

項目	内容
名称	オオバコ [英]Asiatic Plantain [学名]Plantago asiatica L.
概要	<p>オオバコは、オオバコ科オオバコ属の植物のひとつである。日本やサハリン、中国、東シベリア、マレーシアなどに分布し、葉菜のひとつとして食されてきた。日本薬局方では、オオバコの全草が生薬の車前草(シャゼンソウ)、種子が車前子(シャゼンシ)とされ、去痰薬として使用されているが、食品のオオバコと混同しないよう、注意が必要である。</p>
法規・制度	<ul style="list-style-type: none"> ■ 食薬区分 <ul style="list-style-type: none"> ・全草：「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。 ■ 日本薬局方 <ul style="list-style-type: none"> ・シャゼンシ、シャゼンソウが記載されている。
成分の特性・品質	

主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> ・全草には、アウクビン (aucubin) 、プランタギニン (plantaginin) 、プランタギン (plantagin) 、ホモプランタギニン (homoplantagin) 、ウルソール酸、β-シトステロール、ステイグマステロール、アスコルビン酸、クエン酸を含む (29) 。 ・種子には、アウクビン、プランテノール酸、プランタサン、アデニン、コリン、コハク酸などを含む (29) 。
分析法	<ul style="list-style-type: none"> ・オオバコ属中のイリドイド配糖体をミセル動電クロマトグラフィーにより定量分析した報告がある (PMID:15018047) 。 ・種子の多糖類をLC-MSで分析した報告がある (PMID:27608001) 。
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	<p>RCT</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肥満 (BMI 25~33) で脂質異常症の成人40名 (韓国) 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、高脂肪食とともにオオバコ葉抽出物5 g (10名、平均45.30±2.94歳)、10 g (10名、平均38.50±1.93歳)、20 g (10名、平均43.60±3.77歳) 含有飲料80 mLを単回摂取させたところ、オオバコ葉抽出物20 g 群において摂取後120分の酸化関連マーカー (酸化LDL) の低下、すべての試験群において摂取後360分のリンパ球DNA損傷の減少が認められた。一方、血中脂質 (TG、遊離脂肪酸)、酸化関連マーカー (MDA) に影響は認められなかった (PMID:24034569) 。
その他	調べた文献の中に見当たらない。
参考文献	<p>(7) 中薬大辞典 小学館</p> <p>(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 第2版 東京堂出版 林真一郎ら 監訳</p> <p>(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS). (PMID:15018047) <i>Z Naturforsch C J Biosci.</i> 2004 Jan-Feb;59(1-2):27-31.</p> <p>(29) 牧野和漢薬草大図鑑 北隆館</p> <p>(101) 第十八改正日本薬局方解説書 廣川書店</p> <p>(102) 学名でひく食薬区分リスト 薬事日報社 佐竹元吉 監修 (PMID:24034569) <i>Nutr Res.</i> 2013 Sep;33(9):704-10. (PMID:27608001) <i>Molecules.</i> 2016 Sep 6;21(9):1181.</p>