

有効性:

食品素材として利用する場合のヒトでの有効性については、信頼できる十分なデータは見当たらない。

Keyword

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(24) 漢方薬理学 南山堂 高木敬次郎ら 監修

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添 3 (平成 16 年 3 月 31 日 薬食発第 0331009 号 厚生労働省医薬食品局長)

## バナバ

基本情報		
名称	日本名:バナバ(オオバナサルスベリ) 英名:Banaba 学名: <i>Lagerstroemia speciosa</i> L (英) ミソハギ科	
概要	バナバは、インドネシアやタイなどの熱帯、亜熱帯地域に分布する常緑高木で、フィリピンでは糖尿病を治療する民間薬として飲用されている。俗に、「血糖上昇を抑制する」「肥満を予防する」といわれるが、ヒトでの有効性・安全性については、信頼できるデータが見当たらない。その他、詳細については、「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	全木は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コロソール酸(corosolic acid)を含み、カルシウム、マグネシウム、カリウム、亜鉛、アミノ酸などの元素が豊富に含まれている。</li> <li>・フィリピン・東南アジア等に分布。ミソハギ科の熱帯および亜熱帯製植物で、20~30cm 位の葉を着け薄紫色の花を咲かせる。乾燥後焙煎仕上げしたバナバの葉を煎じて飲用する。</li> </ul>	
分析法	valoneic acid dilactone がフォトダイオードアレイ検出器を装着した高速液体クロマトグラフィー (HPLC) により分析されている(PMID:12875243)。	
有効性		
目録 目録	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	予備的な臨床試験によると、コロソール酸を 1g 含有する標準抽出物はⅡ型糖尿病の人の血糖値を低下させる可能性がある(PMID:12787964)。この効果については、さらなる科学的根拠の蓄積が必要である(64)。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	調べた文献の中に見当たらない。
in vitro・動物他での評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ラットを用いた実験では、バナバ葉抽出物は食後血糖上昇に対する抑制作用を認めなかった(101)。</li> <li>・抽出物は、糖尿病動物モデルで血糖値を低下させたという報告がある(PMID:12787964)(PMID:9063966)。</li> <li>・in vitro 試験により、成分エラギタンニンにはインスリン様作用をもつことが示唆されている(PMID:11859474)。また、インスリン受容体を活性化させることを示唆する報告もある(PMID:14501154)。</li> <li>・in vitro 試験によると、成分パロネン酸はアロプリノールと同程度かそれ以上のキサンチンオキシダーゼ阻害活性をもつことが示唆されている(PMID:15234783)。</li> <li>・糖尿病マウスで体重増加を抑制したという報告がある(PMID:10737232)。しかし、正常マウスおよびヒトではこの効果は試験されていない(64)。</li> </ul>	
安全性		
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・経口摂取で安全性が示唆されている(possibly safe)。抽出物は 15 日間の試験で安全に摂取できたという報告がある(PMID:12787964)。長期摂取の安全性については、データが充分にない(64)。</li> <li>・妊娠中・授乳中の安全性についてはデータが充分でないので、使用は避ける(64)。</li> <li>・副作用は報告されていない(64)。</li> </ul>	
禁忌対象者	調べた文献の中に見当たらない。	
医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・理論上、血糖低下作用のあるハーブやサプリメント、糖尿病治療薬との併用で、相加作用が起こると考えられる。臨床検査値においても血糖値に影響を与えることが考えられる(PMID:12787964)。</li> <li>・他の食品との相互作用は知られていない(64)。</li> </ul>	
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。	

AHPA クラス分類 および勧告	参考文献中に記載なし * 米国ハーブ製品協会 (American Herbal Products Association, AHPA)
総合評価	
安全性: ヒトに対する安全性については信頼できる十分なデータは見当たらない。  有効性: ヒトに対する有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。	
Keyword	

- (30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添 3 (平成 16 年 3 月 31 日 薬食発第 0331009 号 厚生労働省医薬食品局長)
- (64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳「健康食品」データベース (日本語版)2004(第一出版)刊行予定)
- (101) YAKUGAKU ZASSHI 124(4)217-223; 2004.  
 (PMID:12875243) Yakugaku Zasshi. 2003 Jul;123(7):599-605.  
 (PMID:12787964) J Ethnopharmacol. 2003 Jul;87(1):115-7.  
 (PMID:9063966) Biosci Biotechnol Biochem. 1996 Feb;60(2):204-8.  
 (PMID:11859474) Planta Med. 2002 Feb;68(2):173-5.  
 (PMID:14501154) J Pharmacol Sci. 2003 Sep;93(1):69-73.  
 (PMID:15234783) J Ethnopharmacol. 2004 Aug;93(2-3):391-5.  
 (PMID:10737232) J Nutr Sci Vitaminol (Tokyo). 1999 Dec;45(6):791-5.

## ヒバマタ

基本情報		
名称	和名:ヒバマタ 英名:Bladderwrack, Kelp 学名: <i>Fucus evanescens</i> C. Agardh ( <i>F.vesiculosus</i> ) ひばまた属ヒバマタ科	
概要	ヒバマタは海藻の一種で、ミネラルを豊富に含む。中でもヨウ素や亜鉛の含有量が高く、これらの成分の補給に役立つといわれている。さらに、粘液質は食品や化粧品、医薬品製造に必要なアルギン酸エステルの原料となる。俗に、「新陳代謝を活発にする」、「脂肪を燃焼する」、「血行を促進する」といわれているが、ヒトでの有効性については、信頼できるデータが見当たらない。安全性については、子供、妊娠中・授乳中に経口摂取する場合、恐らく危険と思われる。その他、詳細については、「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	全藻は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・粘液、マンニトール、精油、カリウム、ヨウ素、その他多くのミネラル類(とくに亜鉛、マグネシウム)。アルギン(algin)、フコイダン(fucoidan)。</li> <li>・ヒバマタは、大西洋、イギリス海峡、北海やバルチック海沿岸にみられる。枝分かれした革のような葉状体のある、堅い、オリーブ色がかった褐色の海藻である。葉状体には2~3個の大きい気泡が並んでいる。栄養素をもっとも含む夏に収穫し、薄く重ね、頻りに裏返ししながら乾燥させ粉にする。Kelpとはコンブ目(Laminariales)の冷水産の大型の褐藻の総称。それを焼いた灰(炭酸ソーダ・ヨード等の原料)もKelpと呼ぶ。</li> </ul>	
分析法		
有効性		
LIFE 目録	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	調べた文献の中に見当たらない。
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・経口で摂取する場合、危険性が示唆されている(possibly unsafe) (64)。ヒバマタは1g中に600μgのヨウ素を含む。150μg/日以上のヨウ素摂取は甲状腺機能亢進症を引き起こす、あるいはすでにある甲状腺機能亢進症を悪化させる可能性がある。また、重金属汚染が報告されている(64)。</li> <li>・妊娠中・授乳中に経口摂取する場合、恐らく危険と思われる(likely unsafe)(64)。</li> <li>・ヒバマタの摂取でニキビができる可能性がある。長期間の摂取では鉄の吸収を減少させる。また、ヒバマタは高濃度のナトリウムを含むため、ナトリウムを制限されている人では副作用を起こす可能性がある。ヨウ素摂取は特異体質やアレルギーを招く恐れがある。過去に一例だけ、ヒ素で汚染されていたヒバマタの摂取による重金属中毒が報告されている(64)。</li> </ul>	
禁忌対象者	調べた文献の中に見当たらない。	
医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・理論的に抗凝固薬との併用は出血傾向を増強する可能性がある(64)。</li> <li>・高濃度ナトリウムを含むので、利尿薬の効果を低下させることがある(64)。</li> <li>・高濃度のヨウ素を含むので、リチウムとの併用で甲状腺抑制が強まる可能性がある(64)。また、甲状腺ホルモン補充療法に影響を与える可能性がある(64)。</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・理論的には、血清 TSH,T4 レベルを上昇させる可能性がある(64)</li> <li>・理論的には、成分の1つがヘパリン様活性をもつため、活性化部分がトロンボプラスチン時間(APTT)を延長する可能性がある(64)。</li> <li>・理論的には、放射性ヨウ素を用いる甲状腺機能診断の結果に影響を与える可能性がある(64)。</li> </ul>
動物他での 毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。
AHPA クラス分類 および勧告	<p>クラス 2b(妊娠中は不可);2c(授乳中は不可);2d(注射にあるような他の特定の使用制限がある)-甲状腺機能亢進症への治療目的の使用は不可。長期にわたる治療目的の使用は不可(22)。</p> <p>* 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association,AHPA)</p> <p>クラス 2b: 妊娠中に使用しないハーブ、2c: 授乳期間中に使用しないハーブ、2d: 特定の使用制限のあるハーブ</p>
総合評価	
<p>安全性:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨウ素として 150 <math>\mu</math>g/日以上、また甲状腺機能亢進症の人が経口摂取する場合、危険性が示唆されている(possibly unsafe)(64)。</li> <li>・子供、妊娠中・授乳中に経口摂取する場合、恐らく危険と思われる(likely unsafe)(64)。</li> <li>・長期間の摂取では鉄の吸収を減少させる。また、ヒバマタは高濃度のナトリウムを含むため、ナトリウムを制限されている人では副作用を起こす可能性がある。ヨウ素摂取はアレルギーを招く恐れがある。</li> </ul> <p>有効性:</p> <p>ヒトに対する有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。</p>	
Keyword	

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添 3 (平成 16 年 3 月 31 日 薬食発第 0331009 号 厚生労働省医薬食品局長)

(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳 「健康食品」データベース (日本語版)2004(第一出版刊行予定)

## ビワ

基本情報		
名称	和名:ビワ(枇杷) 英名:loquat, Japanese medlar 学名 <i>Eriobotrya japonica</i> (THUNB.)LINDL. ばら科[ビワ属]	
概要	ビワは中国中南部原産といわれ、葉は古くから鎮咳薬として使用されてきた。葉と種子には青酸配糖体アミグダリンを含むことから、呼吸器系の鎮静作用があるとされる。ただしアミグダリンには摂りすぎによる副作用(中毒症状)があるため、使用には注意が必要である。漢方素材としての利用経験が長く、最近では健康食品にも利用されるが、ヒトでの有効性・安全性に関する信頼できるデータが見当たらない。その他、詳細については、「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	種子、樹皮、葉は「非医薬品」に区分されている(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・種子に青酸配糖体アミグダリン(amygdalin)を含む。葉にはアミグダリン、トリテルペノイドのウルソール酸(urusolic acid)、オレアノール酸(oleanolic acid)、精油成分のネロリドール(nerolidol)、ファルネソール(farnesol)などの他、酒石酸やリンゴ酸などを含む。 ・薬用部分は葉(枇杷葉<ビワヨウ>)、種子(枇杷仁<ビワニン>)、果実。枇杷葉は9月上旬に採取し、裏毛をとって日干しする。中国南部原産とされる。日本では関東以西に分布する常緑高木。高さ10m。花期は11~1月。黄白色の花をつける。	
分析法		
有効性		
L A S E R T	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	調べた文献の中に見当たらない。
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	・葉に生えている毛は粘膜刺激があるため、除去すべきである(22)。 ・葉の毛を取り除かず摂取した後に、喉に重度な炎症を引き起こした症例が報告されている(101)。	
禁忌対象者	調べた文献の中に見当たらない。	
医薬品との相互作用	調べた文献の中に見当たらない。	
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。	
AHPA クラス分類 および勧告	クラス 2d(注射にあるような他の特定の使用制限がある)長期にわたる使用は不可。定められた用量を超えないこと(22)。 * 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association,AHPA) 2d: 特定の使用制限のあるハーブ	
総合評価		

安全性:

葉に生えている毛は口腔粘膜に強い刺激を与える。

有効性:

ヒトに対する有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。

Keyword
---------

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添 3 (平成 16 年 3 月 31 日 薬食発第 0331009 号 厚生労働省医薬食品局長)

(101) 現代中薬薬理学

## フキタンポポ

基本情報		
名称	和名:フキタンポポ(カントウヨウ) 英名: Coltsfoot 学名: <i>Tussilla farfara</i> L. きく科[カントウ属] (フキ( <i>Petasites japonicus</i> )とはまったくの別種)	
概要	フキタンポポはヨーロッパ、北アフリカ、インド、中国などが原産で、ハート型の葉が特徴である。中国やヨーロッパなどで葉や花が咳によいとされ、呼吸器系の不調に利用されてきた。中国漢方では、款冬花と呼ばれ、ドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)では葉を呼吸器系に対する治療目的に使用できるハーブとして承認されている。ただし、ヒトでの研究は少なく、効果の科学的根拠はまだ充分とはいえない。近年、化粧品やヘアケアに用いられているようである。安全性については、有害なアルカロイドを含むため、使用には制限事項が多く、注意が必要である。その他、詳細については、「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	花蕾は「医薬品」に、葉・幼若花茎は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フキタンポポにはフィトステロール(phytosterol)、ファラジオール(faradiol)、セネキルキリン(senecikirikine)、セネシオニン(senecionine)、色素タラキサンチン(taraxanthin)が含まれている。その他、タンニン、サポニン、パラフィン、亜鉛、カリウム、カルシウムなども含まれている。</li> <li>・薬用部分は花蕾(款冬花&lt;カントウカ&gt;)。10月下旬~12月下旬にかけて、まだ地中にある花蕾を掘り集め、水洗後、花梗を除いて陰干しにする。ヨーロッパ、北アフリカ、シベリア、インド、中国の原産。日本には明治中期に渡来。高さ10~50cm。花期2~3月。日本のフキノトウは以前、フキタンポポと誤用されていた。</li> </ul>	
分析法		
有効性		
J L S A T T E	循環器・呼吸器	葉の経口摂取は急性呼吸器カタル、咳、しわがれ声に対して使用できることがドイツのコミッション Eで承認されている(58)。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
その他	調べた文献の中に見当たらない。	
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・危険である(unsafe)(64)。フキタンポポは有害な不飽和ピロリジジナルカロイド(UPA)を含み、肝毒性や肝がんを引き起こす可能性がある。さらに低濃度の UPA の長期摂取は VOD(veno-occlusive disease: 肝中心静脈閉塞症)に関連があると考えられている。また UPA は変異原性をもつとされる(64)。</li> <li>・妊娠中・授乳中において経口摂取する場合、危険である(unsafe)(58)(64)。フキタンポポは墮胎作用と肝毒性をもち、また UPA は母乳中に分泌される(64)。</li> <li>・オーストラリアではホメオパシー製剤として 10ppb の希釈またはそれ以上の場合を除いて、使用を禁止している。カナダにおいては規制により本品を食品として使用することは禁止されている(22)。</li> <li>・ドイツのコミッション E では、有害なピロリジジナルカロイド(UPA)を含む植物のうち、フキタンポポの葉だけが経口摂取を認めている(22)(58)。</li> <li>・肝臓に害を与える可能性のあるピロリジジナルカロイドを低濃度含むが、30 分間煮て得られた煎液からはピロリジジナルカロイドは検出されなかった(10)。</li> <li>・副作用としては、慢性的な摂取で食欲不振、無気力、腹痛が報告されている。より長期間になると肝毒</li> </ul>	



	性が起きることがある(64)。 ・フキタンポポなどピロリジナルカロイドを含む数種類のハーブを、茶として摂取した母親から生まれた新生児における致命的な VOD(veno-occlusive disease: 肝中心静脈閉塞症)が 1 件報告されている(64)。
禁忌対象者	・肝毒性があるので、肝疾患をもつ人は禁忌(64)。
医薬品との相互作用	・ユーカリと併用すると、酵素誘導によりフキタンポポの毒性が増すことがある(64)。 ・ピロリジナルカロイドを含むハーブと併用すると、毒性が強まることがあるので併用禁忌(64)。 ・フキタンポポを過剰に摂取すると、降圧薬や心血管系作用薬の効果に影響を与えることがある(64)。 ・他のキク科植物と交差過敏症あり(64)。 ・他の食品との相互作用、臨床検査値に対する影響は知られていない(64)。
動物他での毒性試験	急性毒性:(1)フキタンポポのアルコール抽出液をマウスに経口投与したときの 50%致死量(LD50)は 112g/kg である。(2)フキタンポポの水抽出液をマウスに経口投与したときの 50%致死量(LD50)は 124g/kg である(91)。
AHPA クラス分類 および勧告	花:クラス 2b(妊娠中は不可);2c(授乳中は不可);2d(注釈にあるような他の特定の使用制限がある)-長期にわたる治療目的の使用は不可(22)。 * 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association,AHPA) クラス 2b:妊娠中に使用しないハーブ、2c:授乳期間中に使用しないハーブ、2d: 特定の使用制限のあるハーブ 葉:クラス 2b(妊娠中は不可);2c(授乳中は不可);2d(注釈にあるような他の特定の使用制限がある)-定められた分量を超えないこと。長期にわたる治療目的の使用は不可(22) * 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association,AHPA) クラス 2b:妊娠中に使用しないハーブ、2c:授乳期間中に使用しないハーブ、2d: 特定の使用制限のあるハーブ
<b>総合評価</b>	
<p>安全性: ・危険である(unsafe)(64)。 ・妊婦中・授乳中の経口摂取は危険である(unsafe)(58)(64)。 ・禁忌として肝疾患をもつ人。</p> <p>有効性: 急性呼吸器カタル、咳、しわがれ声に対する葉の経口摂取はドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)で承認されている(58)。</p>	
Keyword	呼吸器カタル、咳、しわがれ声

(10) ハーブ大全 小学館 Rメイビー

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添 3 (平成 16 年 3 月 31 日 薬食発第 0331009 号 厚生労働省医薬食品局長)

(58) Monograph of therapeutical Guide to Herbal Medicine Complete German Commission

(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳「健康食品」データベース(日本語版)2004(第一出版刊行予定)

(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS).

## ブラックコホシュ

基本情報		
名称	和名:ブラックコホシュ 英名:Black cohosh, Black snakeroot 学名: <i>Cimicifuga racemosa</i> (L.) Nutt (別名: <i>Actaea racemosa</i> L.) きんぼうげ科[サラシナショウマ属]	
概要	ブラックコホシュは北米に分布する多年草植物であり、先住民が伝承してきた神経痛の治療用薬草である。現在、米国では人気のあるサプリメントの一つで、俗に、「女性ホルモンのバランスを整える」といわれ、月経前症候群や更年期症状の緩和に利用されている。安全性については、適切に経口摂取する場合は安全性が示唆されているが、妊娠中・授乳中は恐らく危険と思われるので使用すべきでない。また、肝毒性の可能性が懸念され、海外でブラックコホシュ摂取との関連が疑われる肝障害の事例報告がある。その他、詳細については、「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	全草は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・トリテルペン配糖体(アクトイン acetin, シミゴシド)、樹脂、サリチル酸塩、イソフェルラ酸(isoferulic acid)、タンニン、ラヌクリン(アネモニンに変わる)、精油、fukinolic acidを含む。 ・薬用部分は根と根茎(アメリカショウマ)。根茎は秋に掘り出し、水洗後、ひげ根を除いてから日干したものを使用する。米国メイン州、オンタリオ州などに分布。多年草で高さ 75cm~2m。花期は 6~8 月。	
分析法	triterpene glycosides( acetin, 27-deoxyacetin, cimicifugoside M, cimicifugoside)が LC/MS により分析されている(PMD:11105569)。	
有効性		
ヒトでの評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	更年期障害における諸症状に経口摂取で有効性が示唆されている(possibly effective)(64)。閉経後の女性におけるほてりなどの症状を有意に軽減すると思われるが、多くの場合効果がみられるまでに 4 週間ほどかかる。患者によってはエストロゲンと同等の効果が現れたという知見もある(PMD:2841818)(PMD:11975864)(PMD:12609561)(PMD:11501568)。110 人の更年期女性におけるプラセボ実験で、根抽出物を与えられた群では 8 週間後に有意なエストロゲン活性が見出された(21)。また他の研究では、エストロゲンとブラックコホシュは同等の更年期障害軽減作用がみられたという報告がある(21)。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	乳がん患者において、12ヶ月間経口摂取で、タモキシフェン治療の副作用で生じるほてりの度合いと頻度が減少したという報告がある (PMD:12609560)。
in vitro・動物他での評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>・樹脂は動物に対して血圧降下作用を有することが報告されている(23)。</li> <li>・動物に対して血糖減少作用を示している(23)。</li> <li>・動物実験では、抽出物はエストロゲン受容体に結合せず、エストロゲン依存性遺伝子を制御せず、エストロゲンが関与する腫瘍の増殖を抑制することもなかったという報告がある(PMD:8905606)(PMD:11875334)(PMD:12711012)(PMD:11368622)。</li> <li>・動物モデルを用いた予備的な知見によると、ブラックコホシュは骨に対して弱いエストロゲン様活性があり、下垂体からの黄体形成ホルモン分泌を抑える。しかし子宮重量を増やすことはなかったという報告がある(PMD:14514351)。</li> <li>・乳がん細胞を用いた実験では、腫瘍増殖の促進はみられなかった(PMD:12408370)(PMD:12067987)(PMD:15167307)。複数の成分は乳がん細胞の増殖を抑える可能性があると思われた(PMD:14758092)。</li> <li>・動物実験では、乳がんリスクに対する影響は観察されなかった。しかし、がんの転移を促す可能性があると思われた(64)。</li> </ul>	

安全性	
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・強力な治療薬なので、ハーブ医療に経験を有する者によってのみ使用可(10)。</li> <li>・まれに胃腸の不快感を起こすことがある(22)(58)(64)。また頭痛、めまい、体重増加、足のだるさ、痙攣などがあげられる(64)。</li> <li>・過剰摂取は、激しい頭痛、めまい、視覚障害、心拍数の減少、吐き気、嘔吐を起こす(10)(64)。</li> <li>・ドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)では使用の上限を6ヶ月としている(22)(58)。</li> <li>・適切に用いれば経口摂取で安全性が示唆されている(possibly safe)(64)。有害事象は稀で、軽度かつ可逆的なことが多く、消化器症状、皮疹が主であるとのシステマティック・レビューがある(PMID:12544678)。6ヶ月までの試験で安全に摂取できたという報告がある(PMID:9650153)(PMID:2841818)(PMID:11352967)(PMID:11975864)(PMID:12435217)。しかし、複数の患者で肝障害が起きた可能性があり、懸念される。ブラックコホシュと肝不全および自己免疫性肝炎との関連を報告する症例報告がある(PMID:12381254)(PMID:14503910)。結論は出ていないが、詳細がわかるまでブラックコホシュを摂取する患者は肝機能をモニターした方がよい(64)。</li> <li>・妊娠中は恐らく危険と思われる(likely unsafe)。月経促進、子宮刺激作用があるので、流産のリスクが増すため、禁忌である(64)。</li> <li>・授乳中は経口摂取で危険性が示唆されている(possibly unsafe)(64)。とくに高用量で乳児に副作用が起きる懸念がある。詳細がわかるまで授乳中の摂取は避けたほうがよい(64)。</li> <li>・経口摂取で通常起こる副作用としては、胃腸の不調が報告されている(PMID:12381254)(PMID:10178637)。他には発疹、頭痛、めまい、体重増加、下肢のだるさ、痙攣が報告されている(PMID:11352967)(PMID:12609561)。</li> <li>・肝障害を起こす懸念がある。ブラックコホシュ単独あるいは他のハーブと組み合わせて摂取した女性で肝毒性がみられたという報告が数例ある。そのうち数例は、肝不全を起こして移植が必要であり、他の1例は3週間の摂取後に自己免疫性肝炎を起こした。摂取中止後2週間で症状は回復したと報告されている(PMID:12381254)(PMID:14503910)(PMID:12697018)。しかしこれらの症例だけでブラックコホシュと肝毒性との関連を証拠づけることはできない。詳細がわかるまで、ブラックコホシュを摂取する患者は肝機能をモニターする方がよい(64)。</li> <li>・ブラックコホシュとメマツヨイグサ、チェストツリーを摂取した女性で1例、発作が報告されている(PMID:12544678)。</li> <li>・最近、ブラックコホシュの利用が疑われる肝障害の事例報告が海外で出され、英国から注意情報が出されている(101)(102)。問題の肝障害の報告はいずれもオーストラリアから出されたもので、2003年に6例(103)、2004年に1例(104)である。ただし、ブラックコホシュが肝障害の原因であるかどうかは明確になっていない(105)。</li> </ul>
禁忌対象者	妊娠中(10)(20)(64)、授乳中(20)(64)は避ける。
医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・エストロゲン様作用があるので、ホルモン感受性のがんや既往症をもっている人は使用を避けた方がよい(64)(PMID:11352967)。</li> <li>・理論上、肝毒性のあるハーブやサプリメント、医薬品との併用は肝障害のリスクを増加させる可能性がある。また、肝疾患をもつ人が摂取すると症状が悪化することが考えられるので避けた方がよい(PMID:12381254)(PMID:14503910)(PMID:12697018)。</li> <li>・臨床検査値に対する影響は知られていない(64)。</li> </ul>
動物他での毒性試験	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブラックコホシュの変異原性、催奇形性、発がん性は陰性であったという報告がある(64)。</li> <li>・in vitro 実験によると、ブラックコホシュは化学療法薬ドキソルビシンおよびドセタキセルの毒性を増加させることが示唆されている(64)。</li> </ul>
AHPA クラス分類 および勧告	<p>参考文献中に記載なし</p> <p>* 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association, AHPA)</p>
総合評価	
<p>安全性:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・適切に用いれば経口摂取で恐らく安全と思われる(likely safe)(64)。しかし、治療目的で使用する場合は、専門家の指示を求める必要がある。</li> <li>・ドイツのコミッション E では使用の上限を6ヶ月としている(22)。</li> <li>・妊娠中は恐らく危険と思われる(likely safe)、授乳中は危険性が示唆されている(possibly unsafe)ので、摂取は避けるべきである。</li> <li>・まれに胃腸の不快感を起こすことがある(22)(58)(64)。また頭痛、めまい、体重増加、足のだるさ、痙攣などがあげられる(64)。しかし、過剰服用は、激しい頭痛、めまい、視覚障害、心拍数の減少、吐き気、嘔吐を起こす(10)(64)。</li> <li>・肝毒性の可能性が懸念される。海外ではブラックコホシュ摂取と関連が疑われる肝障害の事例が報告されている。</li> </ul>	

有効性:

・経口摂取で更年期障害における諸症状に対して有効性が示唆されている(possibly effective)(64)。

Keyword	更年期障害、ほてり
---------	-----------

- (10) ハーブ大全 小学館 Rメイビー  
(20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・ハウソ  
(21) グリーンファーマシー 健康産業新聞社 James ADuke  
(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳  
(23) 天然食品・薬品・化粧品の記事 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳  
(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3 (平成16年3月31日 薬食発第0331009号 厚生労働省医薬食品局長)  
(58) Monograph of therapeutic Guide to Herbal Medicine Complete German Commission  
(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty, 2003(独)国立健康・栄養研究所監訳:「健康食品」データベース(日本語版), 2004(第一出版刊行予定)  
(101) Black cohosh [*Cimicifuga racemosa*] and hepatotoxicity. CURRENT PROBLEMS in Pharmacovigilance(MHRA), Volume 3 0, October 2004 (<http://www.mca.gov.uk/aboutagency/regframework/csm/csmhome.htm>)  
(102) 食品安全情報 No. 23 / 2004 (2004. 11. 10) 国立医薬品食品衛生研究所 安全情報部 ([http://www.nihs.go.jp/hse/foodinfo/foodinfo/news/2004/foodinfo-23\\_2004.pdf](http://www.nihs.go.jp/hse/foodinfo/foodinfo/news/2004/foodinfo-23_2004.pdf))  
(103) MJA 2002 177 (8): 440-443 ([http://www.mja.com.au/public/issues/177\\_08\\_211002/whi10119\\_fm.html](http://www.mja.com.au/public/issues/177_08_211002/whi10119_fm.html))  
(104) MJA 2003; 179 (7): 390-391 ([http://www.mja.com.au/public/issues/179\\_07\\_061003/letters\\_061003\\_fm-2.html](http://www.mja.com.au/public/issues/179_07_061003/letters_061003_fm-2.html))  
(105) MJA 2003; 178 (8): 411-412. ([http://www.mja.com.au/public/issues/178\\_08\\_210403/letters\\_210403-2.html](http://www.mja.com.au/public/issues/178_08_210403/letters_210403-2.html))  
(PMD:11105569) *Planta Med.* 2000 Oct;66(7):635-40.  
(PMD:11352967) *J Clin Oncol.* 2001 May 15;19(10):2739-45.  
(PMD:12381254) *Med J Aust.* 2002 Oct 21;177(8):440-3.  
(PMD:14503910) *Med J Aust.* 2003 Oct 6;179(7):390-1.  
(PMD:12697018) *Med J Aust.* 2003 Apr 21;178(8):411-2.  
(PMD:12609560) *Maturitas.* 2003;44 Suppl 1:S59-65.  
(PMD:12544678) *Menopause.* 2003;10:58-64.  
(PMD:11501568) *Obstet Gynecol.* 2001 Jun;97(6):suppl 1-11.  
(PMD:8905606) *Maturitas.* 1996 Oct;25(2):149-53.  
(PMD:11875334) *Menopause.* 2002 Mar-Apr;9(2):145-50.  
(PMD:12711012) *J Steroid Biochem Mol Biol.* 2003 Feb;84(2-3):259-68.  
(PMD:11368622) *J Agric Food Chem.* 2001 May;49(5):2472-9.  
(PMD:14514351) *Eur J Endocrinol.* 2003 Oct;149(4):351-62.  
(PMD:12408370) *Breast Cancer Res Treat.* 2002 Nov;76(1):1-10.  
(PMD:12067987) *Cancer Res.* 2002 Jun 15;62(12):3448-52.  
(PMD:15167307) *Menopause.* 2004 May-Jun;11(3):281-9.  
(PMD:14758092) *Breast Cancer Res Treat.* 2004 Feb;83(3):221-31.  
(PMD:9650153) *J Womens Health.* 1998 Jun;7(5):525-9.  
(PMD:2841818) *Zentrabl Gynakol.* 1988;110(10):611-8.  
(PMD:11975864) *J Womens Health Gend Based Med.* 2002 Mar;11(2):163-74.  
(PMD:12435217) *Ann Intern Med.* 2002 Nov 19;137(10):805-13.  
(PMD:10178637) *Adv Ther.* 1998 Jan-Feb;15(1):45-53.  
(PMD:12609561) *Maturitas.* 2003 Mar 14;44 Suppl 1:S67-77.

## ベニバナ

基本情報		
名称	和名:ベニバナ(コウカ/スエツムハナ/クレノアイ) 英名:Safflower, Safflor 学名: <i>Carthamus tinctorius</i> L. きく科[ベニバナ属]	
概要	ベニバナ(紅花)はエジプト原産といわれ、世界各地で古くから染料や食用に栽培されてきた植物であり、主に種子油と花が注目され利用されている。ベニバナ種子油はリノール酸を豊富に含み、俗に「循環器系疾患を予防する」といわれており、高コレステロール血症に対して有効性が示唆されている。花は婦人科系の不調に効果があるとされているが、科学的根拠に乏しい。安全性について、通常の食事に含まれる量のベニバナ種子油の摂取は恐らく安全と思われる。花については月経刺激、子宮刺激作用があるため、妊娠中には使用すべきではない。キク科の植物に過敏な人ではアレルギーを起こすことがある。花は血液凝固時間を延長することがあるため、出血性疾患または消化性潰瘍の場合は禁忌とされている。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	管状花、種子油は「非医薬品」に区分される(30)。「既存添加物」:赤色素、黄色素は着色料である。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・脂肪油、フラボノイドを含む。花は色素として紅色色素カルタミン(cartamin)0.3~0.6%、黄色色素サフラワールイエロー(safflower yellow)またはサフロミン(safflorin) 20~30%を含む。種子油はリノール酸グリセリドを多量に含む。またリノレン酸を含む。 ・薬用部分は花(紅花<コウカ>)乾燥させて用いる。6月から7月にかけて早朝に花を摘みとり、水洗いして黄色の色素を抜き、2~3日発酵させてもみ、もち状になったものを適当な大きさにちぎり、ムシロにはさんでおく。エジプト原産とされ、各地で栽培される。高さ40cm~1.3m。花期は6月~7月(9)。	
分析法		
有効性		
in vivo 評価	循環器・呼吸器	ベニバナ種子油は経口摂取で、高コレステロール血症に対して有効性が示唆されている(possibly effective)(64)。ベニバナ油をサプリメントとして摂取していると、総コレステロールおよびLDL-コレステロールが低下するが、トリグリセリドは低下せず、HDL-コレステロールを増加させることもないという報告がある(64)。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
その他	調べた文献の中に見当たらない。	
in vitro・動物他での評価	・マウス実験で鎮痛、鎮静(ヘキソバルビタール睡眠時間延長)作用を有する(24)。 ・ベニバナ煎液はマウス、ウサギ、モルモット、ネコ、イヌなどの子宮に対し、緊張性を高め律動性の収縮を示す。大量で自動運動能は増強され痙攣を起こすが、これは妊娠子宮で顕著に現れ、作用は持続的である(24)。一方、動物種によって収縮作用はきわめて弱いとする報告もある(24)。 ・マウス実験で弱い筋弛緩作用を有する(24)。 ・ベニバナ黄色素は免疫抑制活性をもつ(23)。ベニバナの多糖類は免疫増強効果がある(23)。	
安全性		
危険情報	・妊産婦は用いてはいけない(18)(20)(24)。月経過多出血傾向のある人にも用いない(24)。 ・ベニバナ油は経口での摂取は恐らく安全と思われる(likely safe)(64)。 ・ベニバナの花は経口での適切な摂取は安全性が示唆されている(possibly safe)(64)。 ・妊娠中は、ベニバナの花は墮胎薬や月経刺激、子宮刺激作用をもつため恐らく危険と思われる(likely unsafe)(64)。 ・授乳中はベニバナの花の安全性は十分なデータがないため避けたほうがよい(64)。	

禁忌対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出血性疾患または消化性潰瘍の場合は禁忌(22)。</li> <li>・出血傾向(痔、胃潰瘍、血液凝固障害など)にある人には禁忌(64)。</li> </ul>
医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・抗凝固作用のあるハーブやサプリメント、医薬品との併用で出血傾向が高まる可能性がある(64)。</li> <li>・キク科の他の植物と交差アレルギーを起こす可能性がある(64)。</li> <li>・他の食品との相互作用、臨床検査値に対する影響は知られていない(64)。</li> </ul>
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。
AHPA クラス分類 および勧告	<p>花はクラス 2b(妊娠中は不可); 2d(注釈にあるような他の特定の使用制限がある)出血性疾患または消化性潰瘍の場合は禁忌(22)。注意: 墮胎促進作用、経通作用、子宮収縮作用に注意する。注釈: 血液凝固時間を延長させることがある(22)。オイルについてはクラス記述なし(22)。</p> <p>* 米国ハーブ製品協会 (American Herbal Products Association, AHPA) クラス 2b: 妊娠中に使用しないハーブ、2d: 特定の使用制限のあるハーブ</p>
総合評価	
<p>安全性:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペニバナ種子油の経口摂取は恐らく安全と思われる(likely safe)(64)。</li> <li>・ペニバナの花の適切な経口摂取は安全性が示唆されている(possibly safe)(64)が、妊娠中は墮胎作用や月経刺激、子宮刺激作用をもつため恐らく危険と思われる(likely unsafe)(64)。</li> <li>・授乳中におけるペニバナの花の安全性については信頼できる十分なデータがないため避けたほうがよい(64)。</li> <li>・キク科の植物に過敏な人ではアレルギーを起こすことがある。</li> <li>・禁忌として、出血性疾患、消化性潰瘍、出血傾向(痔、胃潰瘍、血液凝固障害など)がある人。</li> </ul> <p>有効性:</p> <p>ペニバナ種子油は、経口摂取で高コレステロール血症に有効性が示唆されている(possibly effective)(64)。</p>	
Keyword	高コレステロール血症

(9) 原色薬草図鑑 北隆館

(18) 和漢薬百科図鑑 I/II 保育社 難波 恒雄 著

(20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・バウン

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(23) 天然食品・薬品・香粧品の事典 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳

(24) 漢方薬理学 南山堂 高木敬次郎ら 監修

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3(平成16年3月31日 薬事発第0331009号 厚生労働省医薬品食品局長)

(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5th ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳「健康食品」データベース(日本語版)2004(第一出版刊行予定)

## ボルド

基本情報		
名称	和名:ボルド 英名:Boldo, Boldus 学名: <i>Peumus boldus</i> Morina モニミア科[ペウムス属]	
概要	ボルドは南アメリカの植物で、古くから民間療法として葉が、利尿、寄生虫駆除、胆のう・肝臓の不調の治療に用いられてきた。ハーブとしてはヨーロッパやカナダで人気が高く、俗に「利尿作用がある」「消化不良を和らげる」といわれている。ドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)では、寄生虫駆除と消化不良の用途にのみボルドの使用が承認されている。安全性については、食事に含まれる少量の摂取は恐らく安全と思われる。しかし、有毒なアスカリドールを含む精油は安全ではなく、特に妊娠中・授乳中は使用すべきではない。また、重篤な肝臓病、胆石、胆道閉鎖症の患者は禁忌とされている。ボルドの使用にあたっては、専門家の指導のもとに使用すべきである。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	葉は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・アルカロイド[ラモテタニン(lamotetanin)、ボルジン(bordine)、イソボルジン(isobordine)を含む]、精油[シメン(cymene)、アスカリドール(ascardole)、リナロール(linalool)]、フラボノイド配糖体、樹脂、タンニンを含む。 ・この属はボルド一種のみからなり、チリにだけみられる。ヨーロッパで帰化。滑らかな茶色の樹皮と卵形の革質の香りのある葉をもつ灌木性の木。夏の終わりに淡い緑色の、香りのよい花が房になって咲く。雄花と雌花が別の株に咲き、雌花は淡い黄色い実になる。温暖な保護された地域では越冬できるが、栽培されているのはめったにみられない。チリでは経済的に重要で、硬材、タンニン、樹皮からとった染料、果実、薬として利用される。使用部位は乾燥した葉。	
分析法		
有効性		
JTC 評価の 評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	ドイツのコミッション E では消化不良、寄生虫の駆除の用途に使用が承認されている(58)。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
その他	調べた文献の中に見当たらない。	
in vitro・動物他での評価	・エタノール抽出物とエーテル抽出物は強い抗酸化作用を示した(23)。 ・成分はトロンボキサン A2 生成を阻害し、抗血小板作用をもつ可能性を示唆する知見が報告されている(PMID:11310527)。	
安全性		
危険情報	・ボルドは通常食事に含まれる量の摂取は恐らく安全と思われる(likely safe)。アメリカではアルコール飲料にのみ、香料としての使用が許可されている(22)。 ・ボルドの精油は有毒なアスカリドールを含有するため医学的目的での過剰な摂取は恐らく危険と思われる(likely unsafe)。ボルドを摂取する場合、アルカリドールを含まない処方の物を摂取すべきである(64)(58)。 ・ボルドの経口摂取により、痙攣を起こす可能性がある。また外用で、皮膚の炎症を起こす可能性がある(64)。 ・ボルドの摂取によるアナフィラキシーの報告がある (PMID:15291920)。	
禁忌対象者	・妊娠中、授乳中のボルドの精油の摂取は、アスカリドールを含むため安全ではない(unsafe) (64)。 ・肝臓疾患、胆汁管閉塞症には禁忌(64)。	

	・重篤な肝障害と胆石がある場合には胆汁管閉鎖を起こすことがあるため禁忌。本品は医療従事者の監督下で使用すべきである(22)(58)。
医薬品との相互作用	・抗凝固薬(ワルファリンカリウムなど)や血小板凝集阻止薬との併用は避けるべきである(PMD:11310527)。 ・腎臓疾患の人はアスカリドールを除去した製品以外は避けるべきである。 ・他のハーブやサプリメント、食品との相互作用および臨床検査値に対する影響は知られていない(64)。
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。
AHPA クラス分類 および勧告	クラス 2d(注射にあるような他の特定の使用制限がある)重篤な肝障害と胆石がある場合には胆汁管閉鎖を起こすことがあるため禁忌(22)。 * 米国ハーブ製品協会 (American Herbal Products Association, AHPA) 2d: 特定の使用制限のあるハーブ

#### 総合評価

##### 安全性

- ・通常食事に含まれる少量での摂取は恐らく安全と思われる(likely safe)
- ・ポルドは揮発性オイル(葉に 25%)を含み、その中には有毒なアスカリドールを含有するため、過剰な摂取は恐らく危険と思われる、特に妊娠中、授乳中のポルド精油の摂取は安全ではない(unsafe)。
- ・禁忌として、重篤な肝障害、胆道閉鎖症、胆石がある患者。
- ・ワルファリンカリウムなど抗凝固薬との併用は避けるべきである。

##### 有効性

ドイツのコミッション E では消化不良、寄生虫の駆除の用途に使用が承認されている(58)。

Keyword	消化不良、腸内寄生虫
---------	------------

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(23) 天然食品・薬品・香粧品の事典 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3(平成 16 年 3 月 31 日 薬事発第 0331009 号 厚生労働省医薬品食品局長)

(58) Monograph of therapeutical Guide to Herbal Medicine Complete German Commission

(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳:「健康食品」データベース(日本語版)2004(第一出版刊行予定)

(PMD:11310527) Pharmacotherapy. 2001 Apr;21(4):509-12.

(PMD:15291920)Allergy. 2004;59:1019-20.



マコモ

基本情報		
名称	和名:マコモ (ハナガツミ) 英名:Manchurian wildrice 学名: <i>Zizania latifolia</i> Turcz. いね科[マコモ属]	
概要	マコモは、古くから日本各地に群生しているイネ科の植物で、一般的にはコモ、コモガヤ、カツミ、チマキグサと呼ばれる。アメリカ先住民には「野のコメ」と呼ばれ食用とされて、中国では食品として市販されている。日本では今も神仏に供せられる形で多くの神社に神事として残っている。マコモを手軽に食べられるようにした健康食品があるが、ヒトでの有効性・安全性については信頼できる十分なデータは見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	葉は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・詳細不明 ・日本各地に群生するイネ科の植物。湖沼や川の水際に自生する。	
分析法		
有効性		
ヒトに対する 自己評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	調べた文献の中に見当たらない。
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	調べた文献の中に見当たらない。	
禁忌対象者	調べた文献の中に見当たらない。	
医薬品との相互作用	調べた文献の中に見当たらない。	
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。	
AHPA クラス分類 および勧告	参考文献中に記載なし * 米国ハーブ製品協会 (American Herbal Products Association,AHPA)	
総合評価		
安全性 ヒトに対する安全性については信頼できる十分なデータは見当たらない。		
有効性 ヒトに対する有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。		
Keyword		

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3(平成16年3月31日 薬事発第0331009号 厚生労働省医薬品食品局長)

マテ

基本情報		
名称	和名:マテ 英名: Mate, Paraguay tea 学名: <i>Ilex paraguayensis</i> St. Hill. もちのき科[モチノキ属]	
概要	マテは、お茶の代用品として使用される南米の植物である。カフェインとタンニンを含み、刺激興奮作用があるとされる。俗に「心身の疲労によい」といわれ、ドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)では精神および肉体の疲労に対する使用が承認されている。この他、ヒトでの有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。安全性については含有するカフェインの副作用があるため、習慣的な長期摂取や他の薬剤との併用には注意が必要である。小児、妊娠中・授乳中、消化管潰瘍の人は摂取を避けた方がよい。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	葉は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	薬用部分は葉(マテ茶)。12~8月にかけて葉を摘んで干し、粉末にして湯に浸して飲む。南米のパラグアイ、ブラジルの低緯度に分布。日本ではまれで温室栽培程度。常緑小高木で、高さは6~15m。	
分析法	Fe, Ca, Mn, Mg, Na, K, Zn および Cu が原子吸光分光光度計により分析されている(PMD:9429648)。	
有効性		
JPRS 評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	ガラナ、ダミアナと組み合わせて摂取すると体重を減少させる可能性があるという報告がある(PMD:11424516)。この効果については、さらなる科学的根拠の蓄積が必要である(64)。
	その他	ドイツのコミッション E では精神や肉体の疲労に対する使用が承認されている(58)。
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>マテは適切に短期間摂取する場合は安全性が示唆されている(possibly safe)(PMD:11424516)。</li> <li>マテは多量に長期にわたり摂取する場合、妊婦や小児が経口摂取する場合は危険性が示唆されている(possibly unsafe)。マテは口腔がん、食道がん、喉頭がん、腎がん、膀胱がん、肺がんのリスク上昇と関連がある(PMD:7841239)(PMD:9820187)(PMD:1985746)(PMD:8827355)(PMD:12808663)(PMD:12814995)。</li> <li>授乳中の経口摂取は危険性が示唆されている(possibly unsafe)。摂取は避けたほうがよい(64)。発がん物質が母乳中に移行するか否かは不明だが、カフェインの影響で乳児が興奮したり、消化管運動が亢進したりする恐れがある(64)。</li> <li>マテの発がんリスクは、熱い飲み物として摂取するとより上昇する。また、アルコールや喫煙と併用するとリスクは7倍になる(PMD:12808663)。</li> <li>長期に過量摂取した結果、静脈閉塞症が起きたという報告が1例ある(PMD:977780)。</li> <li>カフェインを含むので、不眠、神経過敏、動揺、胃炎、悪心、嘔吐、頻脈、頻呼吸、震頭、せん妄、痙攣、多尿が起きることがある。カフェインの大量摂取で頭痛、不安、興奮、耳鳴り、不整脈が起きることがある。カフェインの過剰摂取による死亡原因は心室細動が多い(PMD:1468776)。</li> <li>カフェインの耐性は広く信じられているが、臨床的な根拠は少なく、あっても有意差はわずかである(PMD:12204389)。</li> </ul>	
禁忌対象者		

医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カフェイン含有のハーブやサプリメント、エフェドラ、アルコールとの併用はカフェインの副作用を増強することがあるので注意すること(64)。</li> <li>・医薬品との相互作用は数多く知られており、以下のような医薬品があげられる(64)。アデノシン、抗凝固薬、向精神薬、アスピリン、アセトアミノフェン、バルビツール系、ベンゾジアゼピン類、βアドレナリン作用薬、クロルプロマジン、シメチジン、クロザピン、ジスルフィラム、エフェドリン、エルゴタミン、リチウム、MAO 阻害薬、メキシレチン、経口避妊薬、フェニルプロパノールアミン、フェニトイン、キノロン類、テオフィリン、ベラパミル、ワーファリン。</li> <li>・臨床検査値に対する影響も多数知られている(64)。</li> <li>・カフェインの影響で症状が悪化する疾病も多いので注意して用いること。出血傾向、うつ、不安症、糖尿病、不整脈などの心臓異常、高血圧(64)。</li> <li>・他の食品との相互作用は知られていない(64)。</li> </ul>
動物他での毒性試験	in vitro 実験で発がん性が示唆されている(64)。
AHPA クラス分類および勧告	<p>クラス 2d(注射にあるような他の特定の使用制限がある)過量、あるいは長期の使用は不可(22)。</p> <p>* 米国ハーブ製品協会 (American Herbal Products Association,AHPA)</p> <p>2d: 特定の使用制限のあるハーブ</p>
総合評価	
<p><b>安全性</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マテは適切に短期間摂取する場合は恐らく安全と思われる(likely safe)が、治療目的の摂取量での安全性については十分なデータがない(64)。</li> <li>・マテはカフェインを含むため、長期にわたり多量に摂取する場合、小児が摂取する場合は危険性が示唆されている(possibly unsafe)。</li> <li>・妊娠中における安全性については信頼できる十分なデータがないため、摂取は避けた方がよい。</li> <li>・授乳中は、カフェインが母乳に移行して、母乳を飲んだ乳児の睡眠を妨げるため、危険性が示唆されている(possibly unsafe)。</li> <li>・含有するカフェインの影響で症状が悪化する疾病も多く、特に消化管潰瘍をもつ人は使用を避ける。</li> </ul> <p><b>有効性</b></p> <p>ドイツのコミッション E(薬用植物の評価委員会)では、精神および肉体疲労に対しての使用を承認している。</p>	
Keyword	疲労

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 東京堂出版 林真一郎ら 監訳

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3(平成16年3月31日 薬事発第0331009号 厚生労働省医薬品食品局長)

(58) The Complete German Commission Monographs. M. Blumenthal ed (America Botanical Council)

(64) Pharmacist's Letter/Prescriber's letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5<sup>th</sup> ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独)国立健康・栄養研究所監訳「健康食品」データベース(日本語版)2004(第一出版刊行予定)

(PMID:9429648) Arch Latinoam Nutr. 1997 Mar;47(1):77-80.

(PMID:11424516) J Hum Nutr Diet. 2001 Jun;14(3):243-50.

(PMID:7841239) Epidemiology. 1994 Nov;5(6):583-90.

(PMID:9820187) Br J Cancer. 1998 Nov;78(9):1239-43.

(PMID:1985746) Cancer. 1991 Jan 15;67(2):536-40.

(PMID:8827355) Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 1996 Jul;5(7):515-9.

(PMID:12808663) Head Neck. 2003 Jul;25(7):595-601.

(PMID:12814995) Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 2003 Jun;12(6):508-13.

(PMID:977780) J Clin Pathol. 1976 Sep;29(9):788-94.

(PMID:14687776) Forensic Sci Int. 2004 Jan 6;139(1):71-3.

(PMID:12204389) Food Chem Toxicol. 2002 Sep;40(9):1257-61.

## メグスリノキ

基本情報		
名称	和名:メグスリノキ 英名:Nikko Maple, Nikko Ahorn 学名: <i>Acer nikoense</i> Maxim. かえで科[カエデ属]	
概要	メグスリノキは、日本特産のモミジ科の木で、その名の通りに「眼によい」といわれている。民間療法として、葉や樹皮を煎じて内用や外用に使用されてきた。しかし、詳しい研究はなされておらず、ヒトでの有効性・安全性については信頼できるデータは見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。	
法規・制度	枝、樹皮、葉は「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・性質	・樹皮、小樹皮、小枝にフェノール配糖体のエピロードデンドリンを含む。 ・薬用部位は樹皮、小枝。春～夏に樹皮、小樹皮、小枝にフェノール配糖体のエピロードデンドリンを含む。樹皮を煎じて洗眼するか、水を加えて煎じて服用する。日本特産で、本州山形、宮城県以南、四国、九州に分布。高さ10～15mの落葉高木。花期は5月。	
分析法		
有効性		
ヒト	循環器・呼吸器	調べた文献の中に見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中に見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中に見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中に見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中に見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中に見当たらない。
	肥満	調べた文献の中に見当たらない。
	その他	調べた文献の中に見当たらない。
in vitro・動物他での評価	調べた文献の中に見当たらない。	
安全性		
危険情報	調べた文献の中に見当たらない。	
禁忌対象者	調べた文献の中に見当たらない。	
医薬品との相互作用	調べた文献の中に見当たらない。	
動物他での毒性試験	調べた文献の中に見当たらない。	
AHPA クラス分類 および勧告	参考文献中に記載なし * 米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association,AHPA)	
総合評価		
安全性 ヒトに対する安全性については信頼できる十分なデータは見当たらない。		
有効性 ヒトに対する有効性については信頼できる十分なデータは見当たらない。		
Keyword		

(30) 「医薬品の範囲に関する基準」別添3(平成16年3月31日 薬事発第0331009号 厚生労働省医薬品食品局長)