

項目	内容
名称	シャタバリ [英]Shatavari [学名]Asparagus Racemosus
概要	シャタバリは、クサスギカズラ (アスパラガス) 属の植物で、根茎をもつ多年草である。インドの伝統医学 (アーユルヴェーダ) で利用されてきたハーブのひとつである。主に根茎を利用する。
法規・制度	<p>■ 食薬区分</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地下部：「医薬品の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。</li> </ul>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ステロイドサポニン、フラボン、イソフラボン、ケルセチン、ルチン、ケンフェロール、オリゴサッカリド、アルカロイド類などを含む (<a href="#">PMID:17240097</a>) (<a href="#">PMID:19652422</a>) (<a href="#">PMID:17936315</a>) (<a href="#">PMID:22228964</a>)。</li> </ul>
分析法	-
有効性	
ヒトでの評価	<p>循環器・呼吸器</p> <p>調べた文献の中に見当たらない。</p> <hr/> <p>消化系・肝臓</p> <p><b>RCT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康な成人男性8名 (平均40±18.6歳、マレーシア) を対象としたクロスオーバー</li> </ul>

無作為化比較試験において、根粉末2 gを摂取させたところ、胃内容物排泄時間が短縮した ([PMID:2097375](#))。

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 **RCT**  
・母乳分泌の少ない授乳婦64名 (試験群23名、平均24.1±3.9歳、インド) 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、根抽出物15 g/100 g含有のハーブ混合物をティースプーン2杯×2回/日、4週間摂取させたところ、血清プロラクチン濃度、乳児の体重増加量、母乳量に影響は認められなかった ([PMID:8979551](#))。

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。

参考文献

- (91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)  
(79) The Essential Guide to Herbal Safety Elsevier (2005)  
[\(PMID:2097375\) J Postgra Med 1990 36\(2\) 91-4.](#)  
[\(PMID:14515032\) Indian J Med Sci. 2003 Sep;57\(9\):408-14.](#)  
[\(PMID:17210753\) J Endocrinol. 2007 Jan;192\(1\):159-68.](#)  
[\(PMID:8979551\) Indian Pediatr. 1996 Aug;33\(8\):675-7.](#)  
(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)  
[\(PMID:17240097\) J Ethnopharmacol. 2007 Mar 1;110\(1\):1-15.](#)  
[\(PMID:19652422\) Chem Pharm Bull \(Tokyo\). 2009 Aug;57\(8\):890-3.](#)  
[\(PMID:17936315\) Phytochemistry. 2008 Feb;69\(3\):796-804.](#)  
[\(PMID:22228964\) Pharmacogn Rev. 2010 Jul;4\(8\):215-20.](#)  
[\(PMID:16872047\) Indian J Exp Biol. 2006 Jul;44\(7\):570-3.](#)  
(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