

■商品の特徴

-「スパイスサプリ」について

太古より料理だけでなく人々の活力源や生薬としても利用されてきた「地の恵み スパイス&ハーブ」。その中から科学的に機能性が解明された素材を厳選して配合することにより、現代の様々な健康の悩みにお応えし、健やかな暮らしをサポートするエスビー食品のサプリメントシリーズです。

-「サフランのエキス」を配合した初^(※)の機能性表示食品

睡眠の悩みに対して、長年スパイス&ハーブを探求してきたエスビー食品が辿り着いた素材が「サフラン」。サフランの黄色の成分「クロシン」と香りの成分「サフラナール」が、覚醒や休息を調節する仕組みを整えると考えられています。

「寝つきが悪い」「ぐっすり眠れない」「途中で目覚める」「目覚めが悪い」など、睡眠の質が低いと感じている方が、サフラン由来成分を摂取することで、日中に眠気を感じずに意欲的に生活できるようになることが、ヒト試験で確認されています。

クロシン（サフランの黄色の成分）と睡眠の関連性は特許登録済。

特許第 5610577 号；第一薬科大学が保有。

※サフラン由来クロシン、サフラン由来サフラナールを機能性関与成分として販売する機能性表示食品の中で初。

<スパイスサプリ サフラン>

機能性表示食品 [届出番号：E821]

届出表示：本品にはサフラン由来クロシン、サフラン由来サフラナールが含まれます。サフラン由来クロシン、サフラン由来サフラナールには、睡眠の質が低いと感じている方の活動時の眠気を軽減させ物事をやり遂げるのに必要な意欲を維持させる機能があることが報告されています。

一日摂取目安量：4粒

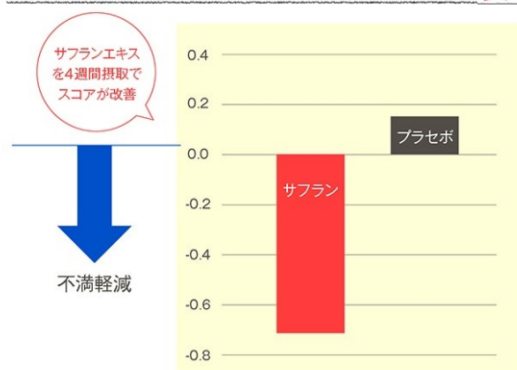
一日摂取目安あたり機能性関与成分：

- ・サフラン由来クロシン (0.6mg/日)
- ・サフラン由来サフラナール (6μg/日)

摂取の方法：水またはお湯とともに、かまずにお召し上がりください。

- サフランエキス摂取による「日中の眠気」「物事をやりとげる意欲」の変化

「日中の眠気」「物事をやりとげる意欲」を表すスコアの変化



【方法】健康な成人男女 21 名を 2 群に分け、サフラン由来クロシン (0.6mg/日) とサフラン由来サフラナール (6μg/日) を含む「サフランエキス含有粒」、または 2 成分を含まない「プラセボ (偽薬)」を 4 週間連続摂取。試験開始時の睡眠の質のスコアが低い 14 名 (7 名×2 群) を対象に解析。

【結果】ピッツバーグ睡眠質問票のうち、日中の眠気・物事をやり遂げる意欲を表す「daytime dysfunction」スコアの変化量に群間有意差あり (p<0.05)。サフランエキス含有粒摂取により有意に改善した。

Nishide 他、薬理と治療 vol.46 no.8 (2018) 1407-1415 を元にわかりやすく作成。研究レビューの採用文献が 1 報であったため、本データを掲載しました。