

| 項目 | 内容 |
|-----------------|--|
| 名称 | エルゴチオネイン [英]Ergothioneine [学名](2S)-3-(2-sulfanylidene-1,3-dihydroimidazol-4-yl)-2-(trimethylazaniumyl)propanoate |
| 概要 | エルゴチオネインは、菌類などの微生物によって生成されるヒスチジンの誘導体。きのこ類、豆類、穀類などに含まれる。エルゴチオネインを含むタモギタケの情報は別項を参照。 |
| 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 | ・ C ₉ H ₁₅ N ₃ O ₂ S 分子量229.30。 |
| 分析法 | ・ きのこに含まれるエルゴチオネインをLC-MSで分析した報告がある (PMID:33805096)。 ・ タモギタケ中のエルゴチオネインをHPLCにより分析した報告がある (101)。 |
| 有効性 | |
| ヒ 循環器・ ト 呼吸器 | 調べた文献の中に見当たらない。 |

| | | |
|------|----------|--|
| での評価 | 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 | RCT：国内 ・軽度認知機能障害を含む健康な成人48名（20～80歳、試験群25名、日本）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、タモギタケ由来エルゴチオネイン2.5 mg×2回/日を12週間摂取させたところ、認知機能評価（Cognitrax）のいずれの項目（総合記憶力、言語記憶力、視覚記憶力、認知機能速度、反応時間、総合注意力、認知柔軟性、処理速度、実行機能、ワーキングメモリ、持続的注意力、単純注意力、運動速度）にも影響は認められなかった（2021042614）。 |
| | 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 | (2021042614) 薬理と治療. 2020;48(4):685-97. (101) Mycoscienc. 2021;62(1):71-80. (PMID:32408082) Curr Opin Struct Biol. 2020 Dec;65:1-8. (PMID:33805096) Molecules. 2021 Mar 24;26(7):1832. |