

<News Letter>

報道関係各位

2017年3月31日

長崎大学大学院との共同研究で確認

## 精油の香り刺激により、女性ホルモン分泌量が上昇

公益社団法人 日本アロマ環境協会(略称:AEA J、東京都中央区)は、長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科 神経機能学の篠原一之教授と共同研究を行い、精油の吸入が女性ホルモンに与える影響を確認しました。

40代の女性15名を対象に10種類の精油で実験を行った結果、ゼラニウム精油とローズオットー精油の香り刺激で、唾液中のエストロゲン濃度が有意に上昇しました。

AEA Jでは、更年期など女性ホルモンの影響で起こる不調に対するアロマテラピー活用法を普及していくとともに、その有用性を明らかにしていくため、今後も研究を続けてまいります。



ゼラニウム



ローズ

### 実験概要

- 対象 40歳代の女性15名(月経周期21日~37日)
- 精油 10種類(イランイラン、オレンジ・スイート、カモミール・ローマン、クラリセージ、ジャスミン、ゼラニウム、ネロリ、フランキンセンス、ラベンダー、ローズオットー)
- 測定方法 希釈した精油と空気または溶剤のみと空気を混合した気体を、それぞれ20分間吸入し、吸入の前後で唾液を採取
- 評価項目 唾液中の女性ホルモン(エストロゲン)濃度

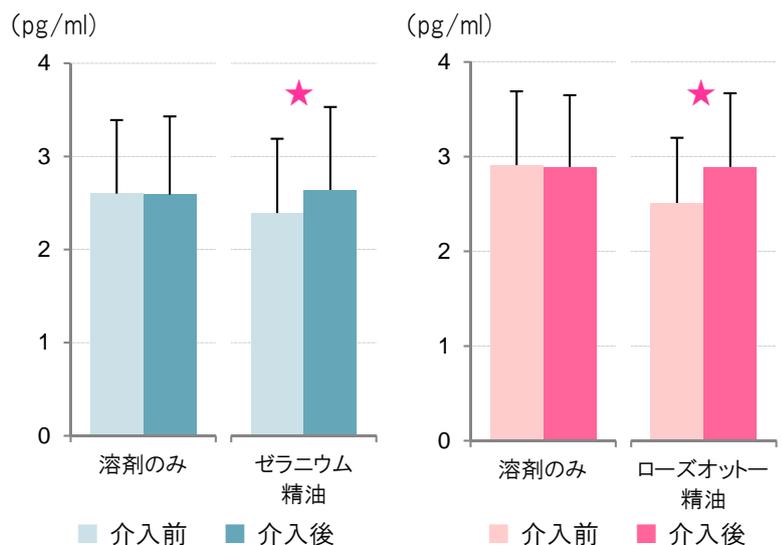
### 実験結果

吸入前後のエストロゲン濃度を比較した結果、10種類の精油のうち、ゼラニウム精油とローズオットー精油のエストロゲン濃度が有意に上昇しました。

#### エストロゲンとは

女性ホルモンのひとつ。女性特有の身体つきをつくるほか、骨や脂質の代謝に関わり、女性の健康に重要な役割を果たす。分泌量が急激に減少すると、産後うつや更年期障害などの不調を引き起こす。

#### 【エストロゲン量の平均値】 ★ 有意差あり



### 篠原 一之 教授

長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科神経機能学 教授。

長崎大学医学部卒業後、東海大学大学院医学博士課程(児童精神科)終了。

北海道大学、横浜市立大学、バージニア大学などを経て2002年より現職。

小児精神科・心療内科医師として臨床現場の声にも日々耳を傾けつつ、フェロモンや香りによる女性のうつや不安の緩和法、乳幼児行動・母性行動などを専門に研究している。



### 公益社団法人 日本アロマ環境協会(AEAJ)について

AEAJは内閣府に公益認定された、アロマセラピー関連で唯一の公益法人。植物の香りを用いた「アロマセラピー」を通じて人々の心身の健康に寄与することを目的に、アロマセラピーの普及・調査・研究などの活動を行っています。

また、自然の香りある豊かな環境(アロマ環境)を未来につなぐため、環境力オリスタ検定や香育など、自然環境の保全・創造にむけた取り組みも推進しています。【会員数】個人正会員56,449名、法人正会員278社(2016年3月31日現在)

アロマセラピーについての研究など、アロマ関連情報をお探しの際はお気軽にAEAJにご連絡ください。

#### <本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

公益社団法人 日本アロマ環境協会 広報担当

Tel: 03-3548-3401(平日9:00~17:00)

#### <論文に関するお問い合わせ先>

長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科 神経機能学 生理学第二教室 受付(代表)

Tel: 095-819-7036 (平日9:00~17:00)