

## ヒトを対象としたナノ型乳酸菌nEF®の便秘改善効果

### 試験内容

便秘気味の日本人女性15名にnEFを1日に200mg摂取してもらい、便通と腸内菌叢への影響を調べた。

### 試験結果

nEF摂取前と摂取1週後の便秘の状況を便秘評価尺度CAS-MT (Constipation Assessment Scale)によって評価した。CAS-MT値が高いほど便秘状態を表す。試験の結果、摂取前と比較してnEF摂取1週後のCAS-MT値の平均値は66.7%低下(7.6⇒2.5)し、nEF摂取により便通が改善した。摂取前後のCAS-MT値に有意差も認められた。(図1、2)。

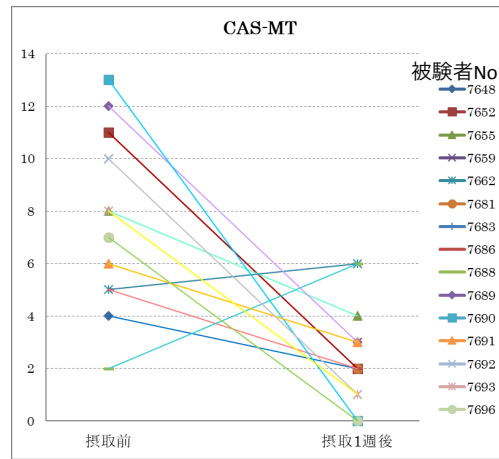


図1 nEF摂取前後の各被験者のCAS-MTの変化

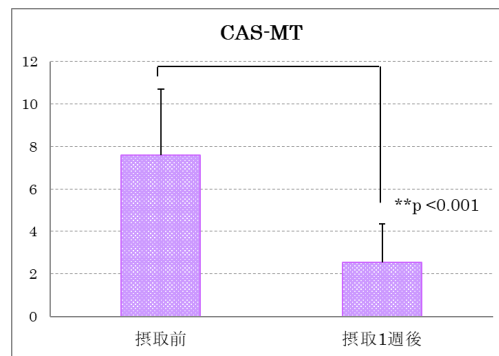


図2 nEF摂取前後のCAS-MT平均値

### 解説

**ヒトを対象としたnEF摂取試験において、nEF摂取は便秘を改善する効果が示唆された。**

この試験において摂取前と摂取1週後に実施した身体測定、理化学検査、尿検査、末梢血検査の結果より、nEF摂取に伴う医学的に問題ある変化は認められず、nEF摂取の安全性が確認された。