

項目	内容
名称	オリーブ葉抽出物 [英]Olive leaf extract [学名]Olea europaea L.、Olea sativa Hoffmanns. Et Link
概要	オリーブ葉抽出物は、オリーブの葉の抽出物であり、健康食品の素材として利用されている。
法規・制度	■食薬区分 ・葉、花、果肉油：「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。 ■食品添加物 ・一般飲食物添加物 オリーブ茶：着色料、苦味料等
成分の特性・品質	
主な成分・性質	・オレウロペイン、ルテオリン、ケルセチン、ヒドロキシオレウオペイン、ヒドロキシチロソールなどのフェノール化合物を含む (PMID:31137706)。
分析法	・フェノール化合物を、HPLC ESI/MS-TOにより分析した報告がある (PMID:31137706)。

有効性

ヒ 循環器・
ト 呼吸器
で
の
評
価

RCT

- ・ 血圧が高めの男性60名 (平均45.3±12.7歳、ニュージーランド) 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、オリーブ葉抽出物10 mL×2回/日を6週間摂取させたところ、24時間および昼間血圧 (収縮期、拡張期)、血中脂質 (TC、LDL-C、TG) の低下が認められた。一方、夜間血圧、HDL-C、PWV、糖代謝マーカー (空腹時血糖、インスリン、HOMA-IR、QUICKI、フルクトサミン)、炎症マーカー (酸化LDL、CRP、ICAM、VCAM、P-セレクチン、E-セレクチン、アディポネクチン) に影響は認められなかった ([PMID:26951205](#))。
- ・ 血圧が高めの成人37名 (平均58.5±10.7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、オリーブ葉抽出物500 mg+グリーンコーヒー豆抽出物100 mg+サトウダイコン粉末150 mg含有タブレット2錠/日を6週間摂取させたところ、BMI、血圧 (診察室血圧、24時間血圧、昼間血圧、夜間血圧)、心拍数、動脈伸展性、糖代謝マーカー (空腹時血糖、インスリン、HOMA-IR)、血中脂質 (TG、HDL-C、LDL-C、TC、TC/HDL-C比) に影響は認められなかった ([PMID:25379688](#))。
- ・ 健康な成人18名 (19~40歳、イギリス) 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、オリーブ葉抽出物1,600 mgを単回摂取させたところ、摂取後30分~8時間の血管硬化度、摂取0、1、3、6時間後の炎症マーカー (IL-8) 低下が認められた。一方、炎症マーカー (IL-1β、IL-6、TNF-α、IL-10) に影響は認められなかった ([PMID:26051429](#))。
- ・ 運動選手の高校生29名 (試験群17名、平均16.5±0.5歳、ニュージーランド) 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、通常のトレーニングと食事とともに、オリーブ葉抽出物サプリメント (オリーブ葉20 g相当、オレウロペイン100 mg含有) を1錠/日、2ヶ月間摂取させたところ、上気道疾患罹患日数の減少が認められた。一方、上気道疾患罹患率に影響は認められなかった ([PMID:30744092](#))。
- ・ 健康な成人13名 (22~37歳、スペイン) 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、高ヒドロキシチロソール含有ビスケット30 g (ヒドロキシチロソール5.25 mg含有) を単回摂取させたところ、摂取30分後と4時間後の酸化LDLの低下が認められた。一方、抗酸化マーカー (FRAP、ORAC、ABTS) に影響は認められなかった ([PMID:27006237](#))。
- ・ コレステロール値が高めの過体重または肥満の成人77名 (試験群39名、平均56±11歳、オランダ) 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、朝食前にオリーブ葉抽出物500 mg/日を、8週間摂取させたところ、血中脂質 (TC、HDL-C、LDL-C、TG) に影響は認められなかった ([PMID:33034707](#))。 ([PMID:33034707](#)) Eur J Nutr. 2021 Jun;60(4):2111-2120.

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

RCT

- ・ 過体重の中年男性46名 (平均46.4±5.5歳、ニュージーランド) 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、オリーブ葉抽出物4カプセル/日 (オレウロペイン51.1 mg、ヒドロキシチロソール 9.7 mg含有) を12週間摂取させたところ、糖代謝マーカー (インスリン感受性、膵β細胞反応) の増加、糖代謝マーカー (糖負荷試験後30分、60分の血糖、糖負荷試験後60分のインスリン) 上昇の抑制、IGF-1結合タンパク-1、IGF-1結合タンパク-2、IL-6の増加が認められた。一方、炎症マーカー (IL-8、TNF-α、高感度CRP)、血中脂質、血圧、体組成、頸動脈内膜中膜厚に影響は認められなかった ([PMID:23516412](#))。
- ・ 健康な成人女性11名 (平均20.4±1.29歳、イギリス) を対象とした二重盲検ク

スオーバー無作為化プラセボ対照試験において、オリーブ葉抽出物250 mg (オレウロペイン50 mg相当含有) ×3回/日を3週間摂取させたところ、糖負荷試験 (25 g/100 mL) における、試験後60分の糖代謝マーカー (血糖) の低下抑制が認められた。一方、糖代謝マーカー (最大血糖、血糖iAUC、空腹時血糖) に影響は認められなかった ([PMID:31266155](#))。

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。
免疫・がん・炎症	RCT <ul style="list-style-type: none">・化学療法を受けているがん患者25名 (平均20.5±9.0歳、イラク) 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、オリーブ葉抽出物333 mg/mL含有口内洗浄液を3~4回/日、14日間使用させたところ、口腔粘膜炎スケールの低下が認められた (PMID:24371380)。・高血圧患者60名 (試験群30名、平均53.8±8.0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、オリーブ葉抽出物250 mg (ルテオリン0.62 mg、16%オレウロペイン含有) ×2回/日を12週間摂取させたところ、炎症マーカー (IL-6、IL-8、TNF-α) の低下が認められた。一方、糖代謝マーカー (空腹時血糖、インスリン、HOMA-IR、HOMA-β、QUICKI)、肝機能マーカー (AST、ALT、ALP)、腎機能マーカー (総タンパク質、アルブミン、尿酸、BUN、クレアチニン)、炎症マーカー (オメンチン) に影響は認められなかった (PMID:31930845)。
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

- (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
- (29) 牧野和漢薬草大図鑑 北隆館
- (91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)
- (108) 学名でひく食薬区分リスト 薬事日報社 佐竹元吉 監修
- [\(PMID:23516412\) PLoS One. 2013;8\(3\):e57622.](#)
- [\(PMID:24371380\) Saudi Dent J. 2013 Oct;25\(4\):141-7.](#)
- [\(PMID:24964455\) J Surg Case Rep. 2013 Jul 23;2013\(7\).](#)
- [\(PMID:25379688\) Nutrients. 2014 Nov 5;6\(11\):4881-94.](#)
- [\(PMID:27356258\) N Z Med J. 2016 Apr 1;129\(1432\):86-7.](#)
- [\(PMID:26951205\) Eur J Nutr. 2017 Jun;56\(4\):1421-1432.](#)
- [\(PMID:31137706\) Molecules. 2019 May 24;24\(10\). Pii:E 1998.](#)
- [\(PMID:31930845\) Pak J Biol Sci. 2019 Jan;22\(7\):342-8.](#)
- [\(PMID:26051429\) Br J Nutr. 2015 Jul 14;114\(1\):75-83.](#)
- [\(PMID:31266155\) Nutrients. 2019 Jul 1;11\(7\). Pii E 1505.](#)
- [\(PMID:30744092\) Nutrients. 2019 Feb 9;11\(2\):358.](#)
- [\(PMID:27006237\) Food Chem. 2016 Aug 15;205:248-56.](#)
- [\(PMID:31885478\) Saudi Pharm J. 2019 Dec;27\(8\):1182-1195.](#)
- [\(PMID:33034707\) Eur J Nutr. 2021 Jun;60\(4\):2111-2120.](#)