

項目	内容
名称	ゴボウ [英]Burdock [学名]Arctium lappa L., Lappa major Gaertn.
概要	ゴボウはキク科の多年生草本で、草丈1 m程度に生長する。野菜として食用されるほか、浸出液を茶として飲むことがある。
法規・制度	■食薬区分 <ul style="list-style-type: none">・ゴボウ根、葉：「医薬品の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。・ゴボウシ果実：「専ら医薬品として使用される成分本質 (原材料)」に該当する。 ■食品添加物 <ul style="list-style-type: none">・天然香料基原物質リスト ゴボウが記載されている。
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none">・食物繊維 (イヌリン、セルロース、ヘミセルロースなど) (76)、フェノール類 (タンニン、コーヒー酸、クロロゲン酸など) (76)、リグナン (102) (PMID:28539725)、チオフェン誘導体 (102)、セスキテルペン、ポリアセチレン類 (PMID:28539725) を含む。
分析法	<ul style="list-style-type: none">・ゴボウ根に含まれるカフェオイルキナ酸誘導体をHPLCで分析した報告がある (PMID:29462864)。・ゴボウ根に含まれるフラクトオリゴ糖をHPLC-ELSDおよびLC-MS/MSで分析した報告がある (PMID:23962565)。・ゴボウ根に含まれるフラクトオリゴ糖をHPLC-ELSDで分析した報告がある (PMID:23745967)。・ゴボウ根より単離したイヌリン型フルクタンをNMRで分析した報告がある (PMID:14599596)。・ゴボウ根に含まれるクロロゲン酸をHPLCで分析した報告がある (103)。

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	RCT：国内 【機能性表示食品】便秘傾向の成人24名（平均44.1±6.3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、ゴボウ茶1 L（乾燥ゴボウ根2 gの熱水抽出液、イヌリン100 mg+クロロゲン酸1 mg含有）/日を2週間摂取させたところ、排便回数、排便日数、排便量に影響は認められなかった（2018228624）。
ヒトでの評価	
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。
免疫・がん・炎症	調べた文献の中に見当たらない。
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
(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)
(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)
(101) 学名でひく食薬区分リスト 薬事日報社 佐竹元吉 監修
(102) 健康・機能性食品の基原植物事典 中央法規
(103) 日本食品科学工学会誌. 2001;48(11):857-62.
(76) 日本食品大事典 医歯薬出版株式会社
(2018228624) 診療と新薬. 2017;54(10):986-93.
[\(PMID:29462864\) Molecules. 2018 Feb 15;23\(2\):429.](#)
[\(PMID:23962565\) J Chromatogr A. 2013 Sep 20;1308:52-7.](#)
[\(PMID:23745967\) J Agric Food Chem. 2013 Jun 19;61\(24\):5888-92.](#)
[\(PMID:14599596\) Int J Biol Macromol. 2003 Nov;33\(1-3\):135-40.](#)
[\(PMID:28539725\) Pharmacogn Mag. 2017 Apr-Jun;13\(50\):300-308.](#)
[\(PMID:12786879\) Int J Dermatol. 2003 Jun;42\(6\):472-3.](#)
(2021091305) 日本透析医学会雑誌. 2020;53(S1):387.