

田七人参

【Rating】効果☆☆ 安全性〇〇

- ・中国医学で珍重されてきたウコギ科の薬草。
- ・抗酸化作用や抗炎症作用、抗ガン作用などが認められる。
- ・心臓病の改善や肝臓の保護作用などが期待される。

【背景】

田七人参は、高麗人参(朝鮮人参)と同じくウコギ科ニンジン属のハーブである。中国の雲南省や広西省などで栽培されている。中国医学では古くから珍重されてきた漢方薬の成分であり、サポニン配糖体をはじめとするたくさんの有効成分が含まれている。

【期待される効能】

高血圧や心臓病に対する改善作用。肝臓保護作用。

【作用メカニズム】

田七人参の代表的な有効成分として、サポニン配糖体に分類されるジンセノサイドがある。ジンセノサイドの含有量は、高麗人参よりも多いとされる。田七人参の効能は、これらのジンセノサイドに加えてビタミンやミネラル、アミノ酸などが複合的に作用することで得られる。

具体的には、心臓の栄養血管である冠状動脈の拡張作用や血管抵抗の低下作用が示されており、心臓病や高血圧症に対する効果が期待される。また、不整脈に対する効果もあるとされる。

抗炎症作用として、実験モデル動物を用いた研究において、田七人参がホスフォリパーゼA2活性の阻害を介して抗炎症効果を発揮することが示唆されている。

さらに、動物実験では、認知機能の改善など脳の高次機能に対する効果も報告された。

【科学的根拠】

田七人参の効果に関して、中国の研究機関からたくさんの研究が報告されてきた。具体的には、血栓症や不整脈への効果、赤血球変形能の改善作用、心筋の虚血と再還流に伴って生じる酸化的ストレスの低減作用などがある。

田七人参のもつ循環改善作用に関して、網膜の循環障害をもつ患者を対象にした臨床試験が報告されている。73 人の患者を対象に、田七人参を投与したところ、網膜の

出血や浮腫といった循環障害に伴う所見が改善したという。

また、58 人の糖尿病性腎障害の患者を対象にして、田七人参の効果を調べた臨床試験では、腎臓における微小循環改善効果、血管粘度の低下(改善)効果、尿中に排泄されるアルブミン量の低下(改善)効果が示された。

田七人参の肝臓保護作用に関する報告もある。肝臓の 70%を切除したあとに田七人参を投与することで、肝臓細胞の再生促進作用や保護作用、肝循環改善作用などを認めた。

その他、抗ガン作用、抗真菌作用、抗酸化作用、抗糖尿病作用、精子の運動能改善作用などが報告されている。

【摂取方法】

短期間では効果が期待できないので、継続して利用する。

【注意事項】

田七人参の成分に対して、口渇感や動悸、発疹、悪心や嘔気、不眠などを認めることがある。これらの症状がみられたら使用を見合わせる。

一般的には、特に問題となる健康被害や副作用は知られていない。なお、何らかの医薬品を服用している場合は、主治医に相談の上、利用する。