

2020年8月

コーヒーの摂取が胃運動および自律神経活動に与える効果の検討

コーヒーは男女年齢問わず多くの方々に長く愛飲されている飲料の一つです。味や香りが好きで、またリラックスするためになどでいろいろな目的で飲まれています。そんなコーヒーにはストレス緩和、胃運動の亢進、自律神経活動を活性化させる、エネルギー消費量を増加させる、手足の冷えを改善させるといった様々な効果の報告がございます。

そこで今回は「コーヒーの摂取が胃運動や自律神経活動に与える影響」について検証した論文をご紹介します。

引用：コーヒー摂取が胃運動および自律神経活動に与える効果の検討
種村一識、種村 一識、松永 哲郎、山崎 英恵、李 子帆、城尾 恵里奈、足達 哲也、近藤 高史、津田 謹輔
URL
： https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/65/3/65_113/_article/-char/ja/

本研究では健常な若年日本人男性 24 名を対象にコーヒー、カフェインレスコーヒー、お湯をそれぞれ摂取してもらい、胃運動、自律神経、エネルギー代謝、血圧に及ぼす影響について検証されています。

試験の結果、コーヒーを摂取することで胃運動亢進作用、自律神経活動の活性化、エネルギー消費量の増加が確認されました。

オルトメディコでは自律神経や代謝などの評価試験の実施も可能です。その他のヒト試験も実施しておりますので、お気軽にご相談ください。

試験一覧：<https://www.orthomedico.jp/clinical-trials/case.html>

引き続き皆様に満足いただけるような情報を提供させていただきますので今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。