

アストラサナ・ジャパン、CBDオイル摂取による睡眠の質への影響に関するパイロットスタディを実施

～中途覚醒や日中の意欲低下において改善傾向、女性のウェルネス向上におけるカンナビジオール（CBD）の新たな可能性を示唆～

アストラサナ・ジャパン株式会社

2026年1月29日 13時00分



スイスに本社を置く医療用大麻・カンナビノイド企業の日本法人、[アストラサナ・ジャパン株式会社](#)（本社：東京都渋谷区、代表取締役：吉田智賀子、以下「当社」）は、薬剤師・博士（薬学）らの協力の元、保険薬局に来局した睡眠の悩みを抱える成人女性を対象とした「CBDオイル摂取による睡眠の質への影響を評価するパイロットスタディ」を実施いたしました。

本研究の結果、CBDオイルの継続的な摂取が、ピッツバーグ睡眠質問票（PSQI）の総合スコアが改善したほか、特に、中途覚醒（夜中に目が覚める）および日中の活動意欲の質問項目において、改善する傾向が認められました。本結果は、CBDが女性のQOL（生活の質）向上に寄与する新たな選択肢となり得ることを示唆するものです。

■ 研究の背景

日本において、睡眠障害はQOLを損なう深刻な課題です。

特に女性は、月経周期や更年期などライフステージに伴うホルモンバランスの変動により、自律神経の乱れや睡眠の不調を経験しやすい傾向にあります。

CBDは、体内の恒常性（ホメオスタシス）を維持する「エンドカンナビノイドシステム（ECS）」に作用し、不安や不眠への効果が期待されています。

当社は、スイス産高品質CBDオイルが、こうした女性特有の睡眠課題に対するセルフケアの有効な選択肢となり得るかを検証するため、パイロットスタディを実施しました。

■ 研究の概要

対象：睡眠に悩みを抱える成人女性（20歳～69歳）

介入期間：4週間

使用製品：swisscan® 20% PURE CBD Oil（アストラサナ・ジャパン株式会社製）

摂取方法：就寝前に1日1回3滴（CBDとして約20mg）を舌下服用

評価方法：被験者にピッツバーグ睡眠質問票（PSQI）を用い、服用前と服用4週間後で比較検証した（Googleフォームを使用）。

■ 主な分析結果

被験者のアンケート回答（n=16）を解析した結果、以下の変化が確認されました。

睡眠の質（PSQIスコア）の改善傾向

被験者16名のPSQI平均スコアは、服用前の11.44点から服用4週間後で10.69点へ減少し、睡眠の質が改善する傾向を認めました（図1）。

被験者の約6割においてスコアの減少が確認され、なかにはPSQIスコアが3点改善し、「睡眠障害あり」から「障害なし」の基準に達した事例も見られました（図2）。

また、PSQIの各質問項目別の解析においては、「夜中に目が覚める（中途覚醒）」、「物事を集中し続ける

アストラサナ・ジャパン株式会社

PR TIMESのご利用について

資料をダウンロード

図1. 被験者16名のPSQI平均スコアの変化

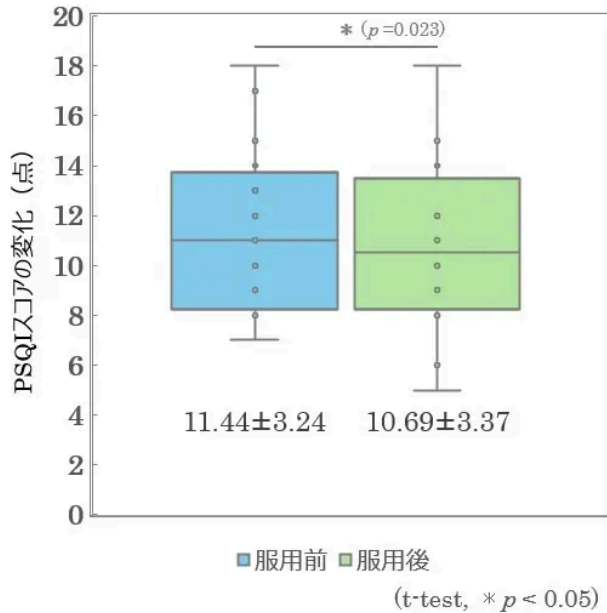
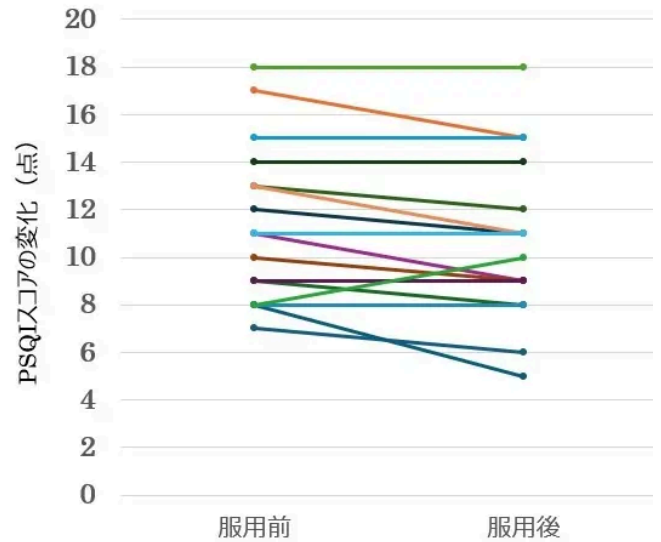


図2. 各被験者におけるPSQIスコアの変化



© ASTRASANA JAPAN 2026

睡眠の質 (PSQIスコア)

■ 考察

本研究において、低用量（約20mg/日）のCBDオイルの継続摂取が、成人女性における睡眠の質改善に寄与する可能性が示唆されました。特に、中途覚醒の減少は、CBDが持つ抗不安作用やECSを介した自律神経調節作用が、睡眠の分断を防ぎ、深い眠りをサポートした可能性が考えられます。

また、睡眠の質が向上した結果として日中の意欲や活動レベルの改善に繋がったと推測されます。

■ 今後の展望

アストラサナ・ジャパン株式会社は、今回のパイロットスタディで得られた知見を基に、以下の取り組みを強化してまいります。

1. エビデンスに基づく製品開発

今回の結果を受け、更なる睡眠サポートや女性の健康課題（フェムテック領域）等に特化した製品開発を推進します。

2. 大規模研究への展開

より信頼性の高いデータを蓄積するため、対象者数を拡大した臨床研究や、ウェアラブルデバイスを用いた客観的データの収集を検討します。

3. 適正な情報発信と啓蒙

改正大麻取締法の施行に伴い、日本の法規制を遵守した安全なCBD製品の普及と、正しい知識の啓蒙活動（ECSの重要性など）に努めます。

弊社は、「エビデンスに基づく安全性を確保し、より優れた品質のヘンプ由来製品を製造・開発し流通させることで、お客様のニーズと期待に応え、新たな価値を提供することを目指す」というビジョンのもと、スイスの高品質な原料と科学的アプローチを通じて、日本の皆様のウェルネス向上に貢献してまいります。

【本件に関するお問い合わせ先】

アストラサナ・ジャパン株式会社
 〒151-0063 東京都渋谷区富ヶ谷1-14-14 スタンフォードアネックスビル3階
 Email : japan@astrasana.com
 URL : <https://astrasana.co.jp/>

【アストラサナ・グループについて】

PR TIMESのご利用について
[資料をダウンロード](#)

アストラサナ・グループは、スイス・チューリッヒに本社を置くアストラサナ・ホールディング株式会社を中核とし、チェコ共和国、英国、日本に現地法人を展開しています。現在、約40名の専門スタッフが在籍し、医療用大麻の研究開発、医療用大麻製品の流通、CBD原料の供給、ペット用ウェルネス製品の企画販売、欧州有名ブランドのOEM製造に至るまで、世界18カ国以上の市場に対し総合的なサービスを提供しています。欧州の厳格な規制下で培われた品質管理体制と、各国市場における柔軟な対応力を強みとし、アストラサナ・グループは今後も国際的なカンナビノイド市場の健全な発展に貢献してまいります。



swisscan® 20% PURE CBD Oil

「CBDオイル摂取による睡眠の質への影響を評価するパイロットスタディ」使用製品概要

製品名：swisscan® 20% PURE CBD Oil

CBD配合量：20%

製造国：日本

内容量：10ml

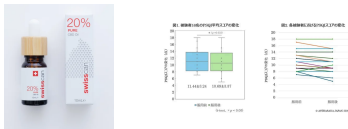
主な配合成分：CBD、ココナツ由来MCTオイル

スイス産CBDアイソレートを高濃度で配合した、ブロードスペクトラムのアドバンスドモデル。

swisscan®

[製品カタログ](#) | [公式HP](#) | [公式Instagram](#)

すべての画像



種類

調査レポート

ビジネスカテゴリ

ダイエット・健康食品・サプリメント

フィットネス・ヘルスケア

キーワード

睡眠

CBD

更年期

睡眠障害

月経周期

恒常性 (ホメオスタシス)

エンドカンナビノイドシステム (ECS)

カンナビジオール

swisscan

フェムケア

位置情報

東京都渋谷区 (本社・支社)

関連リンク

<https://astrasana.co.jp/>

ダウンロード

↓ プレスリリース素材

このプレスリリース内で使われている画像ファイルがダウンロードできます

[トップ](#) > [プレスリリース](#) > [アストラサナ・ジャパン株式会社](#) > [アストラサナ・ジャパン、CBDオイル摂取による睡眠の質への影響に関するパイロットスタディを実施](#)

会社概要



アストラサナ・ジャパン株式会社

4フォロワー

フォロー

RSS

URL

-

業種

商業 (卸売業、小売業)

本社所在地

東京都渋谷区富ヶ谷1-14-14 スタンフォードアネックスビル3階

PR TIMESのご利用について
資料をダウンロード



電話番号 050-3562-5911
代表者名 吉田智賀子
上場 未上場
資本金 -
設立 2023年03月

PR TIMESのご利用について
資料をダウンロード

プレスリリース

もっと見る



アストラサナ・ジャパン株式会社、一般社団法人ワンダフルパートナーと動物福祉型パートナーシップを締結

2026年5月12日 05時00分



獣医師専売CBD製品「ASTRAVET」国内販売開始—スイス研究開発によるTHCフリー*CBD製品の安心と信頼…

2025年11月4日 04時00分



スイス生まれのCBDブランド「swisscan®」、女性誌『CREA』フェムケア特集に掲載—フェムケア…

2025年9月5日 01時00分



スイス生まれのCBDブランド「swisscan®」、女性誌『an』掲載を機に今後のCBDウェルネ

2025年8月27日 01時00分

[会社概要](#) [プライバシーポリシー](#) [利用規約](#)

[報道関係者からのお問い合わせ](#)

[企業様からのお問い合わせ](#)

[一般の皆様からのお問い合わせ](#)

Copyright © PR TIMES Corporation All Rights Reserved.

PR TIMESのご利用について
資料をダウンロード