



2017年6月

夏場の肌の乾燥に対するヨーグルトの改善効果

本格的な夏場、皆様はクーラー等の空調機器を頻繁に利用しますでしょうか。

夏季は、空調機器の使用が増える事で、肌が乾燥しやすくなるそうですが、本日紹介する論文では、そんな肌の乾燥に対するヨーグルトの効果を検証しています。

木元 広実, 守谷 直子, 酒井 勝, 辻 容子, 木村 智信, 佐々木 啓介,
鈴木 チセ, 川口 孝泰.

夏季における Lactococcus lactis H61

含有ヨーグルトの摂取が中高年女性の肌及び体調に及ぼす効果.

ミルクサイエンス. 2017; 66 (1): 1-7.

https://www.jstage.jst.go.jp/article/milk/66/1/66_1/_article/-char/ja/

40歳以上の健康な女性22名を対象としており、H61株含有のヨーグルト群と、標準ヨーグルト群に分けています。摂取期間は6月上旬から7月上旬までの4週間とし、肌の状態、体調、血管年齢を測定しています。

この論文では、ヨーグルトの摂取前後で、肌の状態は改善していますが、ヨーグルトの種類による差はみられませんでした。また、血管年齢においても、種類による差は認められませんが、体調に関する自覚症状は、H61株含有のヨーグルト群で高い傾向がみられました。

これから本格的な夏を迎え、お家で空調機器を利用する際には、食事にヨーグルトを摂ることで肌や体調を良好に保てるかもしれません。

オルトメディコでは様々なヒト試験の実施が可能です。

お気軽にご相談ください。

試験一覧：<http://www.orthomedico.jp/clinical-trials-price.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。

株式会社オルトメディコ
研究開発部 開発支援課
〒112-0002
東京都文京区小石川1丁目4番1号 住友不動産後楽園ビル2階
TEL：03-3812-0620 FAX：03-3812-0670
MAIL：info@orthomedico.jp