

No.621 チロシン

基本情報		
名称	和名:チロシン 英名: Tyrosine (Tyr) 学名:	
概要	チロシンは、動物性タンパク質に広く含まれる芳香族アミノ酸の一つである。生体内では必須アミノ酸であるフェニルアラニンから生合成される。食物からのチロシン摂取量が欠乏した条件下では、チロシンはフェニルアラニンからの生合成量に左右されるため、条件的必須アミノ酸と位置づけられている。チロシンは甲状腺ホルモン、脳内の神経伝達物質であるノルアドレナリンやドーパミンの前駆体であり、感情や精神機能の調節に関与する。有効性については、フェニルケトン尿症に有効である。また、俗に「集中力を高める」といわれており、睡眠不足後の覚醒改善に有効性が示唆されている。一方、注意力欠損障害(ADD)、注意欠陥多動性障害(ADHD)、軽度のうつ病に対しては効果がないことが示唆されている。安全性については、食品中に含まれる量での経口摂取はおそらく安全と思われる。小児、妊娠中・授乳中においては、食品中に含まれる以上の量を摂取した場合の安全性について信頼できる十分なデータがないので過剰摂取は避ける。甲状腺機能亢進症の人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	「非医薬品」に区分される(30)。「既存添加物」:L-体は調味料、栄養強化剤である。米国ではGRAS(一般的に安全とみなされた物質)認定。	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	略号 Tyr または Y、C9H11NO3、分子量(MW)181.19。芳香族アミノ酸の1つ。非必須アミノ酸で、生体内ではフェニルアラニンから合成される(16)。	
分析法	紫外可視検出器(検出波長 254、257nm)を装着した高速液体クロマトグラフィーにより分析されている(PMID:93363686)(PMID:12180685)。光学異性体のエピマー(活性型、非活性型)が NMR 測定装置により分析されている(PMID:7756849)。	
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	フェニルケトン尿症(PKU;チロシン前駆体であるフェニルアラニンを代謝できない遺伝病)に対して経口摂取で有効である(PMID:11157309)(PMID:10796799)。チロシンはフェニルケトン尿症患者用のタンパク質サプリメントの成分である。現在はフェニルケトン尿症患者にはタンパク質 100g中にチロシンを 6g 含有することが推奨されているが、さらにチロシン単独のサプリメントを加えるのは副作用の点で避けるべきである(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	<ul style="list-style-type: none"> 睡眠不足後の覚醒の改善に経口摂取で有効性が示唆されている(PMID:7794222)。睡眠不十分の約3時間後の精神運動検査における能力の持続時間がチロシン 150mg/kg 摂取により延長したという報告がある(64)。 注意力欠損障害(ADD)には経口摂取で効果がないことが示唆されている(PMID:2142699)。成人における注意力欠損障害(ADD)ではチロシン摂取により一時的に改善が見られる場合もあるが、耐性獲得が早い(PMID:3300376)(64)。ナルコレプシー(睡眠障害の一つで居眠り病ともいわれる)には経口摂取で軽度の覚醒効果が認められたが臨床的に有意な程度ではないことが報告されている(PMID:2572797)。 注意欠陥多動性障害(ADHD)に対して効果がないことが示唆されている(PMID:3284877) (64)。 軽症のうつに対して効果がないことが示唆されている(PMID:2142699) (64)。 	

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	アセチルチロシンとアスコルビン酸、硫酸亜鉛、ヒアルロン酸ナトリウム、バイオフラボノイドを含む外用製剤を3ヶ月間使用したところ、日光による皮膚のしわ、黄ばみ、きめの粗さなどがプラセボと比較して改善したという予備的な知見がある(PMID:10522500)。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)。
試験管内・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"> ・食品中に含まれる量であれば、経口摂取してもおそらく安全と思われる(64)。短期間の適切な経口摂取で安全性が示唆されている(64)。チロシンは150mg/kg/日を3ヶ月間まで安全に摂取できたという報告がある(PMID:3300376)(PMID:7794222)。 ・適切に用いれば外用で安全性が示唆されている(PMID:10522500)。 ・小児、妊娠中・授乳中において、食品中に含まれる量以上を摂取した場合の安全性については十分なデータがない(64)。 ・経口摂取の副作用としては、吐き気、頭痛、疲労感、胸焼け、関節痛などが挙げられる(64)。
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"> ・レボドパ(L-ドパ)との併用で、吸収の際の競合作用によりその効果を減弱させる恐れがあるので、少なくとも2時間はあけて服用する(64)。 ・甲状腺ホルモン剤との併用でその作用を増強させる恐れがある(PMID:11157309)。また理論的には甲状腺機能亢進症の人では症状を悪化させる可能性がある(PMID:11157309)ので、専門家の指導のもとに使用すべきである。臨床検査における甲状腺刺激ホルモン値にも影響を与えることが考えられる(64)。 ・他のハーブやサプリメント、食品との相互作用は知られていない(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	-
総合評価	
安全性	<ul style="list-style-type: none"> ・食品中に含まれる量での摂取はおそらく安全と思われる。 ・小児、妊娠中・授乳中において、食品中に含まれる量以上を摂取した場合の安全性については信頼できる十分なデータがない。 ・経口摂取の副作用としては、吐き気、頭痛、疲労感、胸焼け、関節痛などがある。 ・甲状腺ホルモン剤との併用で、薬剤の作用を増強する恐れがある。甲状腺機能亢進症の人は専門家の指導のもとに使用すべきである。
有効性	<p>(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・経口摂取でフェニルケトン尿症に対して有効である。 ・経口摂取で睡眠不足後の覚醒改善に有効性が示唆されている。 ・経口摂取で効果がないことが示唆されているのは、1) 注意力欠損障害(ADD)、2) 注意欠陥多動性障害(ADHD)、3) 軽度のうつ病。
Keyword	フェニルケトン尿症、覚醒改善、うつ、注意力欠損障害(ADD)、注意欠陥多動性障害(ADHD)
参考文献	
1. (16) 生化学辞典 第3版 東京化学同人	

2. (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)
3. (64) Pharmacist's Letter/Prescriber's Letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5th ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独立国健康・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))
4. (PMID:7794222)Aviat Space Environ Med. 1995;66:313-9.
5. (PMID:2142699)J Affect Disord. 1990;19:125-32.
6. (PMID:2572797)Lancet. 1989;2:1067-9.
7. (PMID:11157309)Am J Clin Nutr. 2001 Feb;73(2):153-7.
8. (PMID:10796799)Cochrane Database Syst Rev. 2000;(2):CD001507.
9. (PMID:3284877)J Clin Psychiatry. 1988 May;49(5):193-5.
10. (PMID:3300376)Am J Psychiatry. 1987 Aug;144(8):1071-3.
11. (PMID:10522500)Arch Otolaryngol Head Neck Surg. 1999 Oct;125(10):1091-8.
12. (PMID:93363686)J Pharm Biomed Anal. 1993 Apr-May;11(4-5):361-6.
13. (PMID:12180685)J AOAC Int. 2002 Jul-Aug;85(4):901-5.
14. (PMID:7756849)J AOAC Int. 1995 Mar-Apr;78(2):353-8.

No.198 ツクリタケ(俗名)

基本情報		
名称	和名:ツクリタケ(俗名) 英名:- 学名:-	
概要	ツクリタケの情報については、「シャンピニオン」のところを参照して下さい。サイトはこちらです → シャンピニオン	
法規・制度	-	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	-	
分析法	-	
有効性		
ヒトでの評価	循環器・呼吸器	-
	消化系・肝臓	-
	糖尿病・内分泌	-
	生殖・泌尿器	-
	脳・神経・感覚器	-
	免疫・がん・炎症	-
	骨・筋肉	-
	発育・成長	-
	肥満	-
	その他	-
試験管内・動物他での評価	-	
安全性		
危険情報	-	
禁忌対象者	-	
医薬品との相互作用	-	
動物他での毒性試験	-	
AHPA クラス分類および勧告	-	
総合評価		
安全性	-	
有効性	-	
Keyword	-	
参考文献		
-		

No.499 ツバキ

基本情報		
名称	和名:ツバキ 英名: Common Camellia 学名: Camellia japonica L. つばき科[ツバキ属]	
概要	ツバキは日本中によくみられる常緑樹である。特にツバキ油は日本独特の植物油で、香りがよく頭髪油や軟膏基剤に用いられており、また、花や葉は民間で健康茶などとして飲用されている。ヒトでの安全性・有効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	種子、葉、花は、「非医薬品」に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	・種子は 35%程度の脂肪油(種仁は含有率 60~66%)、結晶性サポニン(camellia-saponin)などを含み、花は camellinA、B などのタンニンを多く含む。 ・薬用部分は葉、花(山茶花くサンチャカ)、種子(ツバキ油)。花は開花直前にとって日干しにする。種子は絞って油をとる。油は頭髪油、刀剣油、食用油、製剤用基剤として用いられる。本州から九州、朝鮮半島に分布。常緑高木。花期は 2~4 月。	
分析法	-	
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	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。
試験管内・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 *米国内ハーブ製品協会(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	(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)	

	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	-
参考文献	
1.	(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）

No.501 ツボクサ

基本情報		
名称	和名: ツボクサ 英名: Gotu kola, Indian pennywort 学名: <i>Centella asiatica</i> (L.) Urban (<i>Hydrocotyle asiatica</i> L., <i>Centella coriacea</i> Nannfd.) セリ科[ツボクサ属]	
概要	ツボクサは、インドの伝統医学(アーユルヴェーダ)で利用されてきたもっとも重要なハーブのひとつである。現在では皮膚への効果が特に注目されている。俗に、「傷跡を薄くする」、「下肢循環不全を軽減する」、「美肌効果がある」などといわれている。このように皮膚の健康に対する効果を期待して、医療や化粧品などにも利用されている。安全性については、適切に用いれば、経口摂取、外用ともに安全性が示唆されている。妊娠中の経口摂取は危険性が示唆されているため使用すべきでない。授乳中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、使用は避けたほうがよい。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	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・品質	・アシアチコンド(asiaticoside)、オキシアシアチコンド(oxyasiaticoside)、ブラーモシド(brahmoside)などの、不定量のトリテルペノイドサポニン類、多種のサポゲニン類、精油、配糖体などを含む。 ・薬用部分は全草(積雪草<セキセツソウ>)。弱い芳香のある匍匐性の多年草。葉は円形、腎臓形で直径 4cm になる。全草を採集し乾燥する。本州関東地方南部、新潟県以西～沖縄および朝鮮半島、台湾、中国に広く分布。水辺や湿地、700m までの湿った岩地に育つ。花期は 5～8 月。	
分析法	-	
有効性		
ヒトでの評価	循環器・呼吸器	・慢性の静脈不全症に対して、経口摂取で有効性が示唆されている (PMID:11081995) (21)。ツボクサに含まれるトリテルペン類の経口摂取でくるぶしの浮腫を軽減し、下肢の循環を改善するという報告がある(PMID:2305995)。
	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	・外用でケロイドおよび傷跡の肥大を予防するという知見がある(64)。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)。 ・外用薬として、外傷に効果があるという報告がある。(20)(21)。アシアチコンドを一定量含むエキスおよび軟膏は、インドにおいてはハンセン病患者の穿孔性潰瘍による組織障害の治療に、ヨーロッパでは静脈炎後の患者で足の潰瘍に(注入エキス)、外科手術後の皮膚表層の傷の治療に、2度から3度の火傷の治療において傷ついた組織の肥大防止に臨床で用いられ、成功している(23)。葉の抽出物(アシアチコンド含有量で評価)は土に汚染された傷および慢性アトニー患者に対し臨床試験、治療の耐性試験の評価が実施され、その結果 20 人の患者のうち、64% が完全に治癒し、16% に改善がみられたという報告がある(23)。

	<ul style="list-style-type: none"> ・傷の治癒を早めることや乾癬に対して外用で有効性が示唆されている(64)(PMID:11081995)。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)。 ・住血吸虫症に対して、非経口摂取で有効性が示唆されている(64)。
試験管内・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"> ・適切に用いれば、経口摂取、外用ともに安全性が示唆されている(PMID:11081995)。カナダでは規制により、非医薬品原料として経口製剤に使用することは禁止されている(22)。 ・授乳中の安全性については信頼できる十分なデータがないので、使用は避けたほうがよい(64)。 ・墮胎作用があるため、妊娠中の経口摂取は危険性が示唆されているので、使用しないこと(64)。 ・副作用はまれであるが、胃腸の不調や吐き気(PMID:11081995)、広範囲のかゆみ、光過敏症が起こることがある(64)。 ・大量摂取で血圧、血糖値、コレステロールの上昇が起こる可能性がある(64)。また鎮静、眠気が起きることがある。 ・過剰摂取で頭痛、一時的な意識障害を起こす(20)。 ・外用では、接触性皮膚炎や灼熱感が起こることがある(64)。
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"> ・鎮静作用のあるハーブやサプリメント、医薬品との併用で理論的に鎮静効果や副作用を強めることが考えられる(64)。 ・高脂血症患者においてトリグリセリド値やコレステロール値を上昇させることがある(64)。 ・糖尿病患者において、血糖値を上昇させることがある(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	調べた文献の中に見当たらない。
AHPA クラス分類および報告	<p>クラス1(22)。</p> <p>*米国ハーブ製品協会(American Herbal Products Association, AHPA) クラス1. 適切に使用される場合、安全に摂取することができるハーブ</p>
総合評価	
安全性	<ul style="list-style-type: none"> ・適切に用いれば、経口摂取、外用ともに安全性が示唆されている。 ・妊娠中の経口摂取は危険性が示唆されているので、使用すべきでない。 ・授乳中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、使用は避けたほうがよい。 ・副作用はまれであるが、胃腸の不調や吐き気、広範囲のかゆみ、光過敏症が起こることがある。 ・大量摂取で血圧、血糖値、コレステロールの上昇が起こる可能性がある。また、過剰摂取で頭痛、一時的な意識障害を起こす。 ・外用では、接触性皮膚炎や灼熱感が起こることがある。
有効性	<p>(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・慢性の静脈不全症に対して、経口摂取で有効性が示唆されている。 ・外用で有効性が示唆されているのは、1)傷治癒の促進、2)ケロイドおよび傷跡の肥大予防、3)乾癬の治療。
Keyword	静脈不全症、住血吸虫症
参考文献	
<ol style="list-style-type: none"> 1. (20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・バウン 2. (21) グリーンファーマシー 健康産業新聞社 James A.Duke 	

3. (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
4. (23) 天然食品・薬品・化粧品的事典 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳
5. (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)
6. (PMID:11081995)Phytomedicine. 2000 Oct;7(5):427-48.
7. (PMID:2305995)Angiology. 1990 Jan;41(1):12-8.
8. (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)

No.622 テアニン(グルタミン酸エチルアミド)

基本情報		
名称	和名: テアニン(グルタミン酸エチルアミド) 英名: L-Theanine、 γ -Glutamylethylamide 学名:	
概要	テアニンは、グルタミン酸のエチルアミド誘導体であり、緑茶に含まれるうま味成分の一つである。乾燥茶葉中に1~2%程度含有し、特に玉露に多く含まれる。精神安定作用が期待され、俗に「リラックス効果がある」「睡眠を促す」といわれている。しかし、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	「指定添加物」: L-体は調味料、栄養強化剤である。	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	グルタミン酸から派生したアミノ酸の一種。水溶性であり、渋み成分のカテキンよりも低温で抽出される。栽培の際に日光に当てないことでテアニンの含量が増え、逆に日光に当てるとカテキンに変化し渋みが増す。	
分析法	イオン交換クロマトグラフィーにて分離後、ニンヒドリンなどの発色試薬で発色し蛍光検出器(励起波長 440nm、蛍光波長 570nm)を装着したアミノ酸自動分析計により分析する方法が一般的である(101)。	
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	調べた文献の中に見当たらない。
	脳・神経・感覚器	・予備的な知見によると、テアニンを 200mg 摂取したところ、健康な人で主観的に気分が落ち着いていた。しかし実験的な不安症に対しては効果がなかったという報告がある(PMID:15378679)。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)。 ・予備的な知見によると、テアニンを 200mg 摂取後 30 分~2時間に脳内 α 波の出現を認め、リラクゼーション効果を持つことを示唆する報告がある(101)。
	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。
試験管内・動物他での評価	・動物実験で、ノルエピネフリンのレベルを低下させたという報告がある(64)。 ・動物モデルで、血圧を低下させたという報告がある(PMID:9519808)。 ・動物実験によると、カフェインなど他の緑茶成分と相乗的に作用することにより、体重減少に効果がある可能性が示唆されている(PMID:15011752)。 ・動物および試験管内実験により、抗癌剤の効果を増強することが示唆されている(PMID:14643924)(PMID:10037191)。	
安全性		
危険情報	・経口で短期間であれば安全性が示唆されている。1週間に1回 200mg を摂取して3ヶ月まで安全であったという報告がある(PMID:15378679)。 ・妊娠中・授乳中の安全性に関しては信頼できる情報が充分にないので、使用は避けたほうが	

	よし(64)。 ・安全性については信頼できる情報が充分にない(64)。 ・副作用は報告されていない(64)。
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	・理論的には降圧剤との併用で、その効果を高める可能性がある(PMID:9519808)。 ・理論的にはカフェインなどの興奮剤との併用で、その作用を弱める可能性がある(PMID:10961661)。 ・他のハーブやサプリメント、食品との相互作用は知られていない(64)。 ・臨床検査値や、疾病などの健康状態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	-
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	(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。) 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。
Keyword	-
参考文献	
<ol style="list-style-type: none"> 1. (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) 2. (101) 衛生試験法・注解 2000 金原出版株式会社 日本薬学会編 3. (PMID:9519808)Life Sci. 1998;62(12):1065-8. 4. (PMID:15378679)Hum Psychopharmacol. 2004 Oct;19(7):457-65. 5. (PMID:15011752)In Vivo. 2004 Jan-Feb;18(1):55-62. 6. (PMID:10961661)Neurosci Lett. 2000 Aug 11;289(3):189-92. 7. (PMID:14643924)Biochim Biophys Acta. 2003; 1653(2): 47-59. 8. (PMID:10037191)Clin Cancer Res. 1999; 5(2): 413-416. 	

No.38 鉄

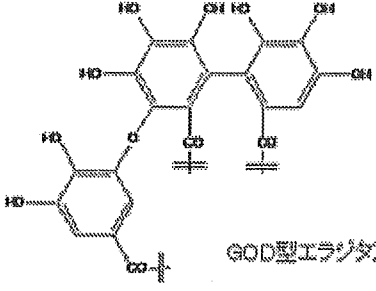
基本情報	
名称	和名:鉄 英名:Iron (Fe) 学名:Iron (Fe)
概要	鉄は、主に赤血球のヘモグロビンと結合して体内の70%が血液中、残りは肝臓、脾臓、骨髄、筋肉などに存在し、酸素の運搬、細胞呼吸に重要な役割を担っている。鉄欠乏症は世界的に最もよく見られる栄養失調である。特に新生児や妊婦の鉄欠乏は、重篤な貧血を起こすことがあり、鉄の栄養学的な重要性が見直されている。一般に「血液を造る」などといわれ、鉄欠乏性貧血の治療に対してヒトでの有効性が示唆されている。ヘム鉄を関与成分とした特定保健用食品が許可されている。安全性については、適切に摂取すればおそらく安全と思われるが、過剰摂取により鉄沈着病、胃腸障害などを起こすことがある。鉄を多く含む食品としては、レバー、あさり佃煮、ほうれん草などがある。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	「非医薬品」に区分される(30)。「既存添加物」フェリチンおよびヘム鉄は強化剤。鉄は強化剤、製造用剤。「栄養機能食品」の対象成分である(下限値:4mg、上限値:10mg) 通知文 PDF 。ヘム鉄は「特定保健用食品」である。
成分の特性・品質	
主な成分・品質	元素記号Fe、原子番号26。原子量55.85。固体では金属か鉄化合物として存在。水溶液中では2価の第一鉄か3価の第二鉄のいずれかの酸化状態をとり、そのことから酸化還元反応の触媒として働くことができる。動物に含まれるヘム鉄は生体内での吸収率が高い。
分析法	原子吸光法、または1,10-フェナントロリン吸光光度法で測定されている(109)。
有効性	
ヒトでの評価	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄欠乏性の貧血に経口摂取で有効である(64)。 ・経口摂取でエリスロポエチンと併用で、慢性腎不全や、化学療法を受けている患者の貧血の治療に有効である(64)。鉄のサプリメントは造血組織の薬剤への反応を確保するために、エリスロポエチン治療に必要とされるが、これは赤血球の鉄欠乏に限ったことではない(64)。 ・ループ縫合法により胃部手術をした月経中の女性の鉄欠乏症の予防に、経口摂取で有効性が示唆されている(64)。閉経後の女性において、胃部バイパス手術1ヵ月後から鉄摂取を始めたところ、鉄欠乏症発生率を低下させたという報告がある(64)。 ・手術後のヘモグロビン減少の予防を目的として、手術前の経口摂取は有効性が示唆されている(64)。手術前1ヶ月から鉄摂取を始めたところ、手術直後のヘモグロビン減少を抑えたという報告がある(64)。 ・ヘム鉄を関与成分とした特定保健用食品が許可されており、表示例は「鉄の補給を必要とする貧血気味の人に適します」である。
循環器・呼吸器	
消化系・肝臓	調べた文献の中で見当たらない。
糖尿病・内分泌	調べた文献の中で見当たらない。
生殖・泌尿器	調べた文献の中で見当たらない。
脳・神経・感覚器	・鉄のサプリメントはADHD(注意欠損/多動性障害)の症状を改善するという予備的な臨床での証拠がある(64)。
免疫・がん・炎症	調べた文献の中で見当たらない。
骨・筋肉	調べた文献の中で見当たらない。
発育・成長	鉄欠乏症の小児および思春期の若者における、認識能(言語習得、記憶など)の向上に経口摂取で有効性が示唆されているであろう(64)。

肥満	調べた文献の中で見当たらない。
その他	<p>ACE(アンギオテンシン変換酵素)阻害剤の副作用である咳に対して、経口摂取で有効性が示唆されている(possibly effective)(64)。硫酸鉄 256mg/日摂取で、ACE 阻害剤由来の咳を完全に、あるいはある程度抑えたという報告がある(64)。</p> <p>(欠乏症・先天性異常)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・欠乏により、貧血(1)(3),(14),(4)(53)(56)(55)をおこし、息切れ・めまい(5)、作業能力が低下する(1)。 ・欠乏により食欲不振、便秘、下痢、慢性胃炎などを招く(5)。 ・欠乏により精神的ストレスとうつを招く(53)。 ・欠乏することで免疫適格性が低下し(56)、感染免疫力低下を招く(1)。 ・欠乏により体温調節阻害(1)、慢性疲労(53)、鉛中毒(鉄欠状態で鉛の吸収増加が見られる)(1)。
試験管内・動物他での評価	調べた文献の中で見当たらない。
安全性	
危険情報	<ul style="list-style-type: none"> ・過剰摂取により鉄沈着症(3)、血色素症(56)、眼球鉄症(55)、遺伝性ヘモクロマトーゼ(55)、胃腸障害(便秘・吐き気・嘔吐)(64)を招く。脂溶性の経口調剤は、歯を黒くする可能性がある(64)。 ・冠状動脈疾患リスクが上昇する(56)(64)、あるいはヘム鉄での過剰摂取のみが関連があるとする報告もある(64)が、最近の調査では関連はないとも報告されている(1)(64)。ビタミン E を補足せずに鉄のみを補給された早期産児の溶血性貧血(1)(64)、及び疫学的に高濃度の鉄が(男性の)がん死亡率のリスクをあげるという報告ある(1)(64)。 ・経口摂取で適切に用いれば、健康人(14 歳以上)および妊娠中、授乳中でもおそらく安全と思われる。健康人(妊娠中、授乳中を含む)の一日許容量は 45mg、鉄欠乏症患者の治療としては、ほとんどの場合一日 300mg までは安全に摂取できると考えられるが、胃腸障害の可能性は高くなる。出産時にヘモグロビン濃度が高いと正常な分娩に悪影響が出ることがあり、おそらく危険と思われる(64)。 ・過剰な経口摂取はおそらく危険と思われる(64)。体重 1 キロあたり 30mg で急性中毒を起こす。60mg/kg 以上の急性毒性濃度で嘔吐や下痢が起こり、次いで心臓血管系または代謝系に異常をきたし死に至ることがある。長期間、多量に摂取するとヘモシデリン沈着症や多機能不全の原因となる。致死量は 180-300mg/kg とみられるが、60mg/kg でも死に至るという報告もある(64)。 ・小児でも適切に用いれば経口摂取でおそらく安全と思われる。しかし過剰な経口摂取はおそらく危険と思われる。欠乏症でない小児や乳児では一日の許容量を超えて摂取しないこと。60mg/kg で死に至ると考えられる(64)。 ・高濃度の体内鉄(血中および貯蔵鉄)とがんとの相関についてはたくさんの説があり、結論はでていない。体内鉄(とくにヘム鉄)と冠状心疾患との相関についても諸説があるが、現在のところ、鉄の摂取と心疾患の間に相関があるという確証はない(64)。
禁忌対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄は、胃潰瘍、腸炎、潰瘍性大腸炎の症状を悪化させるので、これらの患者には禁忌である(64)。
医薬品との相互作用	<ul style="list-style-type: none"> ・H2 ブロッカーの長期投与は鉄の吸収不良を引き起こすことがある。これは、胃酸分泌を抑えるのに鉄の吸収が欠かせないためと考えられる(PMID:2905759)(101) (PMID:7286584) (PMID:9626024) (PMID:2979236)。 ・プロトンポンプ阻害薬との併用は、腸管内の pH 上昇により鉄吸収を低下させることがある(PMID:2905759)(101) (PMID:2979236) (PMID:1607604)。また、アミノサリチル酸、制酸剤、アスピリン、非ステロイド系抗炎症剤、コレステラミン、フルオロキノロン、パンクレアチン、ペニシラミン、テトラサイクリンは鉄の吸収率を低下させるため、併用の際は二時間以上空けるか、食事と共に摂取すること(101) (106) (107)(PMID: 2905759) (PMID:2979236) (PMID:10756616) (PMID:3987479) (PMID: 2756973) (PMID: 6285552) (PMID: 1869762)。

	<p>・他のハーブやサプリメント、医薬品、食品との相互作用として下記の事項が報告されている:</p> <p>1)アカシアと鉄塩の結合でアカシアが沈殿する(105)。</p> <p>2)アルミニウムやカルシウムを含む制酸薬との併用で鉄の吸収が低くなるおそれがあるので、2時間以上間隔をおいて摂取すること(PMID:2905759)(101, 106, 107)。</p> <p>3)カルシウムが鉄の吸収を低めるおそれがあるので、鉄欠乏患者はカルシウム・サプリメントの摂取を避けること。もしくは2時間以上間隔をおいて摂取すること(102) (PMID:9665089) (PMID:10799377) (108) (PMID:9665102)(PMID:1442655) (PMID:9197130)。</p> <p>4)大豆タンパクは食品中の非ヘム鉄の吸収率を下げる(PMID:10799377) (PMID:9197130) (PMID:8092092)。</p> <p>5)紅茶やコーヒーのカフェインやタンニンは鉄の吸収率を低下させる(PMID:10799377) (PMID:6402915) (PMID:9537604) (PMID:9537620)。</p> <p>6)乳製品は鉄の吸収率を低下させるが、貯蔵鉄の量が正常な人では影響は無い(PMID:1600930)。</p> <p>7)ビタミン B2 欠乏症の人では、ビタミン B2 サプリメントは鉄のサプリメントへの反応を良くする(PMID:10948381)。</p> <p>8)ビタミン C は非ヘム鉄の吸収を上げる(PMID:9197130) (PMID:9537620) (PMID:10948381)。</p> <p>9)亜鉛は空腹時では鉄の吸収を妨げるため、これらのサプリメントを併用する場合は食事と共に摂取すること(PMID: 6475824) (PMID: 2502004) (PMID: 2058577) (PMID: 7223699) (PMID:10958820) (PMID:12097660)。</p> <p>10)クロラムフェニコールとの同時摂取で鉄治療の反応が遅れることがある(103) (107)。</p> <p>11)フルオロキノロン系抗生物質やテトラサイクリン系抗生物質、ペニシラミン、レボチロキシン、ビスフォス酸、ミコフェノール酸モフェチルと併用するとそれらの吸収率を低下させるので、二時間以上間隔をあけて服用すること(ミコフェノール酸モフェチルの場合、4~6時間前か2時間後に鉄を摂取)(101) (103) (106) (107) (PMID: 1443969)。</p> <p>12)メチルドパと併用すると、メチルドパの吸収を妨げ、代謝を変えるので結果的に血圧が上昇する。使用は二時間以上あけること(107)(PMID:3356082)。</p>
動物他での毒性試験	調べた文献の中で見当たらない。
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	
安全性	<p>・経口摂取で適切に用いれば、健康人(14歳以上)および妊娠中、授乳中(一日許容量は45mg)でもおそらく安全と思われる。しかし、過剰摂取により鉄沈着症、血色素、眼球鉄症、遺伝性ヘモクロマトーゼ、胃腸障害(便秘・吐き気・嘔吐)を招く。</p>
有効性	<p>(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)</p> <p>・鉄欠乏性の貧血及びエリスロポエチンと併用で、慢性腎不全や、化学療法を受けている患者の貧血の治療に経口摂取で有効と判断される。</p> <p>・その他の鉄欠乏症に関わる症状の改善に経口摂取で有効性が示唆されている。</p>
Keyword	貧血、術後の鉄欠乏、ACE阻害剤による咳、認識能、ヘム鉄、エリスロポエチン、化学療法、慢性腎不全
参考文献	
<ol style="list-style-type: none"> (1)最新栄養学 第7版(建帛社) 木村修一ら 翻訳監修 (3)第六次改定 日本人の栄養所要量 食事摂取基準 第一出版 健康・栄養情報研究会 編 (4)四訂 食品成分表 女子栄養大出版部 香川芳子 監修 (5)栄養成分バイブル 主婦と生活社 中村丁次 	

5. (14) ミネラル・微量元素の栄養学 第一出版 鈴木継美ら 編
6. (53) The Health Benefits of Vitamins and Minerals ERNA (European Responsible Nutrition Alliance) K.H. Bassler et al.
7. (55) Harper's Biochem 23th ed
8. (56) Textbook of Biochemistry by Delvin.
9. (64) Pharmacist's Letter/Prescriber's Letter Natural Medicine Comprehensive Database, 5th ed. Stockton, CV: Therapeutic Research Faculty(2003)(独立健康・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)
10. (101) Drug Interactions Facts, Facts and Comparisons Inc., St. Louis, MO. 1999.
11. (102) Food and Nutrition Board, Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Vitamin K, Arsenic, Boron, Chromium, Copper, Iodine, Iron, Manganese, Molybdenum, Nickel, Silicon, Vanadium, and Zinc. Washington, DC: National Academy Press, 2
12. (105) The Science and Practice of Pharmacy. 19th ed. Lippincott: Williams & Wilkins, 1996.
13. (106) Micromedex Healthcare Series. Englewood, CO: MICROMEDEX Inc.,
14. (107) Drug Interactions Analysis and Management. Vancouver, WA: Applied Therapeutics Inc., 1997 and updates.
15. (108) Dietary Reference Intakes (DRIs), Institute Med of Natl Acad Sci, 1997.
16. (109) 五訂 日本食品標準成分表分析マニュアルの解説 財団法人日本食品分析センター/編集
17. (PMID:2905759) Med Toxicol Adverse Drug Exp 1988;3:430-48.
18. (PMID:7286584) Gastroenterology. 1981; 81(6): 1068-71.
19. (PMID:9626024) Am J Med 1998;104:422-30.
20. (PMID:1607604) J Clin Gastroenterol 1992;14:288-92.
21. (PMID:9665089) Am J Clin Nutr 1998;68:3-4.
22. (PMID:10799377) Am J Clin Nutr 2000;71:1147-60.
23. (PMID:9665102) Am J Clin Nutr 1998;68:96-102.
24. (PMID:1442655) Am J Clin Nutr 1992;56:1045-8.
25. (PMID:9197130) Nutr Rev 1997;55:102-10.
26. (PMID:8092092) Am J Clin Nutr 1994;60:567-72.
27. (PMID:6402915) Am J Clin Nutr. 1983;37(3):416-20.
28. (PMID:9537604) Am J Clin Nutr. 1998; 67(4):593-4.
29. (PMID:9537620) Am J Clin Nutr. 1998; 67(4):722-33.
30. (PMID:1600930) Eur J Clin Nutr. 1992; 46(5):317-27.
31. (PMID:10948381) Public Health Nutr. 2000; 3(2):125-50.
32. (PMID:6475824) Am J Clin Nutr. 1984; 40(3):536-41.
33. (PMID:2502004) Am J Clin Nutr. 1989; 50(1):141-4.
34. (PMID:2058577) Am J Clin Nutr. 1991; 54(1):152-6.
35. (PMID:7223699) Am J Clin Nutr. 1981; 34(4):475-82.
36. (PMID:10958820) J Nutr. 2000;130 (9):2251-5.
37. (PMID:12097660) J Nutr. 2002;132 (7):1860-4.
38. (PMID:1443969) Ann Int Med 1992;117:1010-3.
39. (PMID:3356082) Clin Pharmacol Ther 1988;43:381-6.
40. (PMID:10756616) Br J Gen Pract. 1999;49(446):729-30.
41. (PMID:3987479) Dig Dis Sci. 1985 ;30(5):477-82.
42. (PMID:2756873) Am J Dis Child. 1989 ;143(8):969-72.
43. (PMID:6285552) Toxicol Appl Pharmacol. 1982 ;63(3):344-50.
44. (PMID:1869762) J Am Diet Assoc. 1991 ;91(1):66-70, 73.
45. (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)
46. (PMID:2979236) Aliment Pharmacol Ther 1988;12:83-98.

No.82 テンチャ(甜茶)

基本情報		
名称	和名:テンチャ(甜茶) 英名: 学名:Rubus suavissimus S. Lee バラ科[キイチゴ属]	
概要	甜茶は中国南部地方の広西壮族自治区に自生しているバラ科植物であり、甜葉懸鉤子(てんようけんこうし)と呼ばれている。甜茶は中国茶の一種であり、「甜」の文字は甘いを意味し、甜茶は文字通り甘いお茶である。日本へは低カロリー甘味料の原料として紹介された。バラ科の甜茶以外にも、アカネ科の牛白藤(ぎゅうはくとう)、ユキノシタ科の臘蓮繡球(ろうれんしゅうきゅう)、ブナ科の多穂石柯葉(たすいせきかよう)が知られているが、バラ科の甜茶においては抗炎症・抗アレルギー作用が注目されている。俗に、「花粉症などのアレルギーによい」などといわれているが、ヒトにおける有効性・安全性については、予備的データはあるが信頼できるデータは充分でない。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	別名としてタスイカ/タスイセキカヨウがある。葉は[非医薬品]に区分される(30)。	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	甜茶ポリフェノール(GOD型エラジタンニン)、ルブソンド(rubusoside)、鉄、カリウム、カルシウム、マグネシウム、亜鉛などのミネラル。  <p>GOD型エラジタンニンの基本構造</p>	
分析法	甜茶ポリフェノールの定量は、高速液体クロマトグラフィー(HPLC)を用いて GOD型エラジタンニンを紫外可視(UV)検出法(280nm)にて検出している。 甜茶の甘味成分であるルブソンドの分析には、薄層クロマトグラフィー、高速液体クロマトグラフィー(HPLC)を用いた紫外可視(UV)検出法(210nm)、NMR 解析法がある(PMID:12436720)。	
有効性		
ヒトでの評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中で見当たらない。
	消化系・肝臓	調べた文献の中で見当たらない。
	糖尿病・内分泌	調べた文献の中で見当たらない。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中で見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中で見当たらない。
	免疫・がん・炎症	<ul style="list-style-type: none"> ・通年性鼻アレルギー患者(21人)に甜茶エキス 40mg 含有食品 1粒を 1日 3回 4週間の摂取で、自覚症状(くしゃみ発作減少、鼻汁減少)、他覚所見(鼻腔内水性分泌量、鼻誘発反応、鼻汁中好酸球検査)の改善が認められたという報告がある(101)。 ・スギ花粉症患者(15人)に甜茶抽出物 40mg 含有飲料 1缶を 1日 2回 4週間以上の摂取で、使用薬剤量 (medication score) の低減、使用薬剤と症状重症度を組み合わせたスコア (symptom medication score) の改善が認められたという報告がある(102)。 ・スギ花粉症患者(32人)に甜茶エキス 65mg 含有食品を 1日 3粒 45日間の摂取で、下鼻甲介

	<p>粘膜腫脹、鼻腔内水性分泌量の低減、自覚症状(くしゃみ、鼻をかむ回数、鼻づまり、眼の痒み、なみだ)の改善が認められたという報告がある(103)。</p> <p>・スギ花粉症患者に甜茶エキス 300mg 配合有飲料を1日1本の摂取で、使用薬剤と症状重症度を組み合わせたスコア (symptom medication score) が前日より低くなる頻度が高いという報告がある(104)。</p>
骨・筋肉	調べた文献の中で見当たらない。
発育・成長	調べた文献の中で見当たらない。
肥満	調べた文献の中で見当たらない。
その他	-
試験管内・動物他での評価	<p>・試験管内において、甜茶熱水抽出エキスにシクロオキシゲナーゼ阻害活性(106)、ヒスタミン遊離阻害活性が報告されている(106)、(107)、(PMID:12230104)。</p> <p>・動物実験において、甜茶熱水抽出エキスは200mg/kg/dayの5日間経口投与により腹腔マクロファージのTNF産生および耳介浮腫の抑制作用(105)、1000mg/kg 経口投与により受動感作皮膚アナフィラキシーおよび皮膚血管透過性亢進の抑制作用(106)、0.5%添加した飲水の8日間摂取により起炎剤による引っ掻き行動の抑制作用、同飲水を8週間の摂取によりアトピー性皮膚炎モデル動物(NC/Nga マウス)での皮膚症状スコア改善作用が報告されている(107)。</p>
安全性	
危険情報	<p>通年性鼻アレルギー患者(21人)に甜茶エキス40mg含有食品1粒を1日3回4週間の摂取(101)、スギ花粉症患者(15人)に甜茶抽出物40mg含有飲料1缶を1日2回4週間以上の摂取(102)、スギ花粉症患者(32人)に甜茶エキス65mg含有食品を1日3粒45日間の摂取(103)で、有害事象及び副作用は認められなかったという報告がある。</p>
禁忌対象者	調べた文献の中で見当たらない。
医薬品との相互作用	調べた文献の中で見当たらない。
動物他での毒性試験	調べた文献の中で見当たらない。
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	
安全性	<p>通年性鼻アレルギー患者、スギ花粉症患者、スギ花粉症患者に甜茶エキスを投与(例えば、65mg含有食品を1日3粒45日間)の摂取で有害事象及び副作用は認められなかったという報告がある。</p>
有効性	<p>(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)</p> <p>ヒト試験の結果において、1)通年性鼻アレルギーの自覚症状(くしゃみ発作減少、鼻汁減少)及び他覚所見(鼻腔内水性分泌量、鼻誘発反応、鼻汁中好酸球検査)改善、2)スギ花粉症の発症予防及び症状緩和作用があるという報告がある。</p>
Keyword	アレルギー
参考文献	
<ol style="list-style-type: none"> (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) (PMID:12436720)Shokuhin Eiseigaku Zasshi. 43(4):250-3, 2002. (101)耳鼻咽喉科展望38,519-532(1995) (102)耳鼻咽喉科展望42,447-458(1999) (103)日本臨床栄養学雑誌23(3):5-14(2001) (104)アレルギーの臨床316,302-305(2004) 	

7. (105)炎症14(4),323-327(1994)
8. (106)炎症15(2),167-173(1995)
9. (107)アレルギーの臨床317,380-385(2004)
10. (PMID:12230104)Biol.Pharm.Bull.2002 25(9):1137-1141

No.22 デキストリン

基本情報		
名称	和名:デキストリン 英名:Dextrin 学名:Dextrin	
概要	デキストリンはデンプンを化学的、あるいは酵素的な方法により低分子化したものの総称である。食品としての利用は、マルトデキストリン(グルコース 8~12 個のポリマー)が良く知られている。マルトデキストリンはデンプンより低分子であることから消化されやすく、吸収されやすいと考えられている。一方、デキストリンを焙焼し、酵素(α -アミラーゼまたはグルコアミラーゼ)で分解して難消化性部分を分離精製したものは難消化デキストリンと呼ばれ、小腸では分解されない難消化性の食物繊維として使われる。ヒトでの有効性については、「おなかの調子を整える」、「血糖値が気になり始めた方の食品」として、難消化性デキストリンを関与成分とした特定保健用食品が許可されている。安全性については、過剰に摂取すると下痢を誘発することが知られている。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	「非医薬品」に区分される(30)。「既存添加物」(増粘剤)である。難消化性デキストリンは低カロリー増量剤、食物繊維、脂肪代替品として用いる。特定保健用食品の成分になっている。	
成分の特性・品質		
主な成分・品質	デンプンを化学的、あるいは酵素的な方法で低分子化したものの総称。工業的にデキストリンと言われるものは、塩酸などの存在下、粉末状態で高温加熱して得られる水溶性の焙焼デキストリンをさす場合が多い。可溶性デンプンは希塩酸で短時間熱して低分子化した白色デキストリンの一種である。6 個のグルコースが環状になったものはシクロデキストリンといい、種々の低分子有機化合物と包接物を作るので医薬品や香料などの分子カプセルとしての用途がある。	
分析法	示差屈折計を装着した高速液体クロマトグラフィー(HPLC)法により分析されている(101)。	
有効性		
ヒトでの評価	循環器・呼吸器	調べた文献の中で見当たらない。
	消化系・肝臓	難消化性デキストリンを関与成分とし、「難消化性デキストリンを含んでおり、食生活で不足しがちな食物繊維を補って、おなかの調子を整える食品です」などの表示が許可された特定保健用食品がある。
	糖尿病・内分泌	難消化性デキストリンを関与成分とし、「難消化性デキストリンを含んでおり、糖の吸収をおだやかにするので、血糖値の気になり始めた方の食生活の改善に役立ちます」などの表示が許可された特定保健用食品がある。
	生殖・泌尿器	調べた文献の中で見当たらない。
	脳・神経・感覚器	調べた文献の中で見当たらない。
	免疫・がん・炎症	調べた文献の中で見当たらない。
	骨・筋肉	調べた文献の中で見当たらない。
	発育・成長	調べた文献の中で見当たらない。
	肥満	調べた文献の中で見当たらない。
その他	調べた文献の中で見当たらない。	
試験管内・動物他での評価	調べた文献の中で見当たらない。	
安全性		
危険情報	調べた文献の中で見当たらない。	
禁忌対象者	調べた文献の中で見当たらない。	

医薬品との相互作用	調べた文献の中で見当たらない。
動物他での毒性試験	調べた文献の中で見当たらない。
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	ヒトの安全性に関する文献は見当たらない。
有効性	(注: 下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。) 難消化性デキストリンのおなかの調子を整える機能、糖の吸収をおだやかにする機能が特定保健用食品の審査で認められている。
Keyword	お腹の調子、糖の吸収、特定保健用食品
参考文献	
<ol style="list-style-type: none"> (101) 財団法人 日本健康・栄養食品協会 特定保健用食品試験検査マニュアル (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) 	