

項目	内容
名称	クレソン、オランダガラシ、ウォータークレス [英]Watercress、Indian Cress、Cresson [学名]Nasturtium officinale R. Br.
概要	クレソンは、ヨーロッパ原産のアブラナ科の多年草で、高さ10～90 cm程度に生長する。主に地上部を食用（サラダや香辛料）として用いる。
法規・制度	<p>■ <b>食薬区分</b> 「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> <p>■ <b>食品添加物</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 既存添加物 香辛料抽出物（スパイス抽出物/香辛料/スパイス）：苦味料等</li> <li>・ 天然香料基原物質リスト ウォータークレス（オランダガラシ）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>・からし油 (<a href="#">PMID:1305471</a>) (102)、グルコシノレート、フラボノイド類 (101)、グルコナストルチイン (gluconasturtiin) (<a href="#">PMID:11353744</a>)、ビタミンC (101)、ビタミンK (<a href="#">PMID:10858697</a>) を含む。クレソンに特有のフェニルイソチオシアネート (phenethyl isothiocyanate) は、グルコシノレートがミロシナーゼの作用を受けて生成する (<a href="#">PMID:6337782</a>)。</li> </ul>	
分析法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・葉、茎、花の精油中の成分をGC/MS法にて分析した報告がある (<a href="#">PMID:21815727</a>)。</li> </ul>	
有効性		
ヒトでの評価	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	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

- (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)  
(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  
(35) 新分類 牧野日本植物図鑑 北隆館  
(80) 植物レファレンス事典 日外アソシエーツ  
(91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS)  
(101) PDR for Herbal Medicines Fourth Edition, Thomson.  
(110) 天然香料基原物質リスト (公) 日本食品化学研究振興財団  
[\(PMID:9728894\) Clin Pharmacol Ther. 1998 Aug;64\(2\):144-9.](#)  
[\(PMID:21815727\) Nat Prod Res. 2012;26\(2\):109-15.](#)  
[\(PMID:8988067\) Clin Pharmacol Ther. 1996 Dec;60\(6\):651-60.](#)  
[\(PMID:11353744\) Drug Metab Dispos. 2001 Jun;29\(6\):786-8.](#)  
[\(PMID:12427108\) Pharmacol Toxicol. 2002 Sep;91\(3\):103-5.](#)  
[\(PMID:10548320\) Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 1999 Oct;8\(10\):907-13.](#)  
[\(PMID:20442190\) Toxicol Sci. 2010 Aug;116\(2\):422-32.](#)  
[\(PMID:1305471\) Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 1992 Jul-Aug;1\(5\):383-8.](#)  
(102) Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals. 1994  
[\(PMID:10858697\) Br J Nutr. 2000 Apr;83\(4\):389-99.](#)