

報道関係者各位



【 ストレス・疲労対策にプラズマローゲン 】

ホタテ由来プラズマローゲン 1 カ月の飲用でストレス項目が改善
ストレスが高い人ほど改善度が高く、体感者の 8 割が 2 週間で体感
～医療従事者 378 名対象のモニター調査～

株式会社ビーアンドエス・コーポレーション(本社：東京都千代田区、代表取締役：村越優子、以下「B&S コーポレーション」)は、2015年から製造・販売するサプリメント、高純度抽出ホタテ由来プラズマローゲンを 使用し、医療従事者 378 名を対象に1カ月間の飲用モニター調査を 2023年2月から 6月にかけて実施しました。

【モニター調査結果】

1. ストレス緩和効果

- 「抑うつ、緊張・怒り、疲労、睡眠、集中力、仕事効率、活気・意欲、体調」の全ストレス項目で有意に改善した
- 高ストレスグループは、低ストレスグループより、改善度が高かった
- 高ストレスグループの体感までの日数は平均 10 日ほどで、体感者の 8 割が 2 週間以内に体感していた

2. ストレス緩和効果(年代別)

- 20代～60代以上の全年代で、全ストレス項目が有意に改善した

■ 調査の背景

ヒトをはじめ、あらゆる生物に存在するリン脂質「プラズマローゲン」には、ストレスなどによる脳細胞の酸化を食い止めて守る抗酸化作用があります。

これまで、ホタテ由来プラズマローゲンの幅広い年代の飲用者の方から、不眠や疲労感などのストレス緩和に関する声が寄せられていました。そこで、その効果を確認するために、ストレスに対する仕事の緊張感や労働環境の面からメンタルヘルスがハイリスクグループとされ、昨今のコロナ禍の影響もあって極度のストレス環境におかれている、医療従事者を対象とした飲用モニター調査を実施しました。

■ 調査およびアンケート内容、結果

本調査は、2023 年にうつ病および抑うつ神経症患者を対象とした同ホタテ由来プラズマローゲンの摂取効果に関する症例研究成果を発表された、医療法人健育会オボクリニック（東京都新宿区）院長の於保哲外先生が監修しました。

【調査内容】

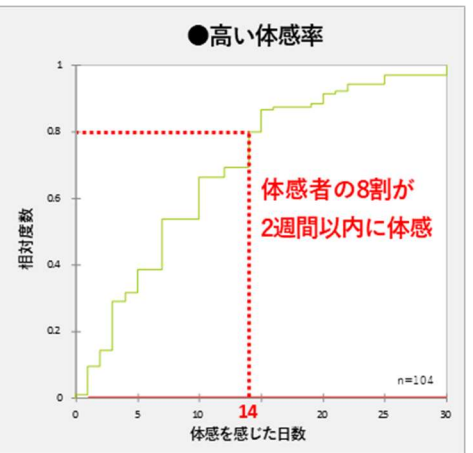
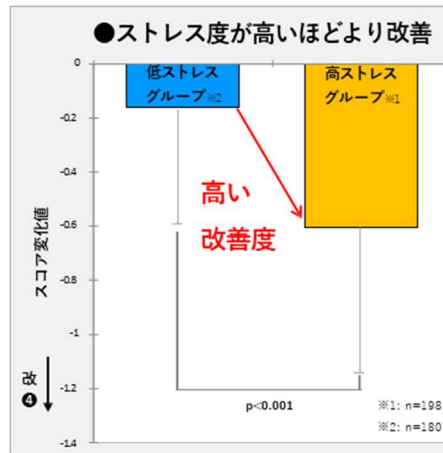
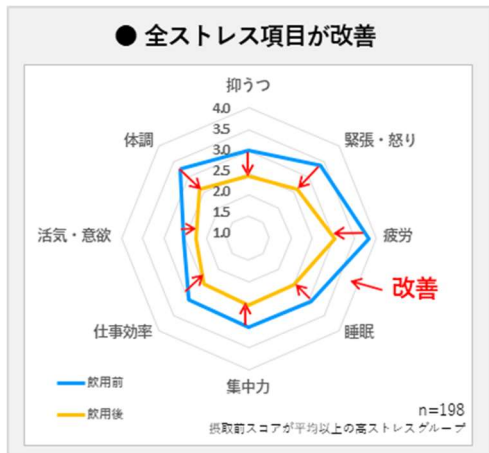
対象： 医療従事者 378 名 （平均年齢…46±13 歳）
使用製品： ホタテ由来プラズマローゲン配合カプセル
飲用期間・量： 1 カ月間、2 粒/日 （プラズマローゲンとして 1mg）
調査方法： WEB アンケート （飲用前後）

【アンケート内容】

項 目：気分プロフィール 6 項目（緊張・抑うつ・怒り・活気・疲労・混乱）、睡眠、意欲、集中力、仕事効率
その他：体感の有無、体感までの日数

【アンケート結果】

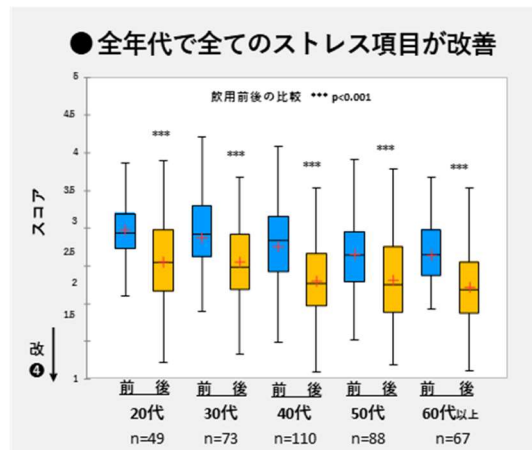
1. ストレス緩和効果



全ストレス項目で有意に改善したことから、「プラズマローゲンにはストレス緩和効果がある」と考えられます。

高ストレスグループ（摂取前スコア平均以上 198 名）は、低ストレスグループ（摂取前スコア平均未満 180 名）より改善度が高く、高ストレスグループの体感者のうち、8 割が2週間以内に体感していることから、「強いストレスを感じている人ほど強く早く体感する」という結果が示されました。

2. ストレス緩和効果(年代別)



20代～60代以上の全年代で全ストレス項目が有意に改善したことから、プラズマローゲンには「幅広い年代にストレス緩和効果がある」と考えられます。

■ 監修した医師からのコメント



【監修】
オボクリニック 院長
於保 哲外
(おぼ てつがい) 先生

精神科クリニックである本院が考える、心の病の根本的な原因は、その人の生き方、考え方の歪みにあります。その歪みを見直し変えながら、病気を根本的に治していくことが、本院の目指す治療です。

この治療を実践する中で、9年前からホタテ由来プラズマローゲンを使用した治療を試みていますが、精神疾患に対して効果があるという印象を得てきました。また、自然素材で副作用がほとんど見られないホタテ由来プラズマローゲンは、症状の緩和や精神的安定、そして治療の底上げに期待できると考えています。

今回の調査は、健常者へのアンケートによるモニター調査ではありますが、378名と規模感のある調査内容なので一定の評価を得られるのではないだろうかと思います。長期に渡るコロナ禍の影響もあり、医療従事者におけるストレス環境は、非常に過酷と言わざるを得ません。そういった中で、ホタテ由来プラズマローゲンが、こういったストレス環境に置かれている方の「ストレス緩和」に役立つ可能性が示されました。また、30日と短い期間にもかかわらず、調査対象者の約半数の方が体感し、平均10日ほどで飲用の効果を体感していることも、評価できると思います。

ストレスフルな状況が継続すると、自律神経や代謝の恒常性を低下させ、不眠や慢性的な疲労などの日常生活への影響に加え、長期的には、現在社会的問題となっている、うつ病や認知症のリスクとなります。生活習慣の改善とともにプラズマローゲンを活用することで、メンタルヘルスを維持・向上し、前向きで明るい人生を送って頂きたいと思っています。

◆ 本リリースに関するお問い合わせ先 ◆

株式会社ビーアンドエス・コーポレーション メディカル
Tel : 03-3288-0068 / E-Mail : medical@bandscorp.jp