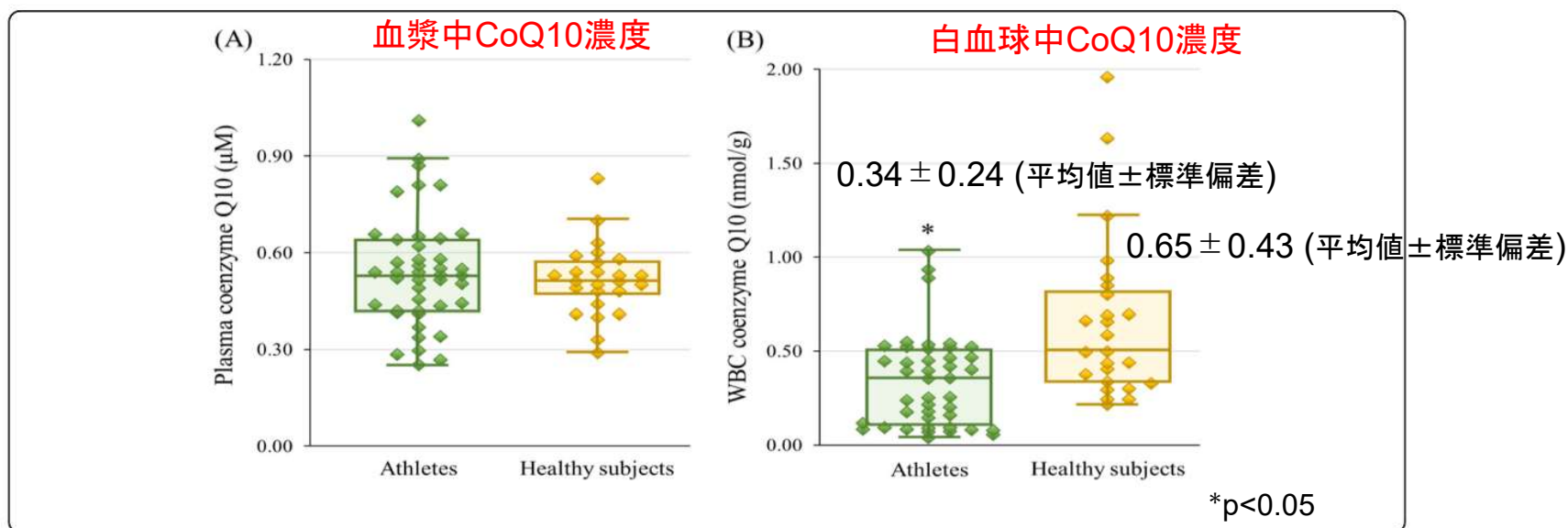


アスリートの血漿および白血球中CoQ10濃度

対象者

Athletes: 高強度トレーニング中の大学生43名, 男女比27/16, 19.7 ± 1.3 歳(平均 $\pm$ 標準偏差)

Healthy subjects: トレーニング量が1週間あたり12時間以下の健康人25名, 男女比17/8, 19.7 ± 1.1 歳



- ◆ 高強度トレーニングをしていた参加者(Athletes)の白血球中CoQ10濃度は運動量が多くなかった参加者(Healthy subjects)よりも低かった(右図). 血漿濃度では両者で差がなかった(左図).

(Ho C_C et al, J Int Soc Sports Nutr. 2020;17(1):5より作成)