

ごぼう茶に慢性便秘症への効果が期待される (研究結果が医学雑誌『日本臨牀』^{りんしょう}に掲載)

株式会社あじかん（社長：足利 恵一、本社：広島市西区）は、東京シーフォートスクエアクリニック院長の水城 啓医師および製鉄記念広島病院院長の木下 芳一医師らとの共同研究により、ごぼう茶を飲用することにより便秘症状の改善効果が期待されると発表したことをお知らせします。

【背景と目的】

日本では、国民の3割が慢性便秘症に罹患しているといわれています。食生活や生活習慣など、便秘に良いとされるものはさまざまありますが、実際にはそれらに関する明確なエビデンスについてはほとんど報告されていません。

本研究では、大腸憩室症の合併症である憩室出血と憩室炎の罹患者を対象に、便秘症状に対するごぼう茶の有効性を検討しました（ごぼう茶の憩室炎の再発抑制効果については、前報のScientific Reportsをご覧ください）。

【研究内容と結果】

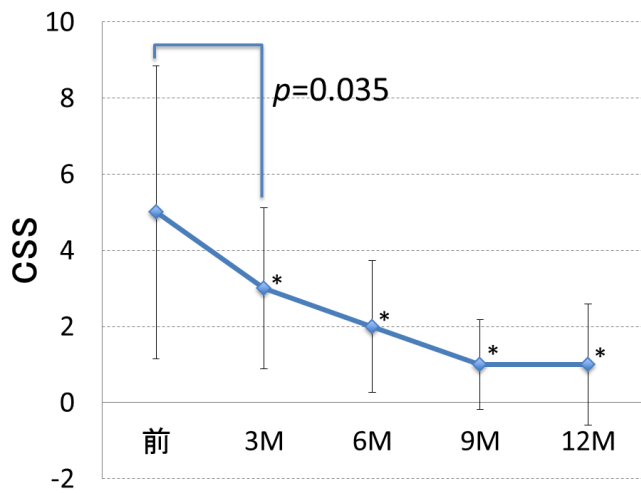
新たに診断された憩室出血（70名）または憩室炎（91名）の患者さんに便秘スコア（CSS）^{*}を施行し、その後無作為に2つのグループに分け、一方のグループにのみ、1日3回（毎回1包分）のごぼう茶を飲用してもらいました。

ごぼう茶を飲用したグループでは、憩室出血、憩室炎のどちらにおいても、便秘症状の改善傾向が認められました（図1、2）。特に憩室出血のグループにおいては、便秘スコア^{*}が3ヵ月で 5 ± 3.85 から 3 ± 2.12 （図1）と有意に低下し、その後も改善効果が持続することが示されました。また、本試験においてプロトコルに従ってごぼう茶を飲用した平均飲用順守率は、憩室出血と憩室炎のそれぞれにおいて97.7%と96.6%と非常に高い割合でした。

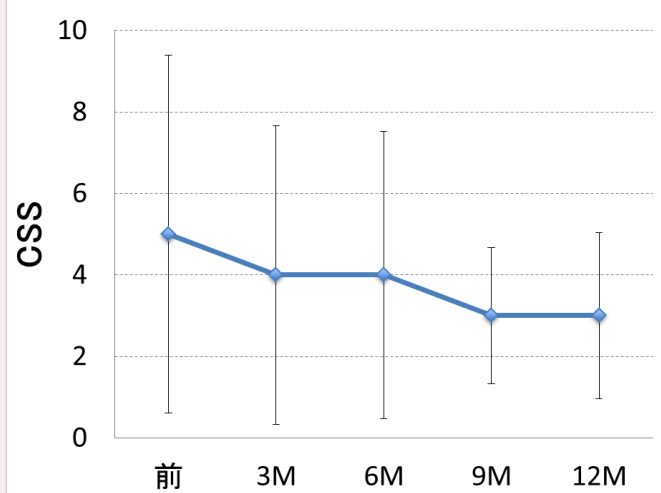
以上の結果、ごぼう茶を毎日飲用することにより、大腸憩室症の患者さんにおいても便秘症状の改善に有効である可能性が示され、また、ごぼう茶が本人の負担にならず長く続けられる方法であると考えられました。

本成果はごぼう茶の憩室炎と憩室出血の再発抑制効果を調べることを主目的に行われた試験結果の再解析から導かれたものであるため、さらなる検証が必要です。今後は、ごぼう茶が腸内環境を整えるメカニズムについても解明していきたいと考えております。

なお、本研究結果は医学雑誌『日本臨牀 77巻 11号』に掲載されております。



(図1)
大腸憩室出血のごぼう茶群における便秘スコア(CSS)を用いた経時的変化



(図2)
大腸憩室炎のごぼう茶群における便秘スコア(CSS)を用いた経時的変化

※便秘スコア (CSS) とは？

排便回数や残便感などの症状の問診項目から、症状の度合いを点数化したもの

《本報道に関するお問い合わせ先》

株式会社あじかん 開発本部 (担当：井上、高柳) 【TEL】 082-277-6044