

項目	内容
名称	ルイボス [英]Rooibos、Red bush tea、Kaffree tea [学名]Aspalathus linearis
概要	<p>ルイボスは、南アフリカの高地に自生するマメ科の落葉低木。古くから南アフリカの先住民に発酵茶として利用されてきた。葉を用いた茶はブッシュティーと呼ぶ。カフェインを含まないことが特色といわれている。</p>
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ルイボス 葉：「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。 ・ブッシュティー 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 アスパラサスリネアリス (ルイボス/ロオイボス) が収載されている。
成分の特性・品質	

主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> ・アスパラシン(aspalathin) を含む (PMID:4290475)。 ・ルチン (rutin) 、オリエンチン (orientin) 、nothofagin、ジヒドロイソオリエンチン (dihydroisoorientin) 、ジヒドロオリエンチン (dihydroorientin) を含む (PMID:12236672)。 ・エリオジクチオール-6-C-グルコシド (E6CG) を含む (PMID: 31881511)。
分析法	<ul style="list-style-type: none"> ・ルイボス茶中のフラボノイドをHPLC-UVにより分析した報告がある (PMID:14640601) (PMID:12236672)。 ・ルイボス茶中のカフェインをLC-MSにより分析した報告がある (101)。
有効性	
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。
ヒト で の 評 価	<ul style="list-style-type: none"> 免疫・がん・炎症 調べた文献の中に見当たらない。
骨・筋肉	<p>RCT : 国内</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康な成人男性10名 (20~22歳、日本) 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、運動負荷試験60分前にグリーンルイボス抽出物 520 mgを摂取させたところ、抗酸化マーカー (抗酸化能)、酸化ストレスマーカー (d-ROM) に影響は認められなかった (2018333342)。
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	<p>RCT : 国内</p> <p>【機能性表示食品】 口、目、肌の乾燥を自覚する成人30名 (20~65歳、日本) 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、ルイボス抽出物100 mg (エリオジクチオール-6-C-グルコシド0.21 mg含有) /日を2週間摂取させたところ、口、目、肌の乾燥感評価 (VAS) の改善、および唾液、涙液、角層水分量の増加が認められた (2019057569)。</p>

参考文献

- (101) J Food Compos Anal. 2019;76:39-43.
[\(PMID:14640601\) J Agric Food Chem. 2003; 51\(25\): 7472-4.](#)
[\(PMID:12236672\) J Agric Food Chem. 2002; 50\(20\): 5513-9.](#)
[\(PMID:4290475\) Biochem J. 1966 Jun;99\(3\):604-9.](#)
- (22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 第2版 東京堂出版 林真一郎ら 監訳
(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS).
(1998255720) アレルギーの臨床. 1998;18(9):781.
[\(PMID:17287587\) J Pharmacol Sci. 2007 Feb;103\(2\):214-21.](#)
[\(PMID:20072844\) Eur J Clin Pharmacol. 2010 Apr;66\(4\):427-8.](#)
[\(PMID:26157822\) ACG Case Rep J. 2013 Oct 8;1\(1\):58-60.](#)
[\(PMID:27871602\) J Clin Anesth. 2016 Dec;35:96-98.](#)
[\(PMID:27845750\) Molecules. 2016 Nov 12;21\(11\). pii: E1515.](#)
[\(PMID:30955332\) J Agric Food Chem. 2019 May 1;67\(17\):4967-4975.](#)
- (2020159569) 日本新生児成育医学会雑誌. 2019;31(3):876.
(2019067739) 日本周産期新生児学会. 2018;54(4):1136-9.
(2014139204) 日本造血細胞移植学会雑誌. 2013;2(4):109-11.
- (102) 学名でひく食薬区分リスト 薬事日報社 佐竹元吉 監修
(103)健康・機能性食品の基原植物事典 中央法規
(2019057569) 薬理と治療. 2018;46(6):997-1003.
[\(PMID:22085278\) Pharm Biol. 2012 Feb;50\(2\):254-63.](#)
(2018333342) 微量栄養素研究. 2017;34:74-77.
[\(PMID:31708777\) Front Pharmacol. 2019 Oct 23;10:1243.](#)
(2020372807) 周産期医学. 2020;50(7):1143-6.