

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！



クロモジは、日本の山地に自生するタヌキ科の落葉低木。リラクゼーション効果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浮かぶ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。これを配合した錠を摂取することで、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)。

ルス吸着や増殖のほとんどが上気道で起きていることです。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。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、今回のクロモジ錠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。

クロモジエキスは 錠にもお茶にも 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、真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、アロマウォーターほか用途が広がっています。



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、錠での摂取と考えられます。錠をなめる数分間、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薬のひとつとして、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配合した錠と、無配合のプラセボ錠をそれぞれ、1日3回12週間毎日摂取。その結果、クロモジエキス配合錠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)

「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」と伊賀瀬道也先生。

伊賀瀬道也先生
愛媛大学医学部附属病院
抗加齢予防医療センター
センター長



クロモジ錠

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。ハーブ風味のベストをほんのり甘い薬味の錠で包んだ2層構造に。養命酒製造のど錠 [64粒] 240円(養命酒製造 0120-075-811)



クロモジ茶

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。すっきりとした味わい。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)