

アスタキサンチン・クロセチン配合食品の眼精疲労及び調節機能に対する影響

第11回日本補完代替医療学学術集会（2008）で発表

【研究目的】

近年VDT¹⁾作業による眼精疲労や、加齢に伴う眼の調節機能低下が問題となっています。厚生労働省の2002年の報告によるとVDT作業を行う労働者のうち78%が身体的疲労やその他症状を持っており、そのうち「目の疲れ・痛み」については91%の方に及んでいます。また高齢人口の増加に伴い、老視化による眼精疲労の方も同時に増加しています。

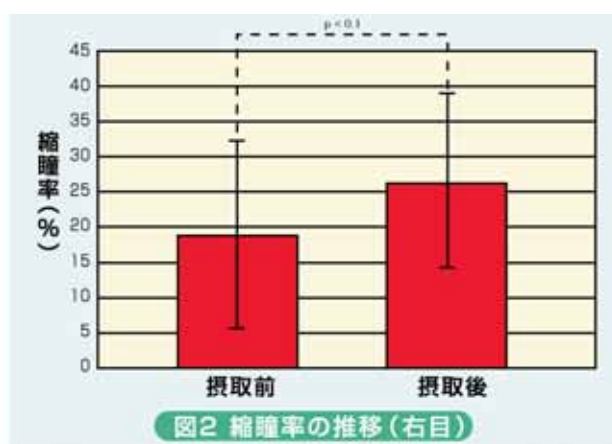
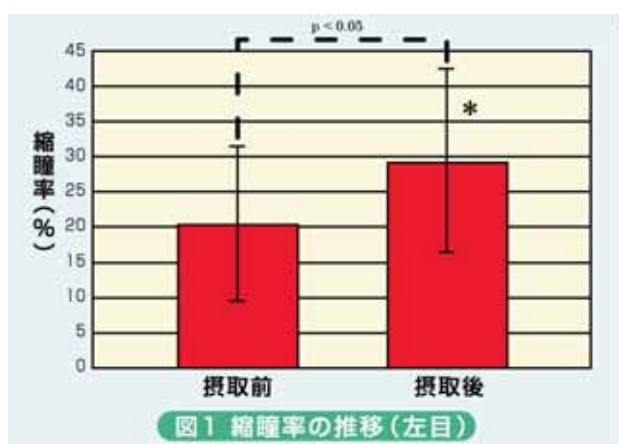
アスタキサンチンについては眼精疲労改善や毛様体の疲労改善及び縮瞳率²⁾の増加など、既に多くの臨床報告があり、クロセチンについても毛様体の疲労改善や血流改善作用が報告されています。そこで今回我々はアスタキサンチン・クロセチン配合食品の摂取が眼精疲労の自覚症状及び調節機能の低下(特に中高年の近見瞳孔反応)にどのような影響を与えるか検討しました。

【試験方法】

眼精疲労を感じている45歳から65歳までの中高年男性15名で試験を行いました。「アスタキサンチン・クロセチン配合食品」10粒を試験食とし28日間夕食後に摂取してもらいました。評価は試験開始7日前のスクリーニング時及び飲用開始28日後に行い、医師による問診、記入式アンケートによる自覚症状の調査、視力、屈折力及び近見反応測定装置トライイリス C-9000(浜松ホトニクス(株)製)による縮瞳率の測定を実施しました。

【結果】

摂取前後の比較において、縮瞳率は両目とも増加し左目においては摂取前 $20.2 \pm 10.9\%$ 、摂取後 $29.2 \pm 12.8\%$ となり統計学的に有意な差となりました(図1, 2)。



自覚症状に関しては「目が疲れる」、「近いところが見えにくい」、「遠いところが見えにくい」、「肩・腰がこる」の項目について、改善を示す回答をした被験者の割合がそれぞれ 80%、73%、60%、60%となりました(図 3)。

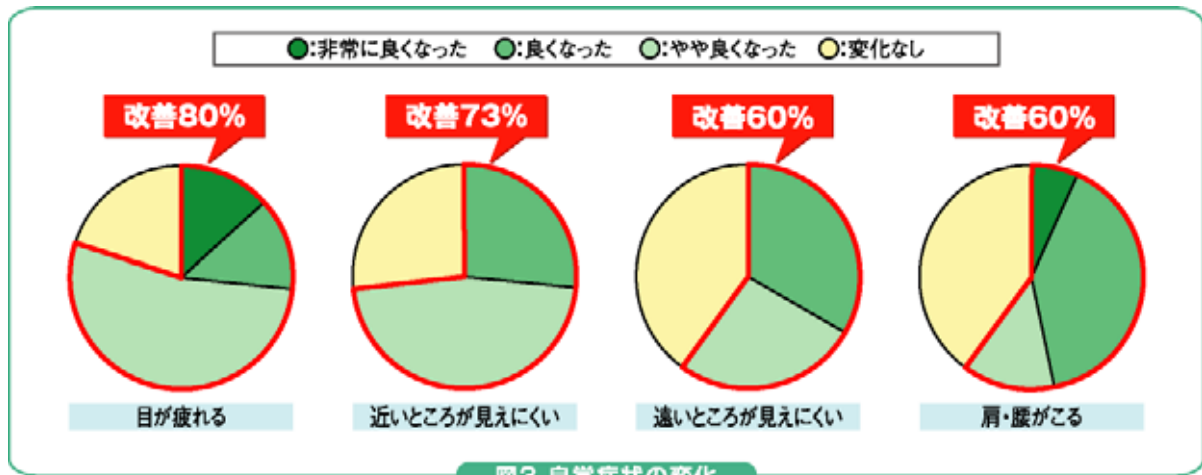


図3 自覚症状の変化

以上の結果により、アスタキサンチン・クロセチン配合食品は中高年の男性において、次の可能性が示唆されました。

- ①縮瞳率を高める、つまり瞳の動きを改善する
- ②眼精疲労や老眼に付随する自覚症状を改善する

注1) VDTとは

Visual Display Terminal の略で画面を表示する端末を指します。パソコンのディスプレイを始め、携帯電話やポータブルゲームの画面などもこれにあたります。

注2) 縮瞳率とは

近くを見る際には毛様体筋によるレンズの厚み調節他、瞳孔括約筋による瞳孔収縮(縮瞳)により像を鮮明にします。この瞳孔の収縮率を示したのが縮瞳率であり、調節機能を数値で評価することができます。

《学会発表》

学 会： 第11回日本補完代替医療学術集会、2008年
タイトル： アスタキサンチン・クロセチン配合食品の眼精疲労及び調節機能に対する影響
著 者： 荒川ゆかり, 藤島雅基, 溝口亨
所 属： (株)サン・クロレラ

この情報は、学術雑誌や学会において発表された内容の掲載であり、商品の販売促進を目的とするものではありません。