

項目	内容
名称	ヤマブシタケ [英] [学名]Hericium erinaceus (Bul.:Fr.) Pers.
概要	<p>ヤマブシタケは、サンゴハリタケ科のキノコで、白色の柔らかい針状の塊をしており下向きに垂れ下がる。その形が山伏の衣装についた飾りに似ていることから、この名が付けられた。中国でも日本でも食用として用いられる。</p>
法規・制度	<p>■ <b>食薬区分</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子実体：「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。</li> </ul> <p>■ <b>食品添加物</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天然香料基原物質リスト ヤマブシタケが記載されている。</li> </ul>
成分の特性・品質	
主な成分・性質	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヘリセノン (hericenone) C-Hを含む。</li> <li>・傘を分化させず、全体は倒卵形～球形、径5～10 cm余、上面を除く全面から長さ1～5 cmの無数の針をたらす。広葉樹の立ち木や枯れ木に生え、白色ぐさを起こす。食用になる。別名ハリセンボン、上戸茸、シシガシラなど。世界的に分布。</li> </ul>
分析法	-
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	<p><b>RCT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>改訂HDS-R (20/30点以下で認知症の疑い、得点による重症度分類は行わないスクリーニング用スケール) と描画テストの組み合わせによる評価の合計点が22~25点であった健康な成人29名 (50~80歳、試験群14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、ヤマブシタケ子実体乾燥粉末を約3 g/日、16週間摂取させたところ、知能評価スコアが上昇したとの予備的な報告がある (<a href="#">PMID:18844328</a>)。</li> <li>成人31名 (試験群16名、平均61.8±1.7歳、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、ヤマブシタケ子実体粉末3.2 g/日を12週間摂取させたところ、認知機能指標 (MMSE) の総スコアの上昇が認められた。一方、ベントン視覚記憶検査、標準言語性対連合学習検査に影響は認められなかった (<a href="#">PMID:31413233</a>)。</li> </ul>
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	<p>(30) 「医薬品の範囲に関する基準」(別添1、別添2、一部改正について) (<a href="#">PMID:14714963</a>) <i>Intern Med.</i> 2003;42:1219-22. (<a href="#">PMID:10344494</a>) <i>Contact Dermatitis.</i> 1999;40:289-90. (<a href="#">PMID:18844328</a>) <i>Phytother Res.</i> 2009 Mar;23(3):367-72.</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 (<a href="#">PMID:31413233</a>) <i>Biomed Res.</i> 2019;40(4):125-131.</p>