

アンチエイジングの専門家・満尾先生がセミナーで解説  
**臨床試験※で判明!**

※論文発表…「薬理と治療(JPT)」2021年1月20日発行  
 「生ローヤルゼリーの摂取による疲労感の軽減 非盲検試験」

# ローヤルゼリーの働き

ローヤルゼリーの持つ秘めたパワーが、医師でアンチエイジングの専門家である満尾正先生との共同研究で明らかに。その結果を、エスエル・クリエーション本社で行われた満尾先生のセミナーからお届けします。



満尾クリニック院長 満尾 正先生

医学博士。1957年横浜生まれ。1982年北海道大学医学部卒業。杏林大学救急医学教室講師として救急救命医療に従事。ハーバード大学外科代謝栄養研究室研究員、救急振興財団東京研修所主任教授を経て、2002年にアンチエイジング医療専門のクリニックを開設。この分野のバイオニアとなる。著書「食べる投資」が大ヒット。  
<https://www.drimitsu.com/>

## ローヤルゼリーの魅力を臨床試験で解明!

女王ばちは毎日1600〜2000個もの卵を産みながら、なんと働きばちの40倍も長く生きます。そんな女王ばちの栄養源が、ローヤルゼリーです。分子構造から、抗酸化力が高いと推測されましたが、昨年の臨床試験では非常に素晴らしい結果が出ました。被験者は約50名の40〜69歳の女性です。口ごころから疲れやすい、朝起きても疲れが残っていると感じているかたが対象とし、「一日に1000mgの生ローヤルゼリーを12週間、摂取していただきます。検査は全部で6項目。疲労感を示すVAS、更年期症状の指標であるSMI、睡眠の質を見るOSA、老化の度合いを測る加齢度スコア。この4項目は、被験者にアンケート方式で答えていただく主観的な評価です。

そして、尿中の物質8-OHdGでストレス度合いを測定し、末梢血液検査でもいくつかの項目を調べました。この2つは被験者の意図とは無関係な、客観的なデータになります。

これらの検査で、ローヤルゼリーの飲用前と飲用後で体の状態がどう変化したのかを検証しました。

## VAS, SMI, OSA, GPTなどでよい結果を確認!

疲労感(VAS)は75.6から33.2へと大幅



に減りました(グラフ①)。簡易更年期指数(SMI)も約3割減(グラフ②)。これはとても驚くべきことであります。睡眠評価(OSA)ではどの項目もよい変化が見られます(グラフ③)。私のクリニックでも睡眠のご相談はとも多々、60歳以上の患者さんで、よく眠れるというかたは10人中2人か3人くらいでしょうか。残る半数以上のかたに、眠りが浅くなった、途中で目が覚めてしまうなどのお悩みが非常に多いのですが、口

## 「客観的なデータでさまざまな数値の改善傾向が見られました」

ローヤルゼリーで改善できる可能性が大いにあるということだと思います。

リッカート加齢度スコア(④)ではすべての項目でスコアが下がっています。主観的な感覚で加齢度スコアが下がっているということは、より若いときの感覚に戻っていると評価してよいでしょう。ほかにも、酸化ストレス(⑤)で測定した遺伝子の残骸の量を見る尿中の8-OHdGは、なんと2割くらい下がりました。これは非常に評価すべき結果だといえます。

そして肝機能のGPT(ALTとも)において、若い女性を中心とした値が非常に低いかたが多いです。これはビタミンB群を中心とするビタミンB群が足りていないことが原因のひとつと思われるのですが、3カ月の飲用で理想値に近づきました。GPT値は1.0上げるのも大変なことでも、意味のある結果です。

肝臓は体に必要な物質の製造工場であり、解毒工場でもあります。GPT値はそのペルトコンパターのスピードだと思ってください。値が低いのはペルトコンパターのスピードが遅いのと同じ状態なので、そのスピードが上がるといことは、解毒作用やいろいろな栄養素をつくる能力も高まりますから、疲労感の改善や

睡眠の質の向上につながるのだろうと考えています。

さらに、善玉コレステロールと呼ばれるHDLがやや増加し、中性脂肪が1割近く下がったという結果も出ています。これもローヤルゼリーの非常にありがたい効果といえると思います。

## ローヤルゼリーの力に驚き。強い体づくりに期待できそう

この臨床試験のお話をいただいた当初はやや不安もあり、過度な期待はせずに始めたのですが、すべての項目において改善傾向が見られるという驚嘆すべき結果が出ました。私はこの20年、栄養サプリメントに深く携わってきましたが、ひとつの素材でこれまでの結果を出せるものには出会ったことがなかったので、非常に驚きました。40〜69歳の女性にとってもよきそう、疲労回復、老化の質の減少、睡眠の質の改善など、本当に宝石箱のようなサプリメントだというのが、私の印象であります。

そして最近では、新型コロナウイルスとローヤルゼリーの関係について、新たな論文がいくつか発表されました。このコロナ禍、ローヤルゼリーの力がますます注目されています。

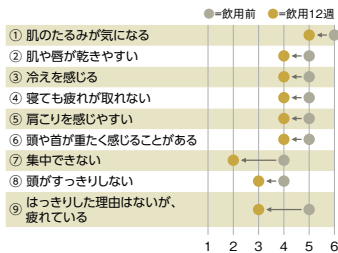


「ローヤルゼリーは、まるで宝石箱のようなサプリメントだな」というのが、私の印象です」

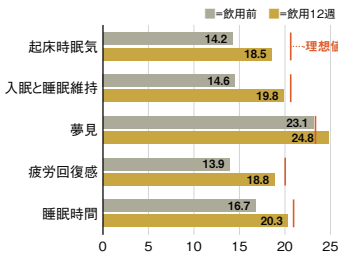


ローヤルゼリーの商品情報はこちら!

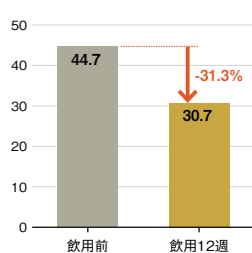
④リッカート加齢度スコア  
 Royal Jelly 飲用前後での変化



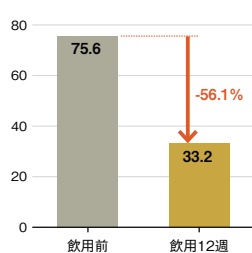
③ OSA 睡眠評価  
 Royal Jelly 飲用前後での変化



② SMI (簡易更年期指数)  
 Royal Jelly 飲用前後での変化



① VAS (疲労感)  
 Royal Jelly 飲用前後での変化



●対象: 40〜69歳(平均年齢51歳)の日本人女性49名。一日に1000mgの生ローヤルゼリーを飲用3カ月前後の比較