

項目	内容
名称	セイヨウグルミ、ペルシャグルミ、カシグルミ [英]English Walnut、Common Walnut、Persian Walnut [学名]Juglans regia L
概要	セイヨウグルミは、中東原産のクルミ科の落葉高木である。種子(仁)を、そのまま食したり、菓子やパンの具材、食用油などとして利用されている。
法規・制度	■食薬区分 ・果実、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。
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none">・外皮は、ジュグロン、プルンバギン、ナフタレン誘導体、ポリフェノール、ジアリールヘプタノイド、レギオロンなどを含む(101)。・葉は、ジュグロン、プルンバギン、ナフタレン誘導体、ポリフェノール、レギオロン、オイゲノール、テルペン類、エラグ酸などを含む(101)。
分析法	<ul style="list-style-type: none">・果実、外皮、葉に含まれる、フェノール類、フラボノイドをUPLC-MSで分析した報告がある (PMID:24616634)。・外皮に含まれる、ジアリールヘプタノイド、レギオロンなどをHPLC-DADで分析した報告がある (PMID:18343385)。・葉に含まれる、フラボノイド、テルペン類、ステロールなどをNMRで同定した報告がある (PMID:24467376)。・葉に含まれる、オイゲノール、フェノール類、テルペン類などをGC-MSで分析した報告がある (PMID:24354208)。・葉に含まれる、エラグ酸、フラボノイド、ジュグロンをHPLCで同定した報告がある (PMID:24251848)。・葉に含まれる、テルペン類をcapillary GC-FIDおよびGC-MSで分析した報告がある (PMID:22951389)。・葉に含まれる、フェノール類をHPLC-DADで同定した報告がある (PMID:17637491)。

有効性

循環器・呼吸器	メタ分析 ・2017年1月までを対象に4つのデータベースで検索できた介入研究4報について検討したメタ分析において、クルミの摂取は、血管内皮機能 (FMD) の増加との関連が認められた (PMID:29478408)。
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	RCT ・2型糖尿病患者61名 (試験群32名、平均54.8±1.13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、セイヨウグルミ葉抽出物100 mg×2回/日を3ヶ月間摂取させたところ、糖代謝マーカー (空腹時血糖)、血中脂質 (TG) の低下が認められたが、その他の血中脂質や肝機能、腎機能の指標に影響は認められなかった (PMID:24462785)。 ・2型糖尿病患者58名 (試験群30名、平均58.1±4.2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、セイヨウグルミ葉抽出物200 mg×2回/日を2ヶ月間摂取させたところ、糖代謝マーカー (空腹時血糖、HbA1c、インスリン)、肝機能の指標に影響は認められなかった (PMID:24447826)。
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 ・健康な男女64名 (18~25歳、アメリカ) 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、セイヨウグルミ20 g入りバナナブレッドを3切/日、8週間摂取させたところ、非言語的推論検査 (ワトソン-グレーザー批判的思考テスト) の5項目中1項目で向上が認められたが、言語的推論検査 (レーヴン漸進的マトリックス)、記憶検査 (ウェクスラー記憶検査) (PMID:21923981)、心理状態の総合的な指標であるPOMS (Profiles of Mood States) (PMID:27792133) の結果に影響は認められなかった。
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

- (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
- (29) 牧野和漢薬草大図鑑 北隆館
- (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)
- (58) The Complete German Commission E Monographs
- (91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)
- (101) PDR for Herbal Medicines Fourth Edition, Thomson
- [\(PMID:24616634\) ScientificWorldJournal. 2014; 2014:501392.](#)
- [\(PMID:18343385\) J Chromatogr A. 2008; 1190\(1-2\):80-5.](#)
- [\(PMID:24467376\) Cell Prolif. 2014; 47\(2\):172-9.](#)
- [\(PMID:24354208\) Nat Prod Commun. 2013; 8\(10\):1481-6.](#)
- [\(PMID:24251848\) Pharm Biol. 2014; 52\(5\):575-80.](#)
- [\(PMID:22951389\) Phytomedicine. 2012; 19\(13\):1185-90.](#)
- [\(PMID:17637491\) Food Chem Toxicol. 2007; 45\(11\):2287-95.](#)
- [\(PMID:21923981\) Br J Nutr. 2012; 107\(9\):1393-401.](#)
- [\(PMID:24462785\) J Ethnopharmacol. 2014; 152\(3\):451-6.](#)
- [\(PMID:24447826\) Daru. 2014; 22\(1\):19.](#)
- [\(PMID:2216381\) Oral Surg Oral Med Oral Pathol. 1990; 70\(4\):445-9.](#)
- [\(PMID:3467289\) Oral Surg Oral Med Oral Pathol. 1986; 62\(6\):646-9.](#)
- [\(PMID:16050803\) J Environ Pathol Toxicol Oncol. 2005; 24\(3\):193-200.](#)
- (2011213902) 皮膚病診療. 2011;33(5):529-3.
- (2009074404) 皮膚病診療. 2009;31(1):65-8.
- (2009063359) J Environ Dermatol Cutan Allergol. 2008;2(4):340.
- (2011295728) J Environ Dermatol Cutan Allergol. 2011;5(3):299.
- (2009287779) J Environ Dermatol Cutan Allergol. 2009;3(3):170-2.
- (2013270980) 皮膚の科学. 2012;11(6):554-5.
- (2016138569) 小児科臨床. 2016;69(2):243-7.
- [\(PMID:27792133\)Nutrients. 2016 Oct 25;8\(11\):668.](#)
- (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
- (103) 健康・機能性食品の基原植物事典 中央法規
- [\(102\) アレルギー物質を含む食品に関する表示について\(平成25年9月20日付け消費表第257号\) 別添1](#)
- (E 2016123105) 日本小児アレルギー学会誌. 2015;29(5):742.
- [\(PMID:29478408\) Vasa. 2018 Apr;47\(3\):203-207.](#)