

## 健康ボランティアにおけるオメガ-3脂肪酸(魚油)とうつ病関連の認知 6/10

盲検手順はほぼ成功した。n-3 PUFA群にランダム化された参加者27名中9名、プラセボ群における10名の参加者が自分の群割付けを正確に推察した。n-3 PUFA群の参加者9名、プラセボ群の参加者4名が推察を誤り、21名の参加者は投与の割付けについて見解をもたなかった。予想に関し群間で差はなかった( $c2(2) = 3.15$ ;  $p > 0.05$ )。

表1 ベースライン時の標本特性(平均 ± SD)

	投与条件	
	オメガ-3 N=27	プラセボ N=27
女性	n=21	n=23
年齢	22.2±3.6	22.6±4.1
BMI(kg/m2)	21.9±2.3	21.8±2.2
<b>過去の精神科診断</b>		
診断なし	n=22	n=21
うつ病	n=4	n=4
軽躁	n=1	n=0
パニック障害	n=0	n=1
広場恐怖	n=0	n=1
うつ症状(BDI-II)	4.1±4.7	5.8±5.2
<b>行動賦活</b>		
駆動	11.5 ± 2.0	11.6 ± 1.9
刺激探究	11.9 ± 2.2	11.3 ± 1.7
報酬反応性	17.2 ± 1.6	16.4 ± 2.3
<b>行動抑制</b>		
LEIDS-Rベースライン	28.93 ± 13.38	32.00 ± 11.71
POMSベースライン		
疲労	2.85 ± 2.48	3.81 ± 3.14
怒り	2.15 ± 2.21	2.93 ± 2.16
緊張	2.44 ± 2.22	3.81 ± 3.88
悲嘆	2.07 ± 2.97	2.26 ± 2.85
活力	8.63 ± 3.28	9.74 ± 3.38

BMI、ボディマスインデックス; BDI-II、Beckうつ評価尺度、第2版

## 気分状態

各サブスケールに関する別々のrmANOVAより、疲労サブスケール[F(2,94) = 3.19; P = 0.046]を除き、全サブスケールについて有意な時間 × 投与相互作用は認められなかった。各時点における群間比較より、t0時の傾向性(P = 0.07)、t1時の有意ではない差、摂取4週後の有意差(P = 0.03)が認められた。平均スコアを表3に示す。

## 認知

認知反応性 時間 × 投与相互作用はLEIDS-Rのコントロール/完全主義サブスケールに対し有意であった[F(1,47) = 4.95; P = 0.03]。経時変化はn-3 PUFA群で有意であったが(t(23) = 2.66; P = 0.01)、プラセボ群では有意ではなかった(P > 0.05)。危険回避サブスケール[F(1,47) = 3.05; P = 0.087]および全LEIDS-Rスコア[F(1,47) = 3.68; P = 0.06]に対し、時間 × 投与相互作用について傾向性が認められた(表3参照)。EPA濃度の経時変化(ΔEPA)は、LEIDS-R-合計の変化(r = 0.35, P = 0.02)、コントロール/完全主義の変化(r = 0.30, P = 0.04)と有意に相関した。ΔEPAとLEIDS-Rサブスケール変化スコア間で他の有意な相関は認められなかった。

## 感情的・中間的情報処理

注意および感情性Go/No-Goテストについて、解析により脱落数、誤反応数、反応時間に対する有意な時間 × 投与の相互作用効果は認められなかった。両テストのデータを表4にまとめる。表情認識精度、全時間 × 強度 × 投与相互作用は有意ではなく、反応時間に対する有意ではない効果が認められたt(P > 0.05)。15語リスト(記憶)テストでは、即時想起、遅延想起、固定に対し有意ではない時間 × 投与相互作用もみられた(P > 0.05)。

# Product on the Paper

## Prim Royal

プライム ローヤル

品 番：98855-60  
価 格：3,360円(税込み)  
内 容 量：60粒入り/1日1粒/60日分

### ガンマリノレン酸を多く含む月見草油のソフトカプセル

月見草(イブニングプライムローズ)はアカバナ科に属する植物で、その種子からとった油はアメリカ先住民の大切な薬として女性特有の症状やアレルギーの改善、高齢になってからの諸症状の改善に利用されてきました。月見草油には、オメガ-6系脂肪酸のガンマリノレン酸が豊富に含まれています。ガンマリノレン酸は母乳に多く含まれているほかは、ごく一部の植物にしか含まれていないため、通常の食材から摂取するのはたいへん難しいといわれています。

#### 主成分含有量 (1カプセルあたり)

成分名	含有量
月見草油 (以下の成分を含む)	500 mg
ガンマリノレン酸	40 mg
リノール酸	350 mg



## Flax Seed Oil

フラックス シードオイル

品 番：FLX-100  
価 格：3,255円(税込み)  
内 容 量：100粒入り/1日1~9粒/100日~11日分

### α-リノレン酸のカプセル

【フラックス シードオイル】の最大の特徴はオメガ-3の脂肪酸に分類されるα-リノレン酸が57%含まれていることです。現代人の食生活においてはオメガ-3脂肪酸の不足が指摘されていますが、これが原因で多くの病気やアレルギーが起きていると考える研究者もいます。また魚に多い脂肪酸のEPAやDHAも亜麻仁油のα-リノレン酸から体内で合成されます。つまり、亜麻仁油でα-リノレン酸を摂ればEPAやDHAも同時に摂ったことになります。

#### 主成分含有量 (1ソフトカプセルあたり)

成分名	含有量
亜麻仁油 (以下の成分を含む)	1,000 mg
ベータカロテン	258 µg
α-リノレン酸	560 mg
リノレン酸	170 mg
オレイン酸	172 mg



## Order Made Supplement Service

分包 による  
オーダーメイド  
サプリメント  
サービス!



- 患者様に合わせた指示箋ができる、オーダーメイド分包サービスです。患者様の満足度がより高くなります。
- 在庫負担がありません。
- 商品のお届けは、クリニック様お届けと患者様直送からお選び頂けます。
- ラベルデザインや容器も色々お選び頂けます。



### 編集後記

ダグラスニュースレターをお読みいただき誠にありがとうございました。これからも最新の臨床データ、商品情報などを正確に、また、迅速にご提供してまいります。どちら様もご意見・ご希望がございましたら編集者までお寄せください。

無断転載・転用は固くお断りいたします。

発行者：  
〒135-0091 東京都港区台場2-3-2  
日本ダグラスラボラトリーズ株式会社  
TEL: 03-5530-2212