

ルテイン摂取による加齢性白内障患者 の視機能改善

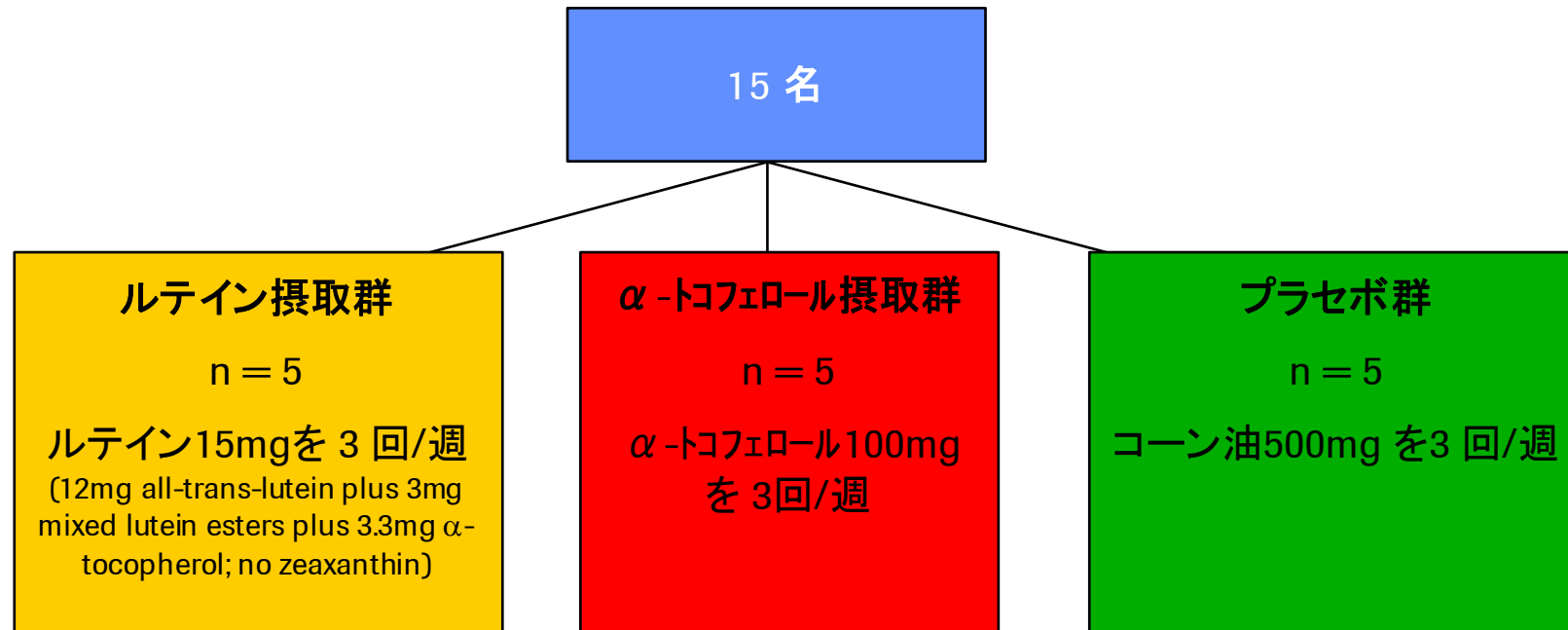
B. Olmedilla ら.

Nutrition 19:21-24, 2003

方法

ルテイン摂取群、 α -トコフェロール摂取群、プラセボ群

- 対象者:各群5名
- 無作為二重盲検プラセボ対照予備試験
- 対象者は白内障患者
- 平均試験(摂取)期間:26ヶ月(12-36ヶ月)



結果: 視力

ルテイン摂取群で視力改善

	摂取前	摂取後
ルテイン摂取群	0.59 ± 0.17	0.96 ± 0.08
α-トコフェロール摂取群	0.62 ± 0.09	0.58 ± 0.15
プラセボ群	0.43 ± 0.14	0.48 ± 0.08

ルテイン摂取群において、5名中4名で白内障の進行が抑制された

結果: グレア感度

ルテイン摂取群でグレア感度が改善

		摂取前	摂取後
ルテイン摂取群	low	0.6-0.9	0.9-1.1
	medium	0.4-0.9	0.9-1.1
	high	0.3-0.9	0.9-1.2
α-トコフェロール摂取群	low	0.3-0.7	0.3-0.8
	medium	0.3-0.7	0.2-0.8
	high	0.3-0.6	0.4-0.8
プラセボ群	low	0.4-0.6	0.4-0.6
	medium	0.4-0.6	0.5
	high	0.4-0.6	0.5

ルテイン摂取群において、5名中4名で白内障の進行が抑制された

結論

ルテインを多く含む野菜・果物やサプリメントから、
ルテインを多く摂取することにより、加齢性白内障
患者の視機能は改善される