

項目	内容
名称	セイヨウオトギリソウ、セントジョーンズワート、ヘペリクムソウ [英]St. John's wort [学名]Hypericum perforatum L.
概要	セイヨウオトギリソウは、ヨーロッパ原産で、アジア、北アフリカに分布する多年草で30～90 cmの高さになる。セイヨウオトギリソウの中国語名は「貫葉連翹」である。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全草：「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質 (原材料)」に該当する。 <p>■ 食品添加物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・天然香料基原物質リスト セントジョーンズウォルト (セイヨウオトギリソウ)が収載されている。
成分の特性・品質	
主な成分・性質	・セイヨウオトギリソウの有効成分はいくつか分離されており、特に良く調べられているのはヘペリシン (hypericin) とヘペルフォリン (hyperforin) である。他にア

ドヒペルフォリン (adhyperforin)、シュードヒペリシン (pseudohypericin)、フラボノール類、フラバノール類、テルペン類、精油、タンニン、ニコチン酸、ビタミンCおよびAなど。

・セイヨウオトギリソウを含む様々な健康食品40種 (カプセル状14種、タブレット状8種、エキス・チンキ状6種、ティーバッグ状6種及び刻み状6種) のヒペリシン及びヒペルフォリン含量を検討したところ、ヒペリシン、ヒペルフォリン共に検出されなかったものが3製品あり、その他ではヒペリシンが0.001~0.192%、ヒペルフォリンが0.001~2.256%と含量にばらつきがあった。また、成分含量が表示されている製品は6種あったが、そのいずれも実際の含量とは異なっていたという報告がある (2006184712)。

分析法

・ヒペリシン (hypericin) の定量は、蛍光検出器 (励起波長470 nm、蛍光波長590 nm) を装着した HPLC 法により分析されている ([PMID:8646329](#)) ([PMID:10202973](#))。

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

メタ分析

・2013年8月までを対象に4つのデータベースで検索できた無作為化比較試験6報について検討したメタ分析において、40歳以上の女性によるセイヨウオトギリソウの摂取は、更年期症状 (3報)、ホットフラッシュのひどさ (6報)、頻度 (2報) の減少と関連が認められたが、抑うつ (2報)、有害事象 (5報) のリスクとの関連は認められなかった ([PMID:24188229](#))。

RCT

・更年期症状のある閉経後の女性100名 (試験群50名、平均51.9±4.3歳、オーストラリア) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、セイヨウオトギリソウ900 mg/日とチェストツリー1,000 mg/日を16週間摂取させたところ、ホットフラッシュやその他の更年期症状、QOLに影響は認められなかった ([PMID:18791483](#))。

脳・神経・感覚器

メタ分析

・2015年4月までを対象に6つのデータベースで検索できた無作為化比較試験 (検索条件:期間>4週間) 27報について検討したメタ分析において、うつ患者によるセイヨウオトギリソウ抽出物の摂取は、選択的セロトニン再取り込み阻害薬 (SSRI) と比較し、臨床反応 (24報)、寛解 (18報)、ハミルトンうつ病スコアの変化 (22報) との関連は認められず、SSRIより有害反応 (19報) は少なかった ([PMID:27468236](#))。

・2014年11月までを対象に9つのデータベースで検索できた無作為化比較試験35報 (検索条件: 期間≥4週間) について検討したメタ分析において、大うつ病性障害患者によるセイヨウオトギリソウの摂取はプラセボと比較して臨床反応 (18報)、抑うつ症状評価 (16報) の改善が認められたが、寛解 (9報) との関連は認められず、抗うつ薬と比較して臨床反応 (17報)、抑うつ症状評価 (14報)、寛解 (7報) との関

連は認められなかったが、いずれも試験によるばらつきが大きかった

([PMID:27589952](#))。

・2010年2月までを対象に5つのデータベースで検索できた無作為化比較試験4報について検討したメタ分析において、セイヨウオトギリソウの摂取は、抜歯後の痛みとの関連は認められなかった ([PMID:23089215](#))。

・2007年7月までを対象に、7つのデータベースで検索できた二重盲検無作為化プラセボ対照試験29報について検討したシステマティックレビューにおいて、セイヨウオトギリソウの摂取は抑うつ症状の改善に寄与する可能性が認められた

([PMID:18843608](#))。

RCT

・軽度うつ病の患者73名 (平均48.1±15.0歳、試験群26名、アメリカ) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、セイヨウオトギリソウ810 mg/日を12週間摂取させたところ、うつ症状やQOL、幸福感等の改善に影響は認められなかった ([PMID:21632064](#))。

・不安神経症を併発している大うつ病性障害の患者28名 (18~65歳、オーストラリア) を対象とした二重盲検クロスオーバー無作為化プラセボ対照試験において、セイヨウオトギリソウ (花頂抽出物1.8 g) とカバ (根茎の水溶抽出物2.66 g) もしくはプラセボを1日3回、4週間摂取させたところ、被検薬摂取後にプラセボ摂取した群でのみベックうつ評価尺度におけるうつ症状の自己報告が改善された

([PMID:19090505](#))。

・注意欠如・多動症患者54名 (6~17歳、試験群27名、アメリカ) を対象とした無作為化二重盲検プラセボコントロール試験において、0.3%ヒペリシン含有セイヨウオトギリソウを300 mg×3回/日、8週間摂取させたところ、ADHD評価尺度および臨床全般印象改善尺度 (Clinical Global Impression Improvement Scale) に影響は認められなかった ([PMID:18544723](#))。

・口内焼灼感症候群患者39名 (試験群21名、平均64.9±4.7歳、イタリア) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、セイヨウオトギリソウ抽出物300 mg×3回/日を12週間摂取させたところ、VAS (主観的な痛みの評価尺度) による評価に影響は認められなかったが、自己申告による口内の痛みの範囲は縮小した ([PMID:18331283](#))。

免疫・がん・
炎症

RCT

・過敏性腸症候群の患者70名 (平均42歳、試験群35名、アメリカ) を対象とした二重盲検無作為化プラセボ対照試験において、セイヨウオトギリソウ450 mg×2/日を12週間摂取させたところ、自覚症状に影響は認められなかった

([PMID:19809408](#))。

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

メタ分析

・2013年6月までに4つのデータベースで検索できた無作為化比較試験2報について検討したメタ分析において、セイヨウオトギリソウの摂取は禁煙による禁断症状との関連は認められなかった ([PMID:24402784](#))。

RCT

・軽度から中等度アトピー性皮膚炎18名 (平均30.4±12.9歳、ドイツ) に対するプラセボとの無作為化二重盲検試験で、セイヨウオトギリソウクリーム塗布の有効性を報告 ([PMID:12807340](#))。

・喫煙歴20±12.1年間、平均20.6±6.6本/日の喫煙者118名 (平均37.6±12.4歳、試験群79名、アメリカ) を対象とした無作為化プラセボ対照試験において、禁煙とともにセイヨウオトギリソウ300 mg×3回/日もしくは600 mg×3回/日を12週間摂

取させたところ、禁煙の継続率の増加や禁断症状の抑制に影響は認められなかった
([PMID:20590478](#))。

参考文献

- (22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 第1版 東京堂出版 林真一郎ら 監訳
(23) 天然食品・薬品・化粧品的事典 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳
(25) クリニカル・エビデンス ISSUE9 日本語版 日経BP社 日本クリニカル・エビデンス編集委員会
(30) 「医薬品の範囲に関する基準」(別添2、別添3、一部改正について)
(58) The Complete German Commission E Monographs
(65) Cochran Library
([PMID:8646329](#)) *J Chromatogr A*. 731(1-2): 336-339, 1996.
([PMID:10202973](#)) *J Chromatogr B Biomed Sci Appl*. 1999 724(1):195-8.
([PMID:12807340](#)) *Phytomedicine*. 2003;10 Suppl 4:31-7.
(101) 厚生労働省ホームページ
(https://www.mhlw.go.jp/www1/houdou/1205/h0510-1_15.html)
([PMID:16721710](#)) *Dtsch Med Wochenschr*. 2006 May 26;131(21):1214-7.
(2002165549) 臨床薬理. 2002;33(1):5S-6S.
(2006184712) 東京都健康安全研究センター研究年報.2005;56:87-91
([PMID:18544723](#)) *JAMA*. 2008;299(22):2633-41.
([PMID:18331283](#)) *J Oral Pathol Med*. 2008 Aug;37(7):395-401.
([PMID:18791483](#)) *Menopause*. 2009 Jan-Feb;16(1):156-63.
([PMID:19015839](#)) *Eur J Clin Pharmacol*. 2009 Mar;65(3):287-294.
([PMID:18843608](#)) *Cochrane Database Syst Rev*. 2008 Oct 8;(4):CD000448.
([PMID:19090505](#)) *Hum Psychopharmacol*. 2009 Jan;24(1):41-8.
([PMID:19491000](#)) *Reprod Toxicol*. 2009 Jul;28(1):96-9.
([PMID:19895314](#)) *Curr Eye Res*. 2009 Oct;34(10):863-6.
([PMID:19809408](#)) *Am J Gastroenterol*. 2010 Jan; 105(1):170-7.
([PMID:20590478](#)) *J Altern Complement Med*. 2010 Jul;16(7):761-7.
([PMID:21058968](#)) *J Clin Pharm Ther*. 2011 Dec;36(6):711-5.
([PMID:21632064](#)) *J Psychiatr Res*. 2011 Jul;45(7):931-41.
([PMID:20980920](#)) *J Cardiovasc Pharmacol*. 2011 Jan;57(1):86-93.
([PMID:16125735](#)) *Life Sci*. 2005 Dec 5;78(3):239-44.
([PMID:22286810](#)) *Biomed Pap Med Fac Univ Palacky Olomouc Czech Repub*. 2011 Sep;155(3):253-7.
([PMID:22113252](#)) *Int Clin Psychopharmacol*. 2012 Mar;27(2):121-4.
(2012291259) 精神科治療学. 2012;27(4):529-31.
([PMID:22699020](#)) *Toxicol Appl Pharmacol*. 2012 Aug 15;263(1):39-43.
([PMID:20102294](#)) *Xenobiotica*. 2010 Apr;40(4):275-81.
([PMID:17214607](#)) *Basic Clin Pharmacol Toxicol*. 2007 Jan;100(1):23-30.
([PMID:23089215](#)) *Homeopathy*. 2012 Oct;101(4):204-10.
([PMID:23724349](#)) *Prim Care Companion CNS Disord*. 2013;15(1). pii:

[PCC.12I01453.](#)
[\(PMID:23738729\) J Pharm Pharmacol. 2013 Jul;65\(7\):1014-25.](#)
[\(PMID:24456461\) J Obstet Gynaecol. 2014 Feb;34\(2\):213-4.](#)
[\(PMID:24472406\) Int J Clin Pharmacol Ther. 2014 Apr;52\(4\):328-36.](#)
[\(PMID:24610312\) J Antimicrob Chemother. 2014 Jul;69\(7\):1911-5.](#)
[\(PMID:24940966\) Int J Psychiatry Clin Pract. 2006;10\(2\):146-8.](#)
[\(PMID:24730468\) J Pharm Pharmacol. 2014 Sep;66\(9\):1339-46.](#)
[\(PMID:24402784\) Cochrane Database Syst Rev. 2014 Jan 8;1:CD000031.](#)
[\(PMID:15974642\) Drugs Aging. 2005;22\(6\):525-39.](#)
[\(PMID:15089812\) Br J Clin Pharmacol. 2004 May;57\(5\):592-9.](#)
[\(PMID:10683007\) Lancet. 2000 Feb 12;355\(9203\):547-8.](#)
[\(PMID:18204476\) Br J Pharmacol. 2008 Apr;153\(7\):1579-86.](#)
[\(PMID:16003289\) Clin Pharmacol Ther. 2005 Jul;78\(1\):25-33.](#)
[\(PMID:15145964\) J Clin Pharmacol. 2004 Jun;44\(6\):577-81.](#)
[\(PMID:15025748\) Br J Clin Pharmacol. 2004 Apr;57\(4\):495-9.](#)
[\(PMID:15373933\) Br J Clin Pharmacol. 2004 Oct;58\(4\):403-10.](#)
[\(PMID:14616430\) Br J Clin Pharmacol. 2003 Dec;56\(6\):683-90.](#)
[\(PMID:13129991\) JAMA. 2003 Sep 17;290\(11\):1500-4.](#)
[\(PMID:15294859\) Blood. 2004 Aug 15;104\(4\):1229-30.](#)
[\(PMID:18331390\) Basic Clin Pharmacol Toxicol. 2008 May;102\(5\):466-75.](#)
[\(PMID:25203466\) J Clin Psychopharmacol. 2014 Dec;34\(6\):759-60.](#)
[\(PMID:25167337\) Einstein \(Sao Paulo\). 2014 Sep;12\(3\):355-7.](#)
[\(PMID:25286744\) Basic Clin Pharmacol Toxicol. 2015 May;116\(5\):423-8.](#)
[\(PMID:25988866\) Clin Exp Pharmacol Physiol. 2015 Jul;42\(7\):747-51.](#)
[\(PMID:26612349\) Life Sci. 2016 Jan 1;144:30-6.](#)
[\(PMID:26693044\) Prim Care Companion CNS Disord. 2015 Aug 20;17\(4\).](#)
[\(PMID:15914127\) Contraception. 2005 Jun;71\(6\):402-8.](#)
[\(PMID:25963330\) Arch Toxicol. 2016 Apr;90\(4\):1013-5.](#)
[\(PMID:27468236\) Neuropsychiatr Dis Treat. 2016;12:1715-23.](#)
[\(PMID:27579342\) JAAD Case Rep. 2016 Jul;2\(4\):326-8.](#)
[\(PMID:24188229\) Climacteric. 2014 Aug;17\(4\):325-35.](#)
[\(PMID:25972408\) Aust N Z J Psychiatry. 2015 Dec;49\(12\):1226-7.](#)
[\(2017018921\) 医療薬学. 2016;42\(10\):701-8.](#)
[\(PMID:27589952\) Syst Rev. 2016 Sep 2;5\(1\):148.](#)
[\(PMID:11953006\) Brain Inj. 2002 Apr;16\(4\):359-67.](#)
[\(PMID:17701167\) Eur J Clin Pharmacol. 2007 Oct;63\(10\):913-6.](#)
[\(PMID:28502251\) J Med Case Rep. 2017 May 15;11\(1\):137.](#)
[\(PMID:29389584\) J Food Drug Anal. 2018 Jan;26\(1\):422-431.](#)
[\(PMID:25223504\) Br J Clin Pharmacol. 2015 Feb;79\(2\):298-306.](#)
[\(PMID:23463297\) J Cardiovasc. Trans. Res 2013; 6 411-414](#)
[\(PMID:30192025\) Br J Clin Pharmacol. 2018 Dec;84\(12\):2903-2913.](#)
[\(PMID:28188296\) Drug Metab Dispos. 2017 May;45\(5\):569-575](#)
[\(PMID:24068654\) Clin. Pharmacokinet. 2014; 53\(1\): 103-110](#)
[\(PMID:18214849\) Mol Nutr Food Res. 2008 Jul;52\(7\):755-63.](#)
[\(2016088182\) 中毒研究. 2015;28\(4\):412-3.](#)
[\(PMID:12189228\) J Natl Cancer Inst. 2002; 94\(16\): 1247-9.](#)
[\(PMID:12235448\) Clin Pharmacol Ther.2002; 72\(3\): 276-87.](#)
[\(PMID:11799342\) J Clin Psychopharmacol 2002 Feb;22\(1\):46-54.](#)
[\(PMID:12127912\) Life Sci. 2002;71\(13\):1579-89.](#)
[\(PMID:17284505\) Ann Pharmacother. 2007 Feb;41\(2\):229-34.](#)

[\(PMID:19185075\) Am J Med. 2009 Feb;122\(2\):e1-2.](#)

[\(PMID:31670573\) J Child Adolesc Psychopharmacol. 2020 Feb;30\(1\):38-47.](#)

[\(PMID:21480130\) Turk J Gastroenterol. 2011 Feb;22\(1\):115.](#)

[\(PMID:26760391\) Nursing. 2016 Feb;46\(2\):54-9.](#)