

健常高齢者の便通異常改善

被検者: 便通異常(便秘・下痢)を有する60歳以上の成人41名(試験群21;対照群20)

試験デザイン: 無作為化二重盲検プラセボ対照試験

試験実施施設: JA秋田厚生連 由利組合総合病院

還元型CoQ10摂取: 150mg, 12 weeks

結果

摂取前に比べ

- 便通頻度が試験群で有意に低下、対照群では有意に増加
- 便性状(Bristol Stool Form Scale)は試験群で変化なし、対照群で増加
- QOL(SF-36)指標の全体的健康感が試験群で有意に増加し、対照群では変化なし

⇒ 排便習慣及びQOLの改善の可能性