

P-1-4

ハーブティー摂取の体質に及ぼす影響

Influence of herbal tea on human constitution

○藤澤 佳直¹⁾, 許 鳳浩²⁾, 鈴木 信孝²⁾

1) 株式会社 コネクト

2) 金沢大学大学院 医薬保健学総合研究科 臨床研究開発補完代替医療学講座

While there is an abundance of research on the effects of herbal tea, the evaluation of the application of constitutional theory is rarely done. In this study, we examined the influence of different blends of herbal tea on the human constitution. Three blends were used in this study: A (n=6), B (n=7), and C (n=5). 2 cups (160cc x 2) of blend A were consumed daily over a 7-day period, followed by blend B, then blend C. Consuming herbal tea A resulted in reduced Yin-deficiency and Wet-heat types. Consuming herbal tea B also resulted in reduced Yin-deficiency and Wet-heat types, in addition to an improvement in Qi-deficiency and Gentleness types. Consuming herbal tea C resulted in improvement tendency in Yang-deficiency. These findings suggest that herbal tea can not only change the signs of the constitution in a short period but can possibly improve the constitution as well.

【目的】

ハーブティーの生体における影響については多くの研究がなされているが、中医体質理論による評価はほとんど行われていない。今回、我々は独自にブレンドした三種類のハーブティー（ハーブティー㊟、㊠、㊡）を用い、摂取前後において体質が変化するか否かを検討した。

【方法】

ハーブティー摂取の期間は本人の自由とし、試験開始直前と終了直後に体質調査票を記入した。

【結果】

ハーブティーの摂取は㊟が6人、㊠が7人、㊡が5人であり、摂取期間は3～11日間であった。ハーブティー㊟は、陰虚質と湿熱質の標準化得点をそれぞれ有意に減少させ（ $p<0.05$ 、 $p<0.001$ ）、ハーブティー㊠は、陰虚質と痰湿質の標準化得点をそれぞれ有意に減少させた（ $p<0.05$ 、 $p<0.01$ ）。また、気虚質は減少傾向（ $p=0.06$ ）、平和質は増加傾向（ $p=0.094$ ）を示した。なお、ハーブティー㊡では、陽虚質の標準化得点が減少傾向を示した（ $p=0.07$ ）。

【結論】

ハーブティーを中医体質理論に基づき評価した。ハーブティーは比較的短期間に体質の諸徴候を変化させ、体質改善に役立つ可能性が示唆された。今後、更なる臨床試験が望まれる。