

項目	内容
名称	ニガウリ、ツルレイシ、ゴーヤ [英]Bitter Melon、Cerasee、African Cucumber、Ampalaya [学名]Momordica charantia L.
概要	<p>ニガウリは高さ2 mほどに生長する南アジア原産の一年生のつる性植物。日本では沖縄を中心に一般的な食材として利用されている。</p>  <p>写真提供：広島大・医歯薬・生薬学研究室</p>
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ニガウリ (ツルレイシ/Momordica charantia) 果実、根、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。</li> </ul>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビシン (vicine)、モモルディシン (momordicin)、カランチン (charantin)、アルカロイド、ビタミンC、ビタミンA、フラボノイド類、モモルカリン (momorcharin)、モモルディン (momordin)、ククルピタシン、cucurbutanoid</li> </ul>

等を含む (33) (76) ([PMID:18069905](#))。

・ニガウリ種子および外皮にレクチンを含む ([PMID:12625217](#))。

分析法

・ニガウリ果実に含まれるククルビタン型トリテルペノイドをHPLC-ELSD法にて分析した報告がある ([PMID:18366872](#))。

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	<b>メタ分析</b> ・2009年11月までを対象に、7つのデータベースで検索できた無作為化比較試験3報について検討したメタ分析において、ニガウリの投与は2型糖尿病に対して効果が認められなかった ( <a href="#">PMID:20166099</a> )。 <b>RCT</b> ・2型糖尿病患者40名 (試験群20名、平均58.70±9.81歳、フィリピン) 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、ニガウリ果実および種子由来製品3g/日を3ヶ月間摂取させたところ、HbA1c、空腹時血糖、血中脂質 (TC)、BMIに影響は認められなかった ( <a href="#">PMID:17493509</a> )。
	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。

有効性	<p>(注：下記の内容は、文献検索した有効性情報を抜粋したものであり、その内容を新たに評価したり保証したりしたものではありません。)</p> <p>・調べた文献の中に十分な情報が見当たらない。</p>
参考文献	<p>(30) 「医薬品の範囲に関する基準」(別添1、別添2、一部改正について)</p> <p>(33) 世界薬用植物百科事典 誠文堂新光社 A.シェヴァリエ</p> <p>(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</p> <p>(74) Herbs &amp; Natural Supplements : An Evidence-based Guide 3rd.ed</p> <p>(76) 日本食品大事典 医歯薬出版株式会社</p> <p><a href="#">(PMID:17493509) J Clin Epidemiol. 2007 Jun;60(6):554-9.</a></p> <p><a href="#">(PMID:20373086) Indian J Gastroenterol. 2010 Jan;29(1):37-8.</a></p> <p><a href="#">(PMID:20103967) Ann Saudi Med. 2010 Jan-Feb;30(1):86-7.</a></p> <p><a href="#">(PMID:20166099) Cochrane Database Syst Rev. 2010 Feb 17;(2):CD007845.</a></p> <p><a href="#">(PMID:18069905) Altern Med Rev. 2007 Dec;12(4):360-3.</a></p> <p><a href="#">(PMID:6734206) Contraception. 1984 Jan;29(1):91-100.</a></p> <p><a href="#">(PMID:12625217) Am J Health Syst Pharm. 2003 Feb 15;60(4):356-9.</a></p> <p><a href="#">(PMID:18366872) J Chromatogr Sci. 2008 Feb;46(2):133-6.</a></p> <p><a href="#">(PMID:7853870) J Ethnopharmacol. 1994 Oct;44(2):93-7.</a></p> <p><a href="#">(PMID:29168799) Molecules. 2017 Nov 23;22(12).2049.</a></p>