

項目	内容
名称	ガルシニアインディカ、コクム [英]Garcinia indica、Kokum [学名]Garcinia indica
概要	ガルシニアインディカはインドに自生するフクギ科の常緑樹。コクムとも呼ばれ、種子脂が化粧品に、果実がスパイスとしてカレーなどに用いられる他、インドなどでは伝統的にアーユルヴェーダに使用される。
法規・制度	<b>■ 食薬区分</b> ・ガルシニアインディカ (インドマンゴスチン/コバノマンゴスチン/Kokum) 果皮：「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	・ガルシノールを含む ( <a href="#">PMID:34959738</a> )。
分析法	-
有効性	
ヒトの 循環器・ 呼吸器 で の	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。

評価	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	<p><b>RCT：国内</b></p> <p>・二日酔いになりやすい男性34名 (平均45.0±6.9歳、日本) 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、アルコールを摂取した翌朝にガルシノール含有ガルシニアンディカ抽出物を低用量 (18.0 mg) または高用量 (36.8 mg) 摂取させたところ、自己評価による二日酔い症状のうち、二日酔い (試験食品摂取4時間後)、吐き気 (3時間後) の改善が認められた。また、低用量群でのみ、口渇感 (3時間後、4時間後)、頭痛 (2時間後、3時間後)、めまい (3時間後、4時間後)、腹痛 (4時間後) の改善が認められた (V 706240013)。</p>
参考文献		<p>(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 (91) Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS). (E 706240013) 薬理と治療. 2021;49(6):965-76. <a href="#">(PMID:34959738) Pharmaceuticals (Basel). 2021 Dec; 14(12): 1338.</a></p>