

審査結果の要旨

報告番号	甲 第 1170 号	氏名	河原田 康貴
審査担当者	主査	石竹 達也	(印)
	副主査	足達 寿	(印)
	副主査	吉田 典子	(印)
主論文題目： Usefulness of Regular Intake of the Reduced Form of CoQ10 for Stress Management for Workers (労働者のストレスマネジメントにおける還元型 CoQ10 習慣的摂取の有用性)			

審査結果の要旨 (意見)

還元型 Coenzyme Q10 (以下 CoQ10) は、うつ血性心不全患者における心機能の改善効果など、多くの有用性が報告されるとともに、報告数は少ないが、抗うつ効果や高齢者の QOL 改善効果など、メンタルヘルスに対しても有用である可能性が示唆されている。この研究は、被験者 19 名に CoQ10 を毎日 100mg、4 週間摂取させ、CoQ10 の習慣的摂取が、労働者のストレスマネジメントとして有用な手段であるか否かを検討した論文である。

その結果、CoQ10 の習慣的摂取によって、職業性ストレスによって生じる身体症状を軽減し、労働意欲を向上させる可能性を明らかにした。また審査にあたり、本研究の意義とこれに関連した分野について、十分な知識と理解があることも確認した。よって、本論文は学位論文として相応しいと判断する。

論文要旨

本研究は、還元型 CoQ10 (以下 CoQ10) の習慣的摂取が、労働者のストレスマネジメントとして有用な手段であるか否かを検討した。

被験者 19 名に CoQ10 を毎日 100mg、4 週間摂取させ、毎日摂取した群を「摂取良好群」、それ以外を「摂取不良群」として 2 群に分類した。基本属性や生活習慣、労働状況の他、仕事ストレスを評価できる職業性ストレス簡易調査票 (以下 BJSQ) および労働意欲を評価できるワークエンゲージメントスケール (以下 UWES-J)、血清 cortisol および尿中 VMA、8-OHdG を摂取前後で測定し、2 群間および同一群で比較した。さらに CoQ10 摂取の安全性を確認するため、期間中の有害事象の有無についても調査した。

その結果、摂取良好群では BJSQ 得点の「働きがい」は有意に上昇し ($p=0.009$)、「身体愁訴」は有意に低下し ($p=0.024$)、UWES-J 得点は有意に上昇した ($p=0.017$)。また期間中、有害事象は見られなかった。

以上より、CoQ10 の習慣的摂取は、職業性ストレスによって生じる身体症状を軽減し、労働意欲を向上させることが示唆され、労働者のストレスマネジメントに有用であると考えられた。