

項目	内容
名称	セイヨウクロタネソウ、ブラッククミン [英]Black seed、 Black cumin [学名]Nigella sativa L.
概要	セイヨウクロタネソウは、西アジア原産のキンポウゲ科の植物。高さ30 cm程度に生長する。種子とオイルが利用される。同じくブラッククミンと呼ばれるニゲラ (Nigella damascena/クロタネソウ、日本では全草が「専ら医薬品として使用される成分本質 (原材料) 」に該当) とは別種である。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <p>「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。</p>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	・チモキノン、テルペン類、アネトール、アルカロイド類などを含む (33) (PMID: 10925395)。
分析法	・精油中の成分をGC-MSにて分析した報告がある (PMID: 10925395) 。
有効性	
ヒ 循環器・ ト 呼吸器 で の	<p>メタ分析</p> <p>・2019年10月までを対象に、5つのデータベースで検索できた無作為化比較試験50報について検討したメタ分析において、健康な人におけるセイヨウクロタネソウの摂取は、血中脂質 (HDL-C (7報) の上昇、血中脂質 (TC (9報) 、TG (8報) 、LDL-C (8報)) 、空腹時血糖 (6報) の低下との関連が認められたが、TC、TG、LDL-C、</p>

空腹時血糖では試験によるばらつきが大きかった ([PMID:32394508](#))。
 ・2015年8月までを対象に5つのデータベースで検索できた無作為化比較試験11報について検討したメタ分析において、セイヨウクロタネソウの摂取は、収縮期血圧(11報) および拡張期血圧(10報)の低下と関連が認められたが、試験によるばらつきが大きかった ([PMID:27512971](#))。
 ・2015年8月までを対象に4つのデータベースで検索できた無作為化比較試験17報について検討したメタ分析において、セイヨウクロタネソウオイルまたは粉末の摂取は、血中脂質(TC(13報)、LDL-C(14報)、TG(14報))の低下と関連が認められた。一方、HDL-C(16報)との関連は認められなかった ([PMID:26875640](#))。

RCT

・収縮期血圧110~140 mmHg、拡張期血圧60~90 mmHgの健康な成人70名(試験群35名、平均47.3±8.6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、セイヨウクロタネソウ種子油2.5 mL×2回/日を8週間摂取させたところ、収縮期血圧、拡張期血圧の低下が認められた ([PMID:23436437](#))。
 ・コントロール不良の喘息患者80名(試験群40名、平均39±13歳、サウジアラビア)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、セイヨウクロタネソウオイル500 mg×2回/日を4週間摂取させたところ、自己評価による喘息コントロールスコアの改善が認められた。一方、肺機能(1秒率、最大呼気流量、最大中間呼気流量)に影響は認められなかった ([PMID:28093815](#))。
 ・高血圧の高齢者76名(試験群38名、平均72±5.9歳、インドネシア)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、セイヨウクロタネソウ種子抽出物300 mg×2回/日を28日間摂取させたところ、拡張期および収縮期血圧に影響は認められなかった ([PMID:29348380](#))。

消化系・肝臓 調べた文献の中に見当たらない。

メタ分析
 ・2017年2月までを対象に3つのデータベースで検索できた介入研究7報について検討したメタ分析において、2型糖尿病患者におけるセイヨウクロタネソウ種子またはオイルの摂取は、糖代謝マーカー(空腹時血糖(5報)、HbA1c(5報))、血中脂質(TC(4報)、LDL-C(5報))の低下と関連が認められたが、HbA1c、LDL-Cについては試験によるばらつきが大きかった。一方、TG、HDL-C(各5報)との関連は認められなかった ([PMID:29154069](#))。

RCT
 ・不妊男性68名(試験群34名、平均31.5±1.1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、セイヨウクロタネソウ種子油2.5 mL×2回/日を2ヶ月間摂取させたところ、精子数、運動性、正常形態率、精液量等の増加が認められた ([PMID:24680621](#))。

脳・神経・感覚器 調べた文献の中に見当たらない。

メタ分析
 ・2019年9月までを対象に5つのデータベースで検索できた無作為化プラセボ対照試験2報について検討したメタ分析において、喘息患者におけるセイヨウクロタネソウの摂取は、喘息評価指標(ACT(2報))のスコア上昇と関連が認められた ([PMID:31892440](#))。

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。

メタ分析
 ・2018年1月までを対象に4つのデータベースで検索できた無作為化プラセボ対照

試験13報 (検索条件: 年齢 \geq 18歳) について検討したメタ分析において、セイヨウクロタネソウのサプリメント摂取は、体重 (9報)、BMI (10報) の低下と関連が認められたが、試験によるばらつきが大きかった。一方、ウエスト径 (5報) との関連は認められなかった ([PMID:29857879](#))。

RCT

・肥満女性84名 (試験群43名、平均41.5 \pm 11.7歳、イラン) を対象とした二重盲検無作為化比較試験において、低エネルギー食とともに、セイヨウクロタネソウオイル1 g \times 3回/日を8週間摂取させたところ、ヒマワリ油の摂取と比較して、体重、ウエスト径、ウエスト/ヒップ比、血中脂質 (TG、VLDL) の低下が認められた。一方、TC、LDL-C、HDL-C、ヒップ径、血圧に影響は認められなかった ([PMID:26029855](#))。

その他

調べた文献の中に見当たらない。

参考文献

- (20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・バウン
(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)
(33) 世界薬用植物百科事典 誠文堂新光社 A.シェヴァリエ
(34) 有用植物和・英・学名便覧 北海道大学図書刊行会 由田宏一
(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)
([PMID:10925395](#)) *Phytother Res.* 2000 Aug;14(5):323-8.
([PMID:9197967](#)) *Phytother Res.* 2000 Aug;14(5):323-8.
([PMID:12000337](#)) *Contact Dermatitis.* 2002 Mar;46(3):188.
([PMID:25985573](#)) *Pharmazie.* 2014 Nov;69(11):799-803.
([PMID:23464648](#)) *J Integr Med.* 2013 Jan;11(1):64-6.
([PMID:25099385](#)) *Drug Res (Stuttg).* 2015 Jul;65(7):366-72.
([PMID:23436437](#)) *Phytother Res.* 2013 Dec;27(12):1849-53.
([PMID:24680621](#)) *Phytomedicine.* 2014 May 15;21(6):901-5.
([PMID:26875640](#)) *Pharmacol Res.* 2016 Apr;106:37-50.
([PMID:26029855](#)) *Food Funct.* 2015 Jun;6(6):2041-8.
([PMID:28093815](#)) *Phytother Res.* 2017 Mar;31(3):403-409.
([PMID:27512971](#)) *J Hypertens.* 2016 Nov;34(11):2127-35.
([PMID:29154069](#)) *Complement Ther Med.* 2017 Dec;35:6-13.
([PMID:29857879](#)) *Complement Ther Med* 2018 38 48-57.
([PMID:29348380](#)) *Acta Med Indones.* 2017 Oct;49(4):307-313.
([PMID:32394508](#)) *Phytother Res.* 2020 Oct;34(10):2586-2608.
([PMID:31892440](#)) *Am J Emerg Med.* 2020 Mar;38(3):589-593.
([PMID:32407268](#)) *Curr Drug Metab.* 2020;21(4):318-325.