

新型コロナウイルス感染予防によいと話題になっている食品・素材

まとめ (ver.20210107)

現時点で、新型コロナウイルスに対する効果を示した食品・素材の情報は見当たりません。

＜インフルエンザ、風邪や上気道感染症などの予防効果を検討した結果の分類＞

報告レベル A：現時点では報告はない、B：効果が確認されなかった報告がある、C：効果があったとする報告がある

	食品・素材名	更新日	インフルエンザ			風邪など		
			A	B	C	A	B	C
1	ビタミンD	2020/10/02		●	●		●	●
2	納豆	2020/04/15	●			●		
3	オリーブ葉エキス	2020/05/07	●				●	
4	マヌカハニー	2020/04/16	●			●		
5	水素水	2020/04/16	●			●		
6	プロバイオティクス (乳酸菌・ビフィズス菌など)	2020/12/08		●			●	●
7	ニンニク	2020/04/17		●		●		
8	ビタミンC	2020/04/20	●				●	●
9	タンポポ茶	2020/04/21	●			●		
10	プレバイオティクス (β-グルカン、オリゴ糖など)	2020/04/22	●				●	●
11	ケイ素 (シリカ)	2020/04/23	●			●		
12	ビタミンA	2020/04/24	●			●		
13	鉄	2020/04/27	●			●		
14	亜鉛	2020/04/28	●				●	●
15	セレン	2020/04/30	●			●		
16	エキナセア	2020/05/01	●				●	●
17	ラクトフェリン	2020/05/07	●					
18	エルダーベリー	2021/01/07	●				●	
19	みそ、大豆	2020/05/13	●			●		
20	ニコチアナミン (大豆などの成分)	2020/05/13	●			●		
21	緑茶 (浸出液)	2020/10/26	●					
22	カテキン (緑茶などの成分)	2020/10/26		●		●		
23	海藻 (昆布、もずく、めかぶ)	2020/05/25	●			●		
24	フコイダン(海藻などに含まれる成分)	2020/05/26	●			●		
25	重曹	2020/05/27	●			●		
26	CBD (カンナビジオール)	2020/09/01	●			●		
27	タイム	2020/06/04	●			●		
28	ユーカリ	2020/06/05	●			●		
29	ティートリー	2020/06/09	●			●		
30	ミドリムシ (ユーグレナ)	2020/06/11	●					
31	フランキンセンス (乳香)	2020/06/15	●			●		
32	ペパーミント	2020/06/18	●			●		

なお、この情報はPubMedを用いて検索した結果を示しています。

国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所

「健康食品」の安全性・有効性情報 <https://hfnet.nibiohn.go.jp/>