

シジミの持つ
オルニチンが
パワーの源
だった

警 告 パニ ワジミ ー

Y75-L687



の

シジミパワー研究会 著

疲れ・ストレス

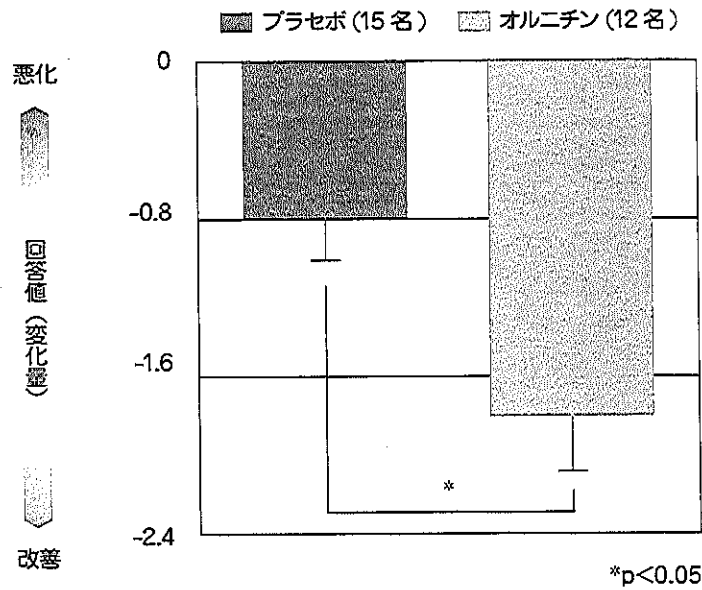
睡眠の改善・疲労臭

美肌・脂肪肝の抑制に

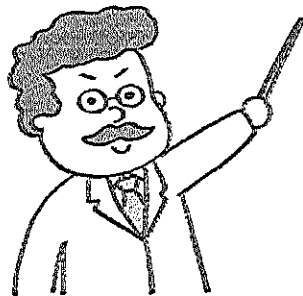
肝臓から効く！

東
院
日
書

抗加齢 QOL 共通問診票「肌の不調」
～摂取開始後 8 週目～



出典：銀座アンチエイジングラボラトリー／同志社大学大学院・森田祐二ら



お肌の「乾燥」、
「ハリ」、「ツヤ」が
よい傾向に！

2章

女性にうれしい話

オルニチンで美肌効果①

疲れ気味で肌質が悪いと感じている成人女性を対象に、オルニチン含有食品の摂取が肌質改善に及ぼす影響についての実験結果があります。それによると、日頃から疲れを感じていて肌質が悪いと感じている成人女性において、オルニチンを摂取すると、プラセボ摂取に対して、肌に関する体感がすべての項目で改善することがわかりました。特に皮膚症状に関する問診票の「全体的に肌が乾燥する」の項目で改善がみられました。また、「ハリ・ツヤがない」の項目で改善傾向が確認されました。

この結果から、オルニチンは疲労を感じていて肌質が悪いと感じている方の肌質を改善させる効果があると考えられます。

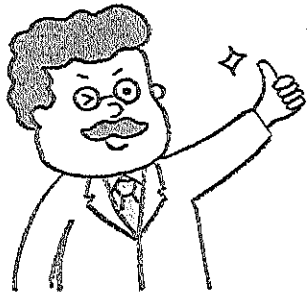
試験方法

【被験者】 疲れ気味でかつ肌質が悪いと感じている
25歳から60歳までの健康な日本人女性39名

【試験食品】 オルニチン400mgまたはプラセボ※1
※1 プラセボとはオルニチンが入っていない試験食品のこと。

被験者を無作為に2グループ（オルニチン摂取群19名、プラセボ摂取群20名）に分け、それぞれの試験食品を8週間毎日摂取した。試験開始時から4週毎に抗加齢QOL共通問診票※2と皮膚症状に関する問診票※3により肌質に関する体感を調査した。評価は、試験開始時により疲れを感じている方（疲労のVAS※4アンケートスコアが6(cm)以上をマークした方。オルニチン摂取群12名、プラセボ摂取群15名）を対象として行った。

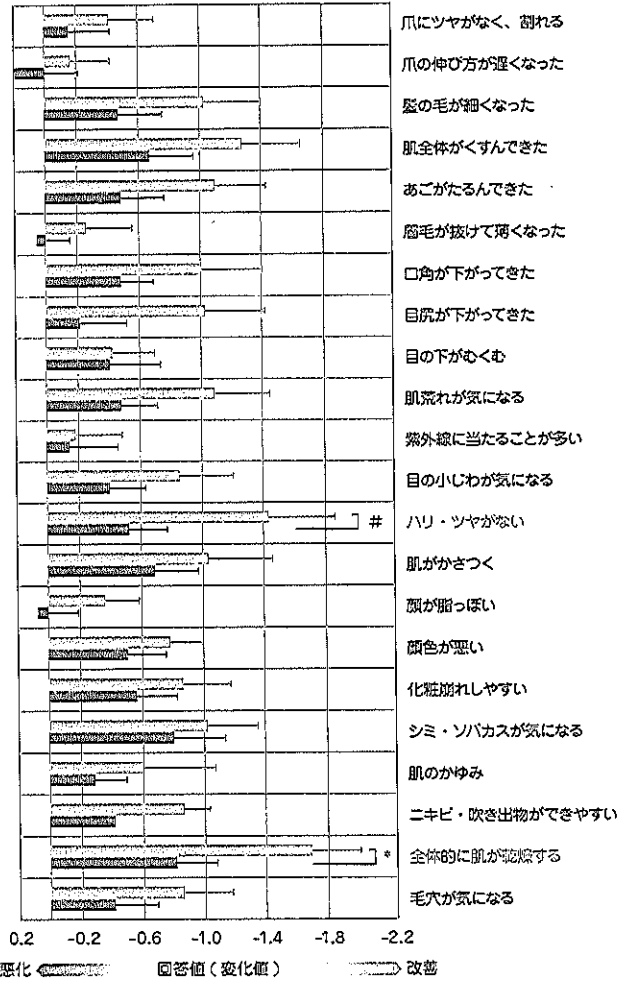
※2 抗加齢QOL共通問診票。日本抗加齢医学会推奨の問診票。
※3 皮膚症状に関する問診票。抗加齢QOL共通問診票に準じて作成された問診票
※4 Visual Analogue Scaleの略。主観的な感覚や体感の度合いを10cmの線分を用いて数値化する方法。



女性の気になる
悩みが改善されて
いますね

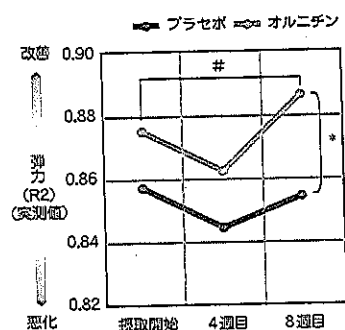
皮膚症状に関する問診票
～摂取開始後8週目～

■ プラセボ ■ オルニチン #p<0.1, *p<0.05

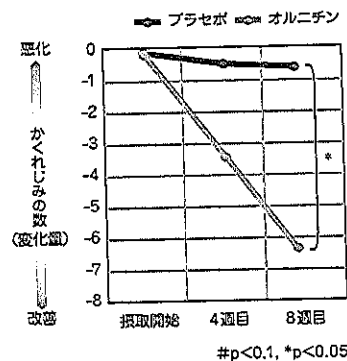


出典：銀座アンチエイジングラボラトリー / 同志社大学大学院・森田祐二ら

肌の粘弾性 (上腕部)
キュートメーター【肌の粘弾性】



かくれじみ
VISIA【顔の肌質の画像解析】



出典：銀座アンチエイジングラボラトリー／同志社大学大学院・森田祐二ら

試験方法

【被験者】 疲れ気味でかつ肌質が悪いと感じている
20歳から60歳までの健康な日本人女性39名

【試験食品】 オルニチン400mg またはプラセボ※1

※1 プラセボとはオルニチンが入っていない試験食品のこと。

被験者を無作為に2グループ(オルニチン摂取群19名、プラセボ摂取群20名)に分け、それぞれの試験食品を8週間毎日摂取した。試験開始時から4週毎にキュートメーター※2とVISIA※3により肌質を測定した。評価は、試験開始時により疲れを感じている方(疲労のVAS※4アンケートスコアが6(cm)以上をマークした方。オルニチン摂取群12名、プラセボ摂取群15名)を対象として行った。

※2 キュートメーター。肌の粘弾性を測定する装置。

※3 VISIA。「しみ」「しわ」「毛穴」「キメ」「ポルフィリン」「かくれじみ」などを顔画像から評価する装置。

※4 Visual Analogue Scaleの略。主観的な感覚や体感の度合いを10cmの線分を用いて数値化する方法。

2章

女性にうれしい話

オルニチンで美肌効果②

疲れ気味で肌質が悪いと感じている成人女性を対象に、オルニチン含有食品の摂取が肌質改善に及ぼす影響についての実験結果があります。それによると、日頃から疲れや肌質の悪さを感じている成人女性において、オルニチンを摂取すると、プラセボ摂取に対して、「肌の弾力」を示す値が上腕部で上昇しました。また、VISIA解析では、「かくれじみ」の数がオルニチン摂取により減少しました。

この結果から、オルニチンは疲労を感じていて肌質が悪い方の「肌の弾力(肌のハリ)」と「かくれじみ」を改善させる効果があると考えられます。