

P-B-5

長命草末（ボタンボウフウ末）の摂取が肌状態へ及ぼす影響

Effects of Intake of *Peucedanum Japonicum* Thunb. Powder on Skin Conditions

○森山 生樹¹⁾、草場 宣廷¹⁾、神谷 智康¹⁾、池口 主弥¹⁾、
高垣 欣也¹⁾、毛利 麻里²⁾、杉田 俊郎³⁾

1) 株式会社東洋新薬、2) 北里研究所病院 美容医学センター、
3) 医療法人社団 健宝薬会 南青山ガーデンクリニック

We conducted a 8 weeks double blind, placebo-controlled clinical trial to investigate the efficacy of oral administration of *Peucedanum Japonicum* Thunb.(PJT) powder on skin conditions. Twenty adult women with moderate dry skin and mild acne conditions received PJT powder or starch. The subjects were evaluated about water content, transepidermal water loss, and elasticity on cheeks and arms, at week 0, 4 and 8. Also, each subject scored their physical conditions by themselves and skin conditions were evaluated by a doctor. As a result, some skin parameters tended to be improved by PJT powder treatment.

【目的】

長命草末（ボタンボウフウ末）は、セリ科カワラボウフウ属に属するボタンボウフウ(*Peucedanum Japonicum* Thunb.)の茎葉部を乾燥、微粉碎加工した淡緑～濃緑色の粉末である。長命草末はルチンやクロロゲン酸といった抗酸化成分や食物繊維を豊富に含有し、肌状態の改善効果が期待されるが、これまでにその効果について検証した報告は見当たらない。そこで我々は、長命草末の摂取が肌状態へ及ぼす影響について評価した。

【方法】

試験は二重盲検並行群間法で実施した。肌荒れ症状（乾燥、吹き出物）を有する成人女性 20 名を対象とし、長命草食品 1.0 g（長命草末摂取群）あるいは対照食品 1.0 g（プラセボ摂取群）をそれぞれ摂取させた。摂取前と摂取 4, 8 週間後に、頬および腕の皮膚水分量、水分蒸散量、粘弾性の測定、医師による問診および目視評価（キメ、肌質（乾燥、紅斑、鱗屑、刺激感、そう痒感））および自覚症状の調査を行った。

【結果】

頬の「皮膚水分量」は、長命草末摂取群で摂取 8 週間後に摂取前と比較して増加する傾向が見られた ($p < 0.10$)。また、頬の「水分蒸散量」は、長命草末摂取群では摂取 8 週間で摂取前と比べて減少傾向が見られたが、プラセボ群では増加傾向が見られた。医師による肌質の問診および目視評価では「乾燥」、「鱗屑」の項目で、長命草末摂取群でのみ摂取前と比べて有意な改善が認められた ($p < 0.05$)。自覚症状調査による「シワ」、「肌のハリ・たるみ」、「毛穴の目立ち具合」、「シミ」、「くすみ、肌の明るさ」、「肩や首筋のコリ」の項目で、長命草末摂取群でのみ摂取前と比べて有意な改善が認められた ($p < 0.05$)。また、「生理不順・整理痛」の項目では、プラセボ群と比べて長命草末摂取群で有意な改善が認められた ($p < 0.05$)。