知られているが、栄養補助食品として他の素材と組み合わせた時の有効性に関する知見はほとんどない。しかしながらウコン利用者の多くは、マカやニンニクなどを同時に摂取することも考えられ、併用時の有効性確認が求められている。本研究では、ウコンの他素材併用時の肝機能改善効果を確認することを目的とした。

【方法】

被験者は13名（男性11名、女性2名）の日常飲酒習慣のある健常成人男女とした。飲酒2時間前から絶食、絶飲し、1時間前に被験食品を摂取させ、飲酒後の呼気中アルコール濃度を10分間隔で180分まで評価した。また、体感に関するアンケートも実施した。

なお、試験はオープンテストで行い、被験食品はA（ウコンエキス50mg/2粒、マカエキス36mg/2粒、無臭ニンニク50mg/2粒）及びB（デキストリン2g）を用いた。被験食品Aで試験した後、1週間後に被験食品Bの試験を実施した。

【結果】

A摂取群はB摂取群に比べて、相対的に呼気中アルコール濃度が低値であった。呼気中アルコール濃度消失時間の差が顕著な例では、60分の差が見られた。

また、体感に関するアンケートで、A摂取群はB摂取群に比べて、試験中の頭痛及び気分の悪さが軽減されていた。さらに、A摂取群は100%の被験者が何らかの効果を体感した。

【結論】

マカ及びニンニクは、ウコンの肝機能改善効果を抑制しないことが示唆され、ウコン、マカ及びニンニク含有食品は飲酒による呼気中アルコール濃度を低下させることが明らかとなった。