

項目	内容
名称	ナトリウム [英]Sodium (Na) [学名]
概要	ナトリウムは細胞外液の主要な陽イオンで、体液の浸透圧維持に不可欠な必須ミネラルである。ナトリウムイオンとして、生体内では神経伝達や筋収縮などに関与している。ナトリウムの調節機構は複雑で、巧みに制御されているため、腎機能が正常な限り欠乏症を起こすことはないが、極度の多汗や嘔吐、下痢により不足することがある。
法規・制度	■ 食薬区分 「専ら医薬品として使用される成分本質 (原材料) 」にも「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) 」にも該当しない。
成分の特性・品質	
主な成分・性質	・ 元素記号Na、原子番号11、原子量22.989770。周期表の1 (1A) に属するアルカリ金属の一種。動物では体液の浸透圧の維持に不可欠であるが、細胞内には少なくカリウムの1/10程度である。
分析法	・ 原子吸光光度法 (波長 : 589.0 nm) により分析されている (101) (102) 。 ・ 最近では誘導結合プラズマ発光分析法 (ICP法) も使用されている (PMID:15161212) (PMID:15098084) 。
	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。
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。
ヒトでの評価	
参考文献	<p>(28) 最新栄養学 第9版 (建帛社) 木村修一ら 翻訳監修 (3) 日本人の食事摂取基準 (2020年版) 文部科学省 (101) 日本食品成分表 2015年版 (七訂) 分析マニュアル・解説 建帛社 (102) 食品衛生検査指針 理化学編 2005 厚生労働省監修 日本食品衛生協会 (PMID:15161212) J Agric Food Chem. 52(11):3441-5, 2004. (PMID:15098084) Anal Bioanal Chem. 379(3):512-8, 2004. (PMID:23735849) J Emerg Med. 2013 Aug;45(2):228-31. (PMID:26343780) Br J Nutr. 2015 Nov 14;114(9):1419-26. (2017053990) 日救急医学会誌. 2016;27(8):251-5. (2019124397) 鳥取赤十字病院医学雑誌. 2018;27:24-26.</p>