

グルコサミンおよび N-アセチルグルコサミン複合含有清涼飲料水の 継続摂取が爪有症者の爪水分量に及ぼす効果

○斉木彩乃¹ 板垣 愛¹ 信夫 正¹ 保谷久理子²

1 甲陽ケミカル(株), 2 (株)オリーブ

【目的】近年、スカルプチュアやジェルネイルなどのつけ爪の流行と共に、そのトラブルが国民生活センターより「つけ爪による危害」として報告されている。また、靴トラブルや加齢が原因のスジ爪、陥入爪、脆弱爪などの悩みを持つ人も多い。そこで、爪の改善効果が予想されるグルコサミンと N-アセチルグルコサミンをはじめ、爪の主成分であり爪水分量を増加させるといわれるケラチン、脆弱爪の改善効果があるとされているビオチンやコラーゲンペプチドを配合した、爪の保湿、伸長促進を目的とする清涼飲料水の摂取が爪に及ぼす影響について検討した。

【方法】スジ爪、爪肥厚、陥入爪などの爪のトラブルを抱える者 10 名および健常者 13 名の被験者計 23 名に、上記のグルコサミン等を配合した清涼飲料水 (30mL / 日) を 60 日間摂取させる試験を実施した。手足の爪部分の写真撮影、足爪甲遊離縁の水分量測定、電子顕微鏡撮影、アンケート調査を評価項目とした。

【結果】本試験の結果、爪のトラブルを抱える被験者 10 名の足爪の水分量は、試験食品摂取前の 10.3% から摂取 1 カ月で 12.8% に有意に増加した ($p < 0.05$, Paired t-test)。また、摂取 2 カ月の時点では 1 カ月時とほぼ同等の水分量 (12.4%) であった。また自覚症状において、摂取前に対して爪の強度の増大と、爪スジの減少、ひび割れや欠けの減少、表面の凹凸の減少、つやの増大といった爪の外観の改善が見られた。

【考察】本試験の結果から、試験食品の摂取により爪の水分量が増加し、爪の強度・外観などが改善される可能性が示唆された。よって、本試験食品の継続摂取は爪の状態を改善させ、健康および美容に有効であることが期待される。