

血流をスムーズにして 血圧を正常に保つ3つの効果

高麗人参には、血流をスムーズにする3つの効能があります。

① 血液を流れやすくする

抹消血管を拡張する働きにより、**血が流れやすくなります。**

② 赤血球の変形能力を高める

自由に形を変える能力が高まることで、毛細血管の中を移動しやすくなり、**身体の隅々まで血液が巡りやすくなります。**

③ 血液の粘性を低下させる

血小板の凝集を抑える働きにより血液をサラサラにし、**血栓の生成を予防したり、生成された血栓を間接的に融解したりする効果もあります。**

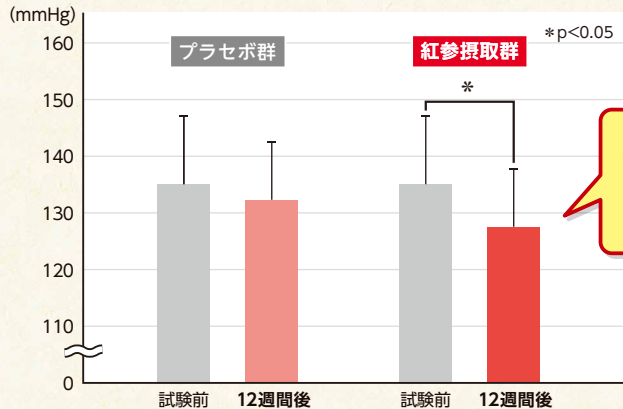
これらの多様な働きにより、血圧を正常に保ち、動脈硬化を防いで心筋梗塞・脳梗塞の予防につながります。

試験データ

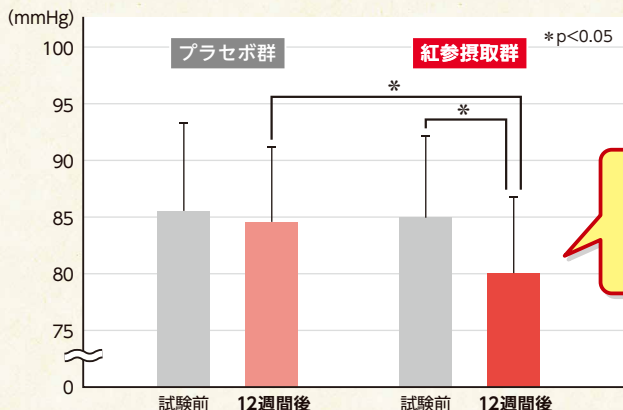
血圧が上下ともに下がった！

20～70歳の正常高値血圧の男女を被験者とし、高麗紅参摂取群(紅参5g/日、31名)とプラセボ群(31名)に分け、12週間の二重盲検無作為化プラセボ対照試験を実施しました。その結果、12週間後の拡張期血圧において、高麗紅参摂取群は、プラセボ群に対して有意に検査値が低くなりました。さらに、高麗紅参摂取群の収縮期血圧および拡張期血圧は、摂取前に比べて12週間摂取後の方が有意に低くなりました。この結果から、紅参摂取によって正常高値血圧の人の血圧を下げる働きがあることがわかりました。

収縮期血圧



拡張期血圧



※Cha TW, et al., Hypertens Res. 39:449-56 (2016)

