

クロレラ飲用によるヒトアルコール代謝への影響

日本農芸化学会 2011 年度大会にて発表

【研究目的】

お酒などにより摂取したアルコールは、胃や十二指腸から吸収され、肝臓で水と二酸化炭素になり体外へ排出されます。分解の途中で、悪酔いの原因物質のアセトアルデヒドが作られますが、日本人の約半数はアセトアルデヒドを分解する能力が弱く、その方々は顔が赤くなるといった酔いの症状があらわれてしまいます。今回は、アルコールを早く代謝できれば、より快適な日々をおくれるのではとの思いから、クロレラがヒトのアルコール代謝や気分に与える影響を調査しました。

【試験方法】

趣旨に同意した健康な男性 6 名にご協力いただき、水のみ摂取する対照グループと、水とクロレラ 40 粒を摂取するクロレラグループに分けて試験を行いました。全員同じ食事を摂り、水または水とクロレラ粒を飲んでいただいた 30 分後に、0.5mg/kg 体重のアルコール（体重 60kg の場合、アルコール度数 4% のビール 750mL に相当）を飲んでもらいました。その後、血液と呼気を経時的に採取し、アルコール濃度の変化を調べました。また、眠気や動悸、体のほてりなどの体感的な変化を VAS アンケートで調べました。

【結果】

アルコールを飲む前にクロレラを摂取することで、血中エタノール濃度が有意に低下し、血中アセトアルデヒド濃度と呼気エタノール濃度が低下傾向を示しました（図 1）。また、眠気と動悸、体のほてりもアルコール摂取前と比較して有意に低下しました（図 2）。以上のことから、クロレラ摂取はヒトにおけるアルコール代謝を亢進する可能性が示唆されました。

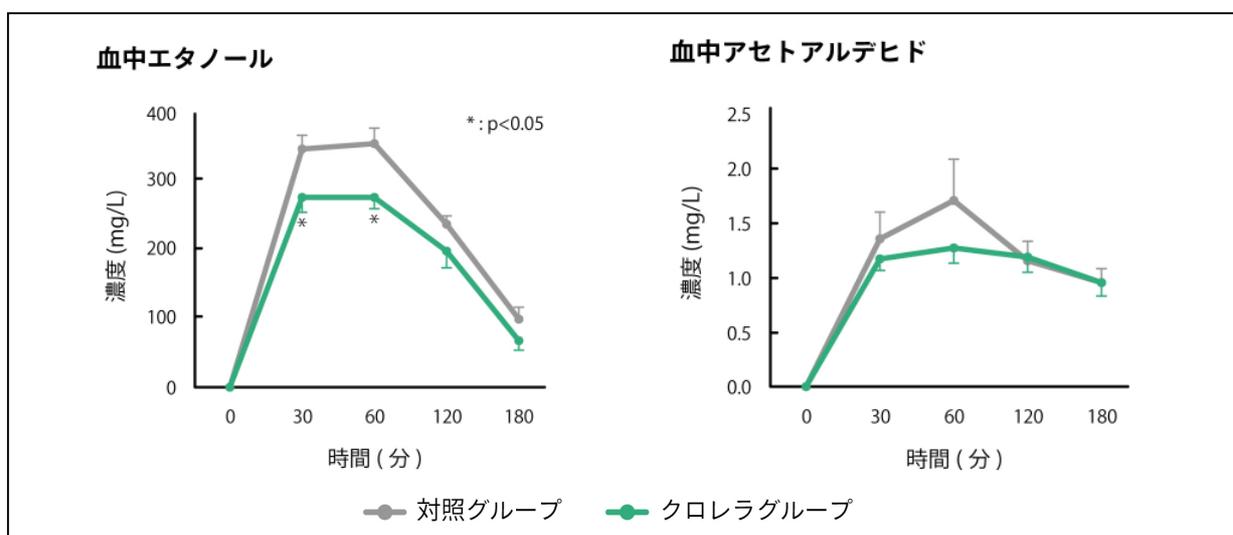


図 1. 血中アルコール推移

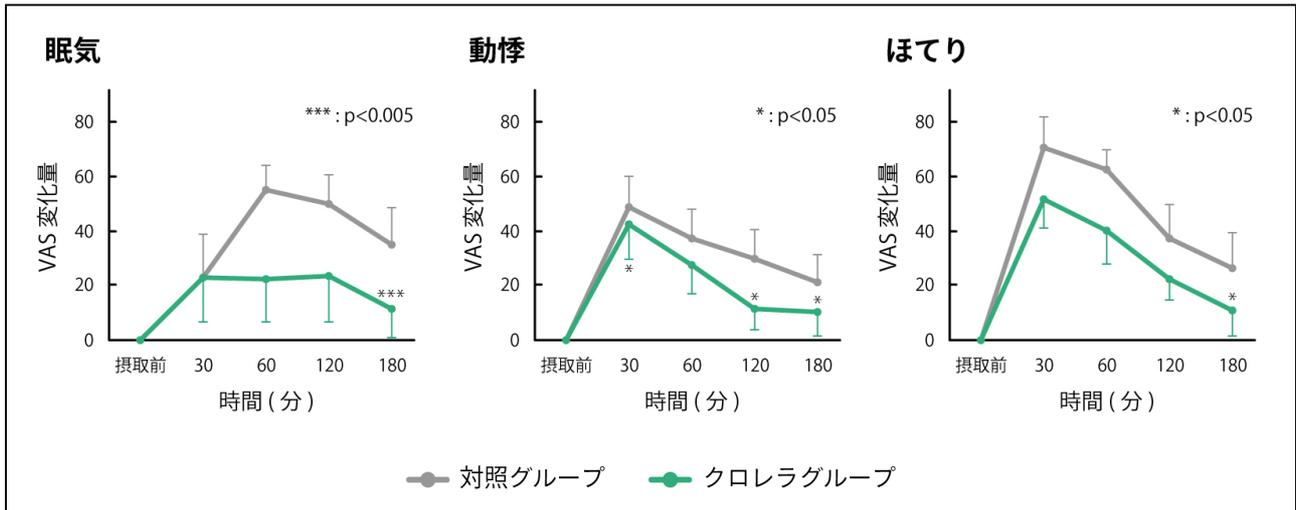


図 2. VAS アンケート変化量推移

《詳細》

学 会 : 日本農芸化学会 2011 年度大会

タイトル : クロレラ飲用によるヒトアルコール代謝への影響

著 者 : 齋藤昌子¹、中鉢博文¹、海老原淑子²、坂野克久³、竹腰英夫¹

所 属 : 1) 株式会社サン・クロレラ、2) チヨダパラメディカルケアクリニック、3) 株式会社 CPCC

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。