“育乳ブラ”の長期装着に豊胸効果はあるか？

○横井孝志（日本女子大学家政学部），春口佳苗（スターツ出版株式会社）

Does long term wearing of “Ikunyu-bra” have an effect on breast enlargement?

Takashi YOKOI (Japan Women's University, Faculty of Human Sciences and Design),

Kanae HARUGUCHI (Starts Publishing Corporation)

1. はじめに

ここ数年の間に、豊胸効果を謳ったブラジャー（以下、育乳ブラと記す）が数多く販売されるようになった¹⁾。この育乳ブラとは「長期間装着することによって背中や脇に流れた脂肪などの組織を乳房部によせ、何も着用しない状態でも乳房部を大きくする効果を持つブラジャー」と言われている^{2, 3)}。しかし、育乳ブラのこのような効果に関する科学的エビデンスはない。

そこで本研究では、育乳ブラの豊胸効果を実験的に検証することを目的とした。

2. 方法

2.1 実験方法

本研究の目的を達成するため、育乳ブラを長期間着用して、定期的に胸部の寸法や胸部に関する印象を計測する介入実験を実施した。

実験協力者は、5名の若年成人女性であった。ただし、実験協力者の乳房サイズの統制は行えなかった。実験協力者には事前に研究や実験の内容、データの公開条件等を説明し、実験参加等についての同意を得た。実験にはB社の育乳ブラ⁴⁾を用いた。全ての実験協力者は育乳ブラ販売店においてブラジャーを試着し、各自の体型や乳房部に合った育乳ブラを2セット入手した。

実験協力者はこの育乳ブラを4ヶ月間（育乳ブラ着用期）毎日装着し、その後、各自の持っている通常のブラジャーを2ヶ月間（コントロール期）毎日装着して過ごした。ただし就寝時にはブラジャーを外した。なお、実験協力者には、この期間に体重の増減を極力おさえるよう指示した。

育乳ブラ着用期開始時点からコントロール期終了までの毎月2回（育乳ブラ着用期8回、コントロール期4回、計12回）、体幹部の3次元形状計測を行うとともに、ブラジャー装着感や自身の胸部に関する印象を評価させた。計測では、ブラジャー着用条件や姿勢条件を統制するとともに、

実験協力者の性周期を考慮して月経期を避けた。形状計測は上半身裸体の自然立位で行った。なお、ブラジャー装着感については、育乳ブラ着用期には育乳ブラを着用した状態を、通常ブラ着用期には通常ブラを着用した状態を回答させた。

3次元形状データをもとに胸部に関する人体寸法項目を計測した。計測した人体寸法項目は次の通りであった：(1) トップバスト囲、(2) アンダーバスト囲、(3) トップとアンダーとの差(=(1)-(2))、(4) ウエスト囲、(5) 胸部左右幅、(6) 胸部前後幅(短)、(7) 胸部前後幅(長) (8) 胸部前後幅差(=(7)-(6))、(9) 乳頭間距離。

乳房部の印象については5段階で点数化した。印象評価項目は次の通りであった：(1) 谷間のボリューム感、(2) 垂れずに上がる実感、(3) 乳頭の上下位置、(4) ヌード時のバージスラインの鮮明さ、(5) 豊胸の実感、(6) 脂肪の流れにくさ、(7) カップ部分のきつさ。

2.2 解析処理の方法

個々の測定項目において、実験協力者それぞれの測定値を育乳ブラ着用期、コントロール期毎に平均した。ただし、育乳ブラ着用期については後半4回分のデータ、コントロール期については後半2回分のデータを平均した。この値をそれぞれの実験協力者の代表値として育乳ブラ着用期とコントロール期との間の違いを、対応のあるt検定によって確認した。この結果をもとに、育乳ブラの効果を検討した。

3. 結果と考察

表1は何も着用せずに自然な立位姿勢で計測した人体寸法項目について、育乳ブラ着用期とコントロール期の値を比較したものである。表2はブラジャー着用時の装着感や自身の胸部に対する印象を育乳ブラ着用期とコントロール期で比較したものである。この、印象評価値では、値が大きいほど豊胸をより強く実感することを示している。

表1 育乳ブラ着用期とコントロール期の人体寸法値（裸体での自然な立位姿勢で計測）

計測項目		育乳ブラ着用期	コントロール期
トップバスト囲 (mm)	Mean	824.7	826.2
	SD	26.8	29.3
アンダーバスト囲 (mm)	Mean	707.6	712.9 *
	SD	32.2	36.2
トップとアンダーの差 (mm)	Mean	117.2	113.2
	SD	31.2	33.1
ウエスト囲 (mm)	Mean	635.9	641.4
	SD	31.5	25.0
胸部左右幅 (mm)	Mean	252.6	253.2
	SD	12.2	12.9
胸部前後幅(短) (mm)	Mean	171.0	170.7
	SD	4.3	5.4
胸部前後幅(長) (mm)	Mean	190.2	191.4
	SD	13.7	12.4
胸部前後幅の差 (mm)	Mean	19.2	20.8 **
	SD	14.3	14.8
乳頭間距離 (mm)	Mean	191.3	191.5
	SD	15.8	14.9
体重(kg)	Mean	48.6	48.9
	SD	5.0	4.8

** p<0.01 * p<0.05

表2 育乳ブラ着用期とコントロール期におけるブラジャー装着感や自身の胸部に対する印象（値が大きいほど豊胸傾向が強いことを示す）

主観量		育乳ブラ着用期	コントロール期
谷間のボリューム感	Mean	0.3	-0.1
	SD	0.4	0.7
垂れぐあい	Mean	0.5	0.1
	SD	0.4	0.4
乳頭の位置	Mean	0.4	0.0
	SD	0.5	0.7
バージスラインの鮮明さ	Mean	0.7	0.3
	SD	0.4	0.7
豊胸の実感	Mean	0.5	0.0 *
	SD	0.4	0.6
乳房の流れにくさ	Mean	0.7	0.2
	SD	0.5	0.8
カップ部分のきつさ	Mean	0.8	0.0 *
	SD	0.4	0.6

* p<0.05

表1 から、育乳ブラ着用期とコントロール期の違いはアンダーバスト囲と胸部前後幅の差のみにみられ、いずれもコントロール期の値が大きかった。トップバスト囲、トップとアンダーとの差に

は、育乳ブラ着用期とコントロール期の間の違いは見られなかった。これらの違いは育乳ブラ着用による豊胸に直接には関係しないことから、育乳ブラを4ヶ月間着用しても、人体寸法値には明確な豊胸効果は現れないと考えられる。

一方、表2の装着感や印象の評価値から、豊胸の実感やカップ部分のきつさについては、育乳ブラ着用期のほうがコントロール期に比べてより大きな値であった。すなわち、実験協力者は育乳ブラ着用期に豊胸の実感やカップ部分のきつさをより強く感じていた。このことは、育乳ブラ着用期間には、胸が大きくなったという印象を強く持ち、その後の通常のブラジャー着用期間にはこのような印象が弱くなることを示している。

本研究で使用したB社の育乳ブラは、装着することによって背中や脇の脂肪をバストに集める機能が、通常のブラジャーに比べて高いと言われている⁴⁾。このため、育乳ブラの装着によって見た目には胸が大きくなるという印象を持ったと考えられる。しかし背中や脇の脂肪を継続的に4ヶ月間胸部側に寄せ続けた場合でも、この脂肪が胸部側に定着することはほとんどないため、育乳ブラの効果は人体寸法値に現れなかったと考えられる。

4. 結論

介入実験の期間が短かった可能性を否定できず、実験協力者の数も少なかったが、以上の結果と考察から、B社の育乳ブラには、裸体での人体寸法計測値に現れるような豊胸を実現する効果はないと考えられる。しかし、育乳ブラの構造や機能によって乳房部の形状を補正できるため、着用した時のみ、見た目の豊胸を実現する効果はあると推測される。

参考文献

- 1) MARSHMALLOWホームページ (2017.04.06検索)
<http://bustup.pink/articles/bustup-bra-popular>
- 2) Chicoliホームページ (2017.04.06検索)
<https://chicoli.net/?p=858>
- 3) 育乳生活ホームページ (2017.04.06検索)
<http://happy-bustup.com/>
- 4) Bradelisホームページ (2017.04.06検索)
<http://bradelisny.jp/>