

Ảnh hưởng của thực phẩm bổ sung có chứa Astaxanthin đối với làn da

Yamashita E.

Carotenoid Science 2006; 10:91-95

Đây là một nghiên cứu kéo dài trong 6 tuần để xác định ảnh hưởng của việc bổ sung 4 mg astaxanthin đối với làn da.

Nghiên cứu được tiến hành đối với 49 phụ nữ (28 đối tượng sử dụng Astaxanthin và 21 đối tượng dùng giả dược) với độ tuổi trung bình là 47. Nghiên cứu này được thực hiện theo phương pháp mù đơn - những người tham gia nghiên cứu không được biết rằng họ dùng Astaxanthin hay giả dược (viên dầu cá), tuy nhiên những người giám sát thí nghiệm được cung cấp những thông tin này. Kết quả được đánh giá dựa trên độ ẩm, độ đàn hồi, độ khô, các nếp nhăn và vết chân chim trên da. Những tiêu chuẩn này được đo lường bằng các công cụ thí nghiệm, kết hợp với việc đánh giá bằng trực quan của các chuyên gia da liễu, và sự tự đánh giá của các đối tượng tham gia làm thí nghiệm. Nghiên cứu này đã đưa ra kết quả rất khả quan về cải thiện các nếp nhăn và vết chân chim, độ đàn hồi và độ ẩm của da sau 6 tuần so với các thông số ban đầu. Thông thường, việc quan sát bất kỳ sự thay đổi nào của làn da nhờ bổ sung dưỡng chất thông qua thực phẩm đều không dễ dàng, chính vì vậy kết quả làm đẹp da mà Astaxanthin mang đến được đánh giá cao.

*** Chênh lệch giữa 2 nhóm: $p < 0.05$**

