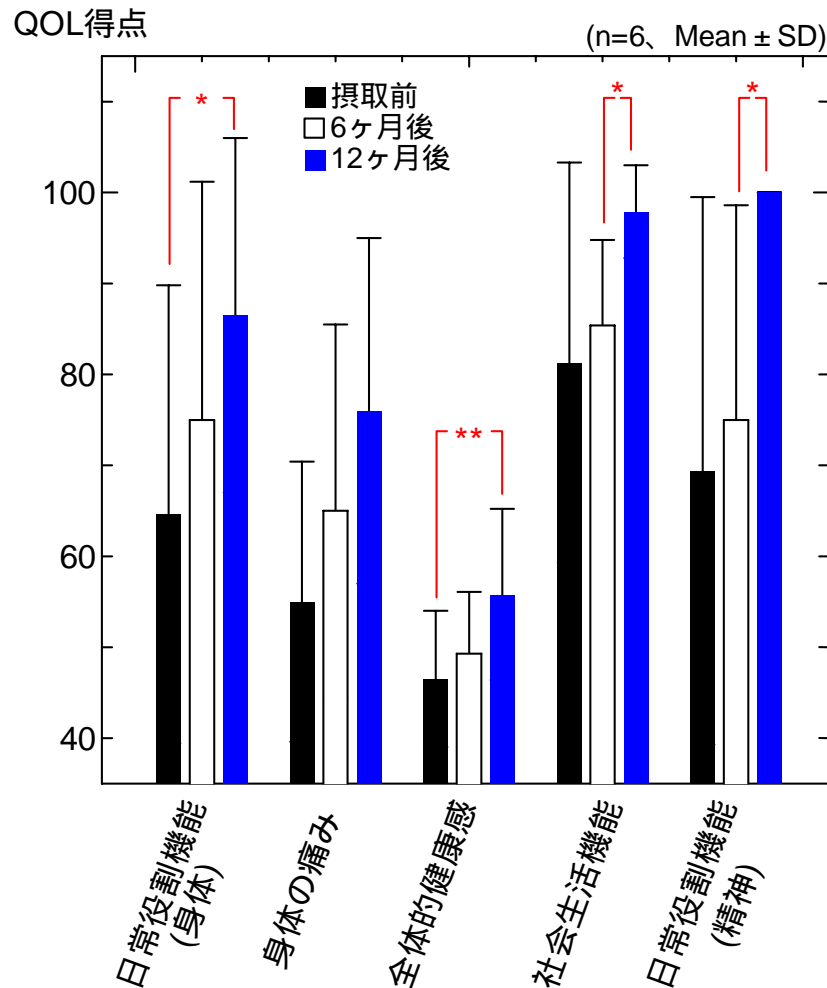


研究情報

【QOL改善作用】還元型CoQ10の摂取は高齢者のQOL(生活の質)を改善する

「還元型CoQ10の摂取により活力」「心の健康」で改善が認められ、血中還元型CoQ10比率を上げることがQOL改善に役立つことが示唆された



【対象】ケアハウス在住の11名の高齢者
(12ヶ月間摂取はうち6名)
(男性3名: 69歳 ~ 86歳、女性8名: 73 ~ 87歳)

【試験】還元型CoQ10を毎日100mg、
6ヶ月間または12ヶ月間摂取
QOLをSF-36による問診で評価

【結果】

“活力”(疲労感の減少、活力の向上)

“心の健康”(鬱状態からの脱却、穏やかで
楽しい状態の増加)の改善が認められた

血中還元型CoQ10比率を上げることがQOL改善
に役立つことが示唆された

(出口等、臨床医薬 24:233, 2008)

(藤井等、Food style21 12:82, 2008)