

P-B-3

精油の香りおよび香りの嗜好が健常人の血圧・脈拍に及ぼす影響

Effects of Fragrance and Preference of Essential Oils on Blood Pressure and Heart Rate in Healthy Human Subjects

○森 広子^{1),2)}, 小林 章子¹⁾, 吉川 沙苗¹⁾, 岩橋 秀夫²⁾, 山下 仁³⁾

1) 森ノ宮医療学園専門学校, 2) 和歌山県立医科大学大学院医学研究科, 3) 森ノ宮医療大学

The purpose of this study was to assess the effects of essential oils on cardiovascular system in healthy human subjects. We chose rosemary essential oil which reportedly has vasopressor-like effect, and lavender essential oil which reportedly has depressor-like effect. Sixty subjects were divided into rosemary, lavender, or control groups. Blood pressure and heart rate were measured two minutes after smelling. As a result, heart rate increased in the rosemary group. Also, blood pressure or heart rate increased in subjects who expressed negative impression on any of the essential oils. We conclude that the preference of essential oils affects cardiovascular system.

【目的】

精油の循環器系へ与える影響に注目し、血圧と脈拍への効果を評価した。血圧上昇作用があるとされているローズマリー・カンファーと、降圧作用があるとされている真正ラベンダーを用い、精油の吸入による影響を、健常成人 60 名を対象として血圧・脈拍測定を行い検討した。更に、香りに対する嗜好の違いが、精油成分から期待される効果を促進または抑制するののかについても検討するために、香りの嗜好を 10 段階で評価した。

【方法】

被験者は健常成人男女 60 名とし、「ローズマリー・カンファー」吸入群 20 名、「真正ラベンダー」吸入群 20 名、およびコントロール群 20 名に振り分けた。安静椅子坐位 5 分後の血圧・脈拍測定を行った。その後ティッシュに精油を 3 滴滴下したものを小ビニール袋に入れ、自然呼吸で 2 分間吸入後再度血圧・脈拍測定を施行した。コントロール群では、精油を使用せず折りたたんだティッシュをビニール袋に入れたものを、坐位にて自然呼吸で 2 分間吸入させた。また嗅いだ香りの好みの程度を 10 段階評価で被験者に尋ね、実験を終了した。

【結果】

「ローズマリー・カンファー」群は吸入後に有意な脈拍上昇を認めた。また、「ローズマリー・カンファー」の香りに否定的な印象を持った被験者群では拡張期血圧の上昇傾向を認め、「真正ラベンダー」の香りに否定的な印象を持った被験者群では脈拍の上昇傾向を認めた。

【結論】

以上の結果から、精油の吸入および香りの嗜好が健常成人の血圧と脈拍に影響を与える可能性が示唆された。しかし、精油成分から期待される効果の方向性とは逆の場合もあり、今後、この点についてはさらに検討が必要であると思われる。