

2023年10月20日

各位

第一工業製薬株式会社

**カイクオハナサナギタケ冬虫夏草摂取による臨床試験で
 ヒトに対する睡眠改善効果を確認！**

～中途覚醒や寝つきを改善し、睡眠の質を向上させることを確認しました～

第一工業製薬(本社：京都市南区、代表取締役社長：山路直貴)は、睡眠に不満をもつ健康者に対する臨床試験において、カイクオハナサナギタケ冬虫夏草摂取による睡眠改善効果を確認しましたのでお知らせします。本研究成果は、2023年10月6日発行の日本抗加齢医学会雑誌「アンチ・エイジング医学」に論文として掲載されました。

日本人の睡眠時間は減少傾向にあり、これは生産性の低下や、経済的損失、事故や病気のリスク増加といった問題を引き起こすと言われています。睡眠不足は社会的な課題であり、早期の改善が必要です。かねてより、当社のカイクオハナサナギタケ冬虫夏草摂取者から、個人の感想として寝つきがよくなる、夜中の目覚めが減るなど、睡眠の質に関するお声がありました。そこでカイクオハナサナギタケ冬虫夏草の睡眠改善効果について検証するため、臨床試験を実施しました。

【試験結果】

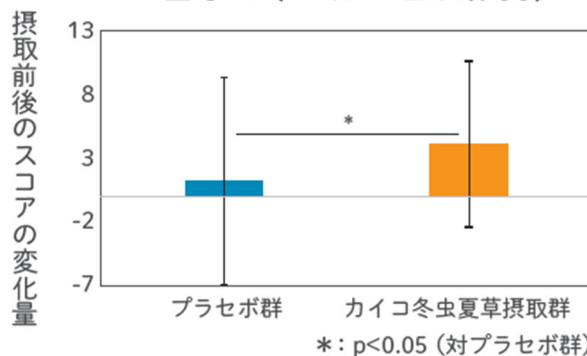
睡眠に不満をもつ健康な成人男女36名を対象に、2週間カイクオハナサナギタケ冬虫夏草またはプラセボを摂取していただき、無作為化二重盲検プラセボ対照クロスオーバー比較試験^{※1}で睡眠の質の評価を実施しました。主要評価項目はOSA睡眠調査票MA版^{※2}、副次項目はセントマリー病院睡眠質問票^{※3}と睡眠活動量計による測定としました。OSA睡眠調査票MA版の評価結果を次の図表で示します。

▼摂取前後のスコアの変化量

	プラセボ	カイク冬虫夏草
因子I(起床時眠気)	0.4±6.5	2.2±5.0 †
因子II(入眠と睡眠維持)	1.3±8.1	4.2±6.5 *
因子III(夢み)	0.4±8.4	0.3±7.4
因子IV(疲労回復)	1.8±7.8	2.5±5.9
因子V(睡眠時間)	1.3±7.5	2.1±7.2

*: p<0.05 (対プラセボ群)、†: p<0.1 (対プラセボ群)

▼因子II(入眠と睡眠維持)



「アンチ・エイジング医学」掲載論文の表を、分かりやすく改変し図表を作成

カイクハナサナギタケ冬虫夏草を摂取することで、入眠と睡眠維持（因子Ⅱ）においてプラセボに対する統計学的有意な改善が見られ、起床時眠気（因子Ⅰ）も改善傾向となりました。副次評価項目のセントマリー病院睡眠質問票でも、カイクハナサナギタケ冬虫夏草による中途覚醒の統計学的有意な改善が示されました。これらの結果から、カイクハナサナギタケ冬虫夏草の摂取は寝つきや中途覚醒を改善し、睡眠の質を向上させることが確認できました。

質の良い睡眠をとることは、現代のストレス社会、高齢化社会において、QOL を向上し健康寿命を延ばすために非常に重要です。カイクハナサナギタケ冬虫夏草は、睡眠改善効果が期待される食品素材です。今後も、カイクハナサナギタケ冬虫夏草についてさらなる研究を進め、超高齢化社会が抱える社会課題の解決に努めていきます。

- ※1 無作為化二重盲検プラセボ対照クロスオーバー比較試験：ランダムに振り分けた2群の被験者に、医療従事者および被験者が食品の識別ができない状態で時期を分けて試験品、プラセボ品両方を摂取させる手法。1人の被験者が試験品、プラセボ品を摂取し、それぞれの摂取期間の評価結果を比較することで個人間のばらつきが低減される。
- ※2 OSA 睡眠調査票 MA 版：16項目の睡眠に関する質問について4段階で回答させ起床時の睡眠感を評価するものであり、主観的な睡眠の質の評価に広く用いられている。今回の評価は因子Ⅰ（起床時眠気）、因子Ⅱ（入眠と睡眠維持）、因子Ⅲ（夢み）、因子Ⅳ（疲労回復）、因子Ⅴ（睡眠時間）の5つの因子にて行った。
- ※3 セントマリー病院質問票：直前の24時間の睡眠について評価する自記式質問票で睡眠の質を評価する。睡眠深度、中途覚醒度、熟眠感、起床時の爽快感、睡眠の満足度、早期覚醒の有無、就眠困難度の7項目を評価した。

■掲載誌 「アンチ・エイジング医学」10月号

- ・発行学会：日本抗加齢医学会 <https://www.anti-aging.gr.jp/>
- ・発行所：株式会社メディカルレビュー社
- ・発行日：2023年10月6日
- ・論文標題：「カイクハナサナギタケ冬虫夏草の睡眠改善効果」
- ・論文著者：第一工業製薬 山本 真史、小森 紀明、後藤 慎平、斉藤 大輔、齋藤 志穂
東京疲労・睡眠クリニック 梶本 修身

以上

【本リリースについてのお問い合わせ先】

第一工業製薬株式会社 広報 IR 部

TEL. 075-323-5951 E-mail: d-kouhou@dks-web.co.jp

〒601-8391 京都市南区吉祥院大河原町 5