

ハーブティーの便通促進効果と安全性 探索的オープン臨床試験

上馬場和夫 1) 池田商洋 2) 劉園英 3) 大谷千晴 2) 大野智 4) 新井隆成 5) 林浩孝 6) 許鳳浩 1) 小川弘子 1) 鈴木信孝 4)

1)富山県国際伝統医学センター 2)医療法人洋和会池田病院 3)北陸大学薬学部 4)金沢大学大学院医学系研究科臨床研究開発補完代替医療学 5)金沢大学医学部附属病院周生期医療専門医養成センター 6)金沢大学ベンチャー・ビジネス・ラボラトリー

【目的】

一般に飲用されるハーブティーのもつ生活の質向上効果は、科学的な検証がなされたものは少ない。我々はハーブティーの便通促進効果について、オープン試験により予備的に検討した。

【方法】

被験者:便秘で悩む病院職員 27 名(年齢 20-63:33 ± 15 歳、身長 157 ± 7cm、体重 54 ± 9kg、BMI22 ± 3kg/m²)を対象として、文書による同意を取得した後、オープン試験によって、1 週間の対照観察期間をおいた後、1 週間ハーブティーLife style® (株式会社コネクト製:ダンディライオンルート、ローズヒップ、オレンジ、ブラックウォルナット、フェネル、コリアンダーシードからなる食品)を朝夕 2 回 1 袋 (10g)ずつ摂取させて、排便状態の腹部の自覚的所見についての変化を調査した。

評価方法:便通に関する Visual analogue scale(VAS)

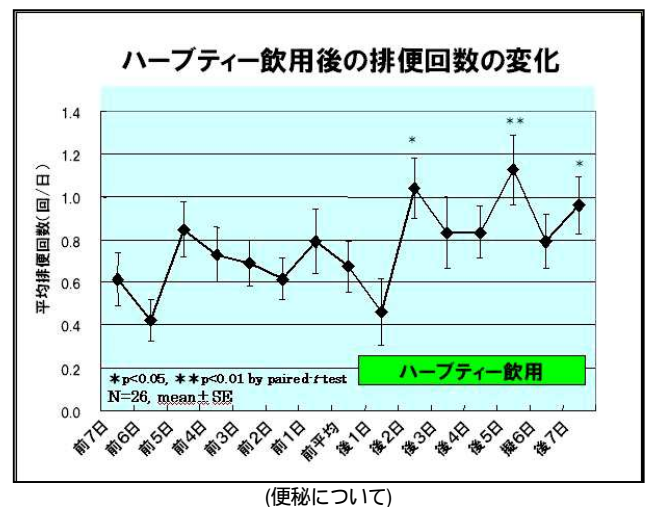
2 と、排便状態については、排便回数、排便毎の排便後の爽快感、便性、自覚的腹部症状について、既報の標準的な調査用紙を利用して毎日調査した。なお安全性を確認するために、血圧、体重、体脂肪率、自覚症状について摂取前後に記録させた。

【結果】

摂取開始後 3 日目、5 日目、7 日目は、対照期間により有意に多い排便数を記録した。VAS スケールでは、下腹部の軽い感じが摂取開始後、3,4 日目に有意に改善した。便性には変化がなかったが、排便時爽快感も摂取開始後 5 日目に向上し、最終日の 7 日目まで継続した。ハーブティーが、排便を促し、下腹部の快適感を増大させたが、摂取開始後一過性に、下腹部痛や皮疹の出現する例も認められた。しかし、継続で改善した。血圧や心拍数、体重や体脂肪率の変化は認められなかった。

【結論】

ハーブティーLife style®(ダンディライオンルート、ローズヒップ、オレンジ、ブラックウォルナット、フェネル、コリアンダーシード)を 1 日 2 回、1 袋ずつ朝夕方、できるだけ空腹時に摂取することで、排便回数の有意な増加と、下腹部軽快感の増大、排便時爽快感の出現など、排便に関する QOL を増進させる効果が得られることが示された。胃腸症状や皮膚発疹を一過性に認めた例では、継続することで消失あるいは軽快をみており、安全性には問題ないと考えられた。ハーブティーが、排便に係わる QOL を向上させることが示された。



ハーブティーの冷え症改善効果と安全性 探索的オープン臨床試験

上馬場和夫¹⁾ 池田商洋²⁾ 劉園英³⁾ 大谷千晴²⁾ 大野智⁴⁾ 新井隆成⁵⁾ 林浩孝⁶⁾ 許鳳浩¹⁾ 小川弘子¹⁾ 鈴木信孝⁴⁾

1)富山県国際伝統医学センター 2)医療法人洋和会池田病院 3)北陸大学薬学部 4)金沢大学大学院医学系研究科臨床研究開発補完代替医療学 5)金沢大学医学部附属病院周生期医療専門医養成センター 6)金沢大学ベンチャー・ビジネス・ラボラトリー

【目的】

冷え症で悩む女性は多いが、効果的な西洋薬はビタミンE程度であり、極めて少ない。しかし、冷え症を放置すると末梢循環障害による他疾患が併発する危険性も否定できず、なによりも女性の苦痛の大きな要因として、働いたり子育てをする女性にとってQOLを低下させる大きな要因になる。そこで、毎日気楽に摂取できるハーブティーが冷え症改善効果を持つかどうかについて予備的に検証した。

【方法】

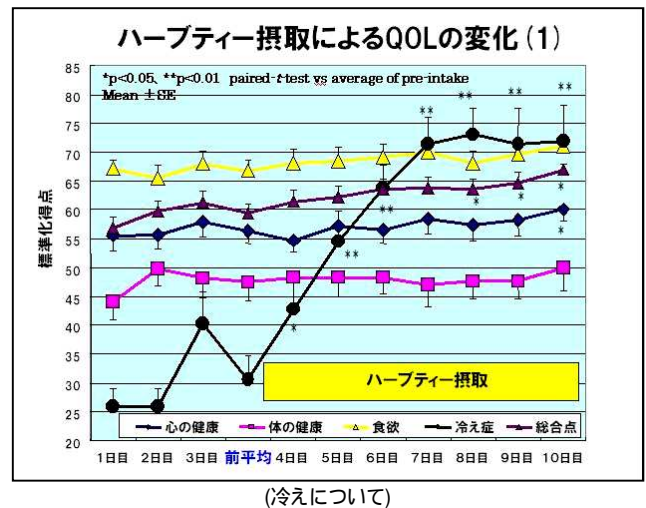
被験者:冷え症で悩む病院職員の成人女性25名(年齢20-60:37±12歳、身長159±6cm、体重51±6kg、BMI20±3kg/m²)を対象として、文書による同意を取得した後、オープン試験によって、3日間の対照観察期間をおいた後、1週間ハーブティーWoman®(株式会社コネクト製:アップルフレーバー、ローズヒップ、ジンジャー、カルダモン、ジャーマンカモミール、サフラワー、ラズベリー、レモングラス、クローブ、シナモン、ステビアからなる食品)を朝夕2回1袋(10.6g)ずつ摂取させて、冷え症、痛み、肉体的、精神的健康感などのQOLの調査票(暫定版)を使い、前後の標準化得点についてone-way ANOVA、paired t-testにより検定した。また、摂取開始前後の血圧や自覚症状なども記載させることで安全性を調査した。

【結果】

摂取開始翌日あるいは直後から体が暖まるとか発汗があるなどを体験する例があり、統計的にも、翌日から有意に冷え症のスコアが改善し、経時的にも有意な改善を認めた。その他のQOLに関する下位尺度においても、疲労、不安、痛み、顔や口、四肢の所見などに関して有意な改善を認めた。ただ、初回摂取後から舌がぴりぴりしたとか、口の周りがかゆくなる、味や香りの嗜好性が合わないため摂取できないなどの例があった(25例中3例)。他に一時的な軽い下痢や皮疹を認めたが、継続により消失した。

【結論】

ハーブティーWoman®が特に冷え症など女性のQOLを顕著に向上させる効果を持つことが示唆された。ただ、味や香りの嗜好性、皮疹などの出現例が10%程度は存在した。しかし、嗜好性や皮疹、舌の違和感などに留意すれば、有用な女性の冷え症改善ハーブティーと考えられた。



- 1 日本補完代替医療学会 = 補完代替医療を現代西洋医学の領域において、科学的未検証および臨床未応用の医学・医療体系の総称と定義。代替医学領域における基礎的・臨床的研究の促進と情報の収集・交換をはかり、代替医療の進歩・普及・発展に寄与することを目的として平成2年7月に発足。
- 2 各個人の実感を視覚的に見えるようにした定規のこと。左右を対極としてその間を選択できるようになっている。
- 3 Quality of Life の略。生活の質のこと。
- 4 統計方法の種類のこと。

ホスピタルズハーブティーとは

- 臨床試験による科学的な検証がなされたブレンドハーブティーで、現在、便秘・冷え・肩こり・不眠・美肌について改善効果が確認されています。具体的に悩みや目的にアプローチできる効能重視のハーブティーです。
- 使用されるハーブは、世界55カ国を超える国々から輸入、すべてポジティブリスト制度⁵に対応しており、安全で信頼性の高いワイルドクラフトハーブ⁶を主に使用しています。
- 多様な目的に対応すべく国内最大級、120種類を超える豊富なハーブを常時ストックしております。
- コネクトが提供するハーブティーブランドBOTANICALS(ボタニカルズ)の中のシリーズです。

5 一定量以上の農薬等が残留する食品の販売等を禁止する制度。(厚生労働省:ポジティブリスト制度について)

6 野山に自生している自然のハーブ。栽培などで、人の手がまったく入っていないため農薬や肥料などが使われていない。

株式会社コネクトとは

コネクトは1996年に創業しました。当時ハーブといえば嗜好品や雑貨としてのイメージが優先しており、その時代から、コネクトはハーブの安全性や癒し効果の立証などに取り組み、代替医療としてのハーブの認知度向上にも貢献して参りました。

その一方、代表の村松真智子は「ハーブはあくまでもツールであって、何よりもお客様との会話こそが私どもの最大のサービスです」と述べております。これを当社では“ハーブコミュニケーションズ”として、創業から従業員の全てがこのキーワードに一貫した姿勢をつらぬいて参りました。

2007年現在、ハーブティーの「ボタニカルズ」の他、エッセンシャルオイルの「アナリュテージ」、基礎化粧品「アズピフォア」、フェイシャル・ボディーケアの「ボタニカルズスパ」、バスグッズの「バスイング」のブランドを首都圏、東海、関西、東北の39直営店⁷(2007年11月15日現在)にて展開しています。

⁷ ボタニカルズメディカ、ボタニカルズスパ、バスイングを含む店舗数

- 【ご参考】 BOTANICALS (ボタニカルズ) <http://www.botanicals.co.jp>
BOTANICALS MEDICA (ボタニカルズメディカ) <http://www.bota-medica.jp>
As Before (アズピフォア) <http://www.botanicals.co.jp/style/cosme.html>
Analy%(アナリュテージ) <http://www.essentialoil.jp>
Bathing(バスイング) <http://www.bathing.jp>

株式会社コネクト

本社: 東京都千代田区麹町2-6-5 麹町ECKビル

電話番号: 03-5226-0521

設立: 1996年9月

資本金: 100,000千円

社員数: 50名(2007年11月現在)

代表者: 代表取締役 村松真智子

加盟団体: NPO 法人日本ハーブヘルスケア協会 賛助会員 / 日本補完代替医療学会 賛助会員

日本アロマセラピー学会 賛助会員 / NNFA Japan (National Nutritional Foods Association) 法人会員

社団法人日本アロマ環境協会 法人会員 / NPO 法人日本スパ振興協会 正会員

事業内容: 1.ハーブ、及びハーブ関連商品の小売・卸業務

2.化粧品、医療部外品の輸入・販売及び代理業

3.前記1,2の輸入・販売に関するコンサルタント業務

4.個人及び企業の経営活性化のための人材教育並びに研修業務並びに社員教育研修に伴うマニュアルの企画、制作
