

項目	内容
名称	カミツレ、カモミール [英]German chamomile、Roman Chamomile [学名]Matricaria chamomilla L. (=Matricaria recutita)、Chamaemelum nobile
概要	<p>カミツレは、カモミールとしてハーブティーなどでよく知られる代表的なハーブの一つである。カモミールというとジャーマンカモミール (Matricaria recutita) がまずあげられるが、ローマンカモミール (Chamaemelum nobile) もほぼ同じような用途で使用されている。ジャーマンカモミール、ローマンカモミールともにヨーロッパ原産の芳香性の草本で、ジャーマンカモミールは一年草、ローマンカモミールは多年草である。頭状花を乾燥したもの (カミツレ (花)) を茶剤などに用いる。</p> 
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 小頭花：「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"> ・ 既存添加物 香辛料抽出物 (スパイス抽出物/香辛料/スパイス)：苦味料等

■ 海外情報

- ・ 米国では、GRASに該当する。

成分の特性・品質

主な成分・性質

- ・ 精油 [プロアズレン、 α -ビスボロール]、カマアズレン、フラボノイド、クマリン、タンニンを含む (33) (75)。
- ・ ジャーマンカモミールの花は少なくとも0.4% (V/W) の精油を含み、主要な成分は α -ビスボロール (bisabolol) とビスボロールオキサイドA およびBである。この花はさらにマトリシンと、アピゲニンやアピゲニン7-グルコシドのようなフラボン類を含む (58)。

分析法

- ・ 脂溶性成分が水素炎イオン化検出器 (FID) を装着したガスクロマトグラフィーにより分析されている (101)。
- ・ 配糖体が紫外可視検出器 (検出波長310 nm) を装着したHPLCにより分析されている (102)。
- ・ フラボノイド類、フェノール酸誘導体がフォトダイオードアレイ検出器 (検出波長200~450、335 nm)、質量分析器 (MS) を装着したHPLCにより分析されている (103)。

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

調べた文献の中に見当たらない。

生殖・泌尿器

メタ分析

・ 2015年3月までを対象に8つのデータベースで検索できた無作為化比較試験27報について検討したメタ分析において、ディル (1報)、ウイキョウ (1報)、コロハ (1報)、ショウガ (3報)、グアバ (1報)、バレリアン (1報)、カミツレ (1報)、シナモン (1報) などのハーブの月経困難症の痛みに対する効果は、報告数が少なく試験の質が低いため、結論づけることができなかった ([PMID:27000311](#))。

RCT

・ 月経前症候群の女性90名 (試験群45名、平均22.42 \pm 2.55歳、イラン) 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、ジャーマンカモミール100 mg \times 3回/日を連続する2ヶ月の月経周期摂取させたところ、メフェナム酸250 mg \times 3回/日の服用と比較して症状の軽減が認められた ([PMID:24439651](#))。

脳・神経・感覚器

RCT

・ 不眠症患者34名 (試験群17名、平均42.2 \pm 13.5歳、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、ジャーマンカモミール抽出物270 mg \times 2回/日を28日間摂取させたところ、睡眠時間や睡眠の質、日中の症状に影響は認められなかった ([PMID:21939549](#))。

・ 全般性不安障害の患者57名 (試験群28名、平均45.5 \pm 14.53歳、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、ジャーマンカモミール抽出物220 mg入りカプセルを1個/日、2個/日、3個/日、4個/日を各1週間、その後、5個/日4週間、連続して摂取させたところ、症状評価尺度5種類 (ハミルトン不安評価尺度、Beck Anxiety Inventory、Psychological Well Being、Clinical Global Impression Severity scores、ハミルトンうつ病評価尺度) のうち2種類 (ハミルトン不安評価尺度、ハミルトンうつ病評価尺度) でのみ改善が認められた ([PMID:19593179](#)) ([PMID:22894890](#))。

・オープンラベル試験で、乾燥ジャーマンカモミール花抽出物1,500 mg (花2.0 g 相当) /日を12週間摂取して症状の改善が認められた全般性不安障害患者93名 (試験群46名、平均49.2±14.3歳、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、引き続きカモミール花抽出物1,500 mg/日を26週間摂取させたところ、症状再燃リスク、介入終了時点での不安症状 (ハミルトン不安評価尺度、ベック不安尺度) およびQOL (Psychological General Well-Being Index) に影響は認められなかった ([PMID:27912875](#))。

免疫・がん・
炎症

RCT

・フルオロウラシル (抗がん剤) による化学療法を受けているがん患者164名 (試験群82名、平均64.3歳、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、通常の治療に加えてカモミール液30滴/100 mLのマウスウォッシュを3回/日、14日間使用させたところ、口腔粘膜炎スコアに影響は認められなかった ([PMID:8630960](#))。

・歯列矯正治療中の患者30名 (試験群10名、平均21.5±6.0歳、ブラジル) 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、1%ジャーマンカモミールマウスウォッシュを2回/日、15日間、1分間の歯磨き後に使用させたところ、歯垢、歯肉出血の減少が認められた ([PMID:28025442](#))。

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。

参考文献

- (20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・バウン
- (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・化粧品の記事 朝倉書店 小林彰夫ら 監訳
- (58) The Complete German Commission E Monographs
- (101) 生薬学雑誌. 1992;46(4):384-8.
- (102) 生薬学雑誌. 1993;47(1):34-8.
- (103) Chromatographia. 2000; 51(5/6): 301-7.
[\(PMID:10969720\) Phytomedicine. 2000 Jul;7\(4\):273-82.](#)
[\(PMID:8630960\) Cancer. 1996 Feb 1;77\(3\):522-5.](#)
[\(PMID:15656647\) J Agric Food Chem. 2005 Jan 26;53\(2\):191-6.](#)
[\(PMID:2674263\) J Allergy Clin Immunol. 1989 Sep;84\(3\):353-8.](#)
- (91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS).
[\(PMID:16636327\) CMAJ. 2006 Apr 25;174\(9\):1281-2.](#)
- (2004274540) 皮膚科の臨床. 2004;46(7):1102-3.
- (63) ハーブ&サプリメント 産調出版株式会社 渡邊昌日本語監修
[\(PMID:19050375\) Allergol Int. 2009 Mar;58\(1\):135-6. Epub 2008 Dec 1.](#)
[\(PMID:19705407\) Ultrasound Obstet Gynecol. 2009 Sep;34\(3\):358-9.](#)
[\(PMID:21939549\) BMC Complement Altern Med. 2011 Sep 22;11:78.](#)
[\(PMID:11697539\) J Pharm Pharmacol. 2001 Oct;53\(10\):1323-9.](#)
- (2011257121) アレルギー.2011;60(3-4):471.
[\(PMID:19593179\) J Clin Psychopharmacol. 2009 Aug;29\(4\):378-82.](#)
[\(PMID:22894890\) Altern Ther Health Med. 2012 Sep-Oct;18\(5\):44-9.](#)
[\(PMID:24439651\) Complement Ther Clin Pract. 2014 Feb;20\(1\):81-8.](#)
[\(PMID:25622757\) Contact Dermatitis. 2015 Apr;72\(4\):254-5.](#)
[\(PMID:27000311\) Cochrane Database Syst Rev. 2016 Mar 22;3:CD002124.](#)
[\(PMID:27912875\) Phytomedicine. 2016 Dec 15;23\(14\):1735-1742.](#)
- (33) 世界薬用植物百科事典 誠文堂新光社 A.シェヴァリエ
- (75) エビデンスに基づくハーブ&サプリメント事典 南江堂
- (78) 食品添加物インデックスPLUS [第4版] 和名・英名・ENo.検索便覧 中央法規
(公社) 日本輸入食品安全推進協会
- (2017222111) 日本皮膚科学会雑誌 2017;127(4):629.
- (2018045975) J Environ Dermatology Cutan Allergo. 2017;11(5):464.
[\(PMID:6590010\) Aust N Z J Med. 1984 Feb;14\(1\):61-2.](#)
[\(PMID:28025442\) J Oral Sci. 2016;58\(4\):569-574.](#)
[\(PMID:16137701\) Life Sci. 2006 Jan 18;78\(8\):856-61.](#)
[\(PMID:12786736\) Contact Dermatitis. 2003 Apr;48\(4\):229.](#)
[\(PMID:7392117\) JAMA. 1980 Jul 25;244\(4\):330-1.](#)
[\(PMID:6757409\) 薬学雑誌. 1982 Jun; 102\(6\):596-601.](#)
[\(PMID:19050375\) Allergol Int. 2009; 58\(1\) :135-6.](#)
- (104) Case Rep Perinat Med. 2021;10(1):20210005