

CoQ10・γCD包接体に 持久力向上効果を確認

スポーツニュートリションとして期待 シクロケム

多機能性に優れた「シクロデキストリン(CD)」を取り扱うシクロケム(東京都中央区)は、包接により生物学的利用能を高めた「CoQ10・γCD」の、スポーツパフォーマンスとしての持久力向上効果を確認した。

これにより、高い生物学的利用能を有するCoQ10・γCD包接体が、スポーツニュートリションとして持久力向上や疲労回復を訴求するサプリメントやドリンクなどの開発に有用であることが示された。

それより、高い生物学的利用能を有するCoQ10・γCD包接体が、スポーツニュートリションとして持久力向上や疲労回復を訴求するサプリメントやドリンクなどの開発に有用であることが示された。

それぞれ100mgずつのCoQ10原末とCoQ10・γCD包接体(CoQ10は20mg)を1カ月間摂取させ、各被験者の摂取

取前後の最高心拍数の75%に相当する酸素摂取量(VO2@75%HRmax)を、持久力の指標として測定した。

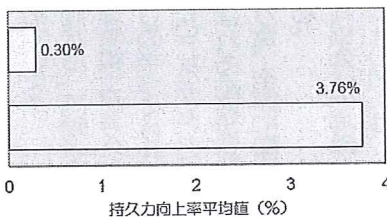
測定には電磁ブレーキ式自転車エルゴメーターを用い、男性は15W/1min、女性は10W/1minのラング負荷による漸増負荷法によってペダリング運動を実施した。

運動後、10分以上の休憩を挟み、1分間の無負荷ペダリングの後に漸増

負荷運動を行った。安定したペダリングを実施するため、定められた回転数とビッチ音がモニタリングされた。

運動は各被験者の推定最高心拍数の75%を超えた時点を終了とし、自転車エルゴメーター付属の解析機を用いてVO2@75%HRmaxを測定した。

その結果、CoQ10原末を摂取した群のVO2@75%HRmax上昇率の平均値は0.3%だったのに対し、CoQ10・γCD包接体を摂取した群ではCoQ10摂取量が5分の1であるにも関わらず、VO2@75%HRmax上昇率の平均値が3.75%となり、CoQ10・γCD包接体の摂取による明確な持久力の向上が確認された。



そのほか、γCD

により包接したCoQ10には、骨密度や膝関節痛の改善、肌改善効果も確認されている。