

婦人画報 2019年1月号
インフルエンザ予防対策に
クロモジエキス効果を掲載

(クロモジ茶のリンデラティーが、
製品紹介されました。)



今月の要観察

クロモジ

箸や楊枝に使われる
クロモジが、
今期のインフルエンザ予防の
新注目!



クロモジポリフェノールが
インフルエンザ発症率を
下げた!

クロモジは、日本の山地に自
生するタヌキ科の落葉低木。
リラクサス作用が期待されるリ
ナロールを主成分とする香りが
あり、古くから楊枝や香水、枝
葉はお茶にするなどして使われ
ていました。名前の由来は、成

長すると枝に黒い斑点模様が出
て、まるで枝に黒い文字が書き
出たように見えることから、そ
う呼ばれるようになったそう。
このクロモジに含まれるクロ
モジポリフェノール。これを配
合した飴を摂取することで、イ
ンフルエンザ発症率が下がった

という研究結果が報告されたの
です(左コラム参照)。
インフルエンザは、おもに上
気道(鼻腔や咽頭)の粘膜細胞
の表面に付着して感染します。
ウイルスは粘膜細胞に侵入し、
活性酸素を増やして細胞外にウ
イルスを放出。新たな感染細胞
を増やすのです。免疫力が下が
つていたり、ウイルスが強力だ
つたりすると、人はインフルエ
ンザにかかりやすくなります
が、ここで注目すべきは、ウイ

ルスの上気道で起きていることだ
うがいなどの
上気道のケアが
予防に役立つ!?

厚生労働省が推奨するインフ
ルエンザ予防法には、手洗い、
適度な湿度、栄養補給、ワクチ
ン接種、マスクなどが挙げられ
ていますが、うがいは外されて
います。しかし一方で、水うが
いをしない群より、した群のほ
うが風邪の発症率が減るとい
う研究が、さらに、緑茶(茶カテ
キン)うがいは、水うがいより
インフルエンザ発症率が低いと
いう研究も出てきています。
うがいなど上気道のケアは、
風邪やインフルエンザ感染予防
に役立つのでは……と考えられ
つつあるなか、今回のクロモジ
飴がインフルエンザ発症率を下
げたとの報告が出たのです。今
シーズンのインフルエンザ予防
に役立ててみてください。

Goods

クロモジエキスは
飴にもお茶にも
含まれています

クロモジは、北海道函館から九州
の広い地域に自生する落葉樹。2
-3mの樹木で日当たり過ぎない
場所を好みます。クロモジは江
戸時代の本草学者、貞原益軒の薬
用植物の文庫にも登場。現在では
お茶、薬酒、精油、アロマウオ
ーターほか用途が広がっています。



島根産産クロモジを使用。
ノンカフェイン、リンデ
ラとはクロモジ属の世界
共通名称。すっきりした
味わい、リンデラティー
【ティーポットタイプ2g×
7個】600円(黒と森と水
の道舎0852-69-1647)



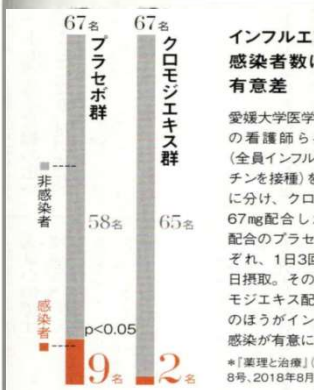
クロモジ飴

養命酒製造が長年研究を
進めてきた国産のクロモ
ジエキスを配合。ハーフ風
味のベストをほんのり甘
い菓子の飴で包んだ2層
構造に、養命酒製造のど納
【64g】240円(養命酒製
造 0120-075-611)

News

インフルエンザウイルス効果を
研究で確認!

「クロモジエキスによる抗ウイルス作用が、今回、
ヒトによる試験*で明らかになりました。クロ
モジエキスに含まれるポリフェノール一種、
“プロアントシアニジン”には、ウイルスの不
活化作用と感染後の増殖を抑える作用がありま
す。今回のヒト試験のポイントは、飴での摂取
と考えられます。飴をなめる数分間、この成分
が上気道の咽頭に留まることができたからで
はないでしょうか」とこの研究を行った伊賀瀬
道也先生。インフルエンザの予防策のひとつと
して、今後のクロモジエキスの活用が期待され
ています。



インフルエンザ
感染者数に
有意差

愛媛大学医学部附属病院
の看護師ら男女134名
(全員インフルエンザワク
チンを接種)を2グループ
に分け、クロモジエキス
67mg配合した飴と、無
配合のプラセボをそれ
ぞれ、1日3回12週間毎
日摂取。その結果、クロ
モジエキス配合飴摂取群
のほうがインフルエンザ
感染が有意に少なかった。
*「薬理と治療」(2018年46巻
8号、2018年8月30日発行)

伊賀瀬道也先生

「今回、実験に参加した
看護師全員がインフルエ
ンザワクチンを接種して
いたものの、数人にイン
フルエンザ感染者がみら
れました。ウイルスはワ
クチンでも完璧には予防
できません。さまざまな
方法を組み合わせて予防
していくことが大事だと
思います」と伊賀瀬先生。

