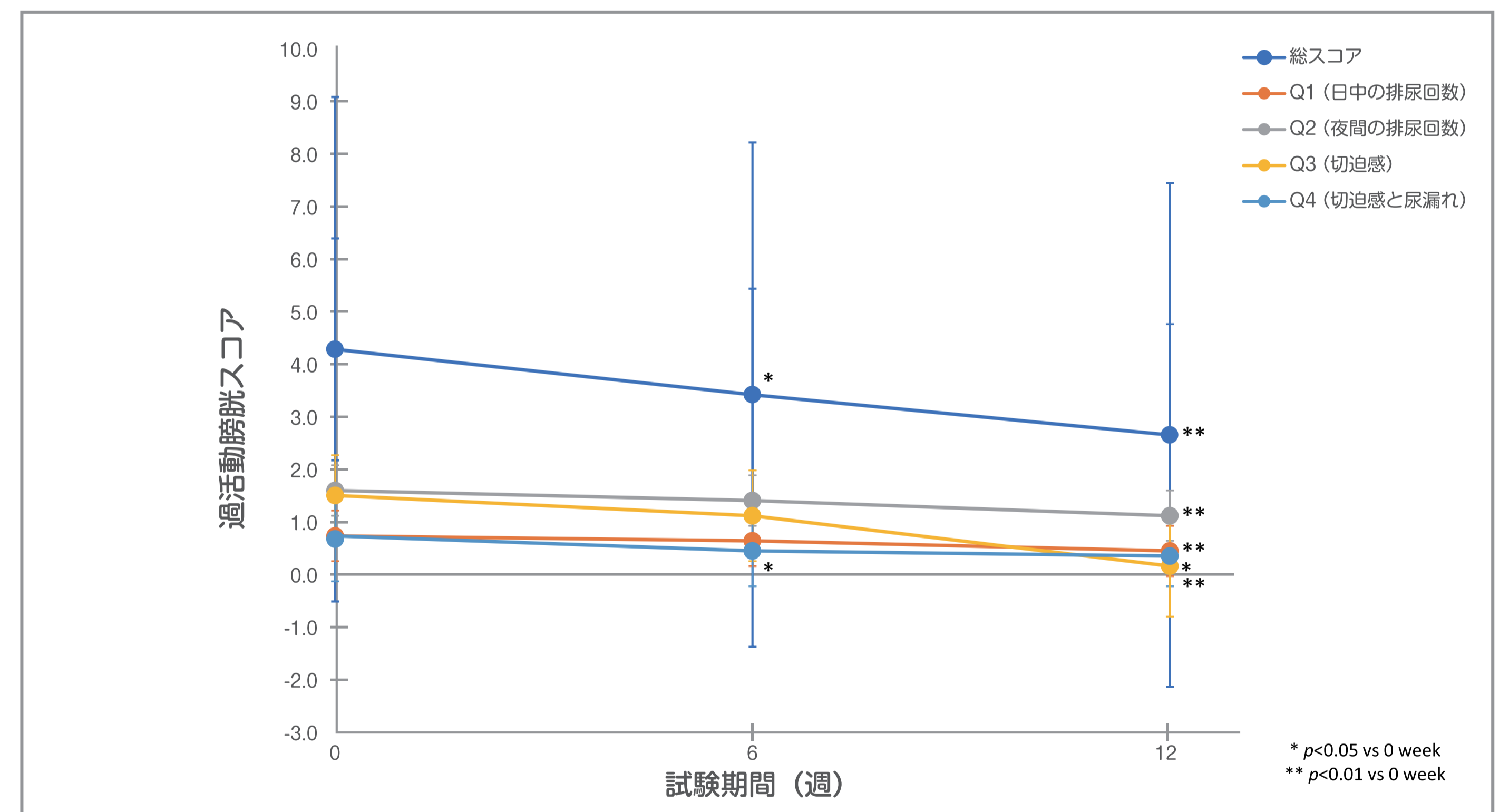


西洋カボチャ種子油の摂取が 健康な排尿機能をサポートします



41歳～80歳の男女
45名に西洋カボチャ
種子油を経口摂取
してもらう試験で、
過活動膀胱スコア
(OABSS)が改善し、
排尿回数、切迫感、
尿もれなどの症状が
緩和した。

〈図〉西洋カボチャ種子油の経口摂取による過活動膀胱スコアの変化



45名の被験者(男20名、女25名、41～80歳)に12週間、1日10gの西洋カボチャ種子油を経口摂取させ、摂取6週後と12週後に過活動膀胱スコア(OABSS)により排尿機能を評価した。摂取開始前と比べ西洋カボチャ種子油摂取により有意に総スコアが改善し、サブスコアについても日中の排尿回数、夜間の排尿回数、切迫感、尿漏れのスコアもそれぞれ改善していた。

M. Nishimura, Tatsuya Ohkawara, Hiroji Sato, Hiroshi Takeda, Jun Nishihira,
Journal of Traditional and Complementary Medicine, 6, 275-280 (2016)

