

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.2024/03/21)

現時点で、新型コロナウイルスに対する予防効果を示した食品・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：効果が確認された報告がある

食品・素材名	文献検索日	インフルエンザ			風邪など		
		A	B	C	A	B	C
1 ビタミン D	2023/01/06		●			●	●
2 納豆	2023/01/11	●			●		
3 オリーブ葉エキス	2023/01/11	●				●	
4 マヌカハニー	2023/01/11	●			●		
5 水素水	2023/01/11	●			●		
6 プロバイオティクス (乳酸菌・ビフィズス菌など)	2023/01/10	●				●	●
7 ニンニク	2023/01/11		●		●		
8 ビタミン C	2023/01/06	●				●	●
9 タンポポ茶	2023/01/11	●			●		
10 プレバイオティクス (β-グルカン、オリゴ糖など)	2023/01/10	●				●	
11 ケイ素 (シリカ)	2023/01/11	●			●		
12 ビタミン A	2023/01/06	●				●	
13 鉄	2023/01/10	●			●		
14 亜鉛	2023/01/10	●				●	●
15 セレン	2023/01/11	●			●		
16 エキナセア	2023/01/11	●				●	●
17 ラクトフェリン	2023/01/10	●					●
18 エルダーベリー	2023/01/11	●				●	
19 みそ、大豆	2023/01/11	●			●		
20 ニコチアナミン (大豆などの成分)	2023/01/11	●			●		

＜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：効果が確認された報告がある

食品・素材名	文献検索日	インフルエンザ			風邪など		
		A	B	C	A	B	C
21 緑茶（浸出液）	2023/01/11			●	●		
22 カテキン（緑茶などの成分）	2023/01/11		●		●		
23 海藻（昆布、もずく、めかぶ）	2023/01/11	●			●		
24 フコイダン（海藻などに含まれる成分）	2023/01/11	●			●		
25 重曹	2023/01/11	●			●		
26 CBD（カンナビジオール）	2023/01/011	●			●		
27 タイム	2023/01/11	●			●		
28 ユーカリ	2023/01/10	●			●		
29 ティートリー	2023/01/11	●			●		
30 ミドリムシ（ユーグレナ）	2023/01/11	●				●	
31 フランキンセンス（乳香）	2023/01/11	●			●		
32 ペパーミント	2023/01/11	●			●		
33 スイカズラ	2023/01/11	●			●		
34 月桃	2023/01/11	●			●		
35 パパイヤ葉	2023/01/11	●			●		
36 ネットル	2023/01/11	●			●		
37 リポポリサッカライド（LPS）	2023/01/11	●			●		
38 大麦	2023/01/11	●			●		
39 チャーガ（カバノアナタケ）	2023/01/11	●			●		
40 柿渋	2023/01/11	●			●		
41 5-アミノレブリン酸（5-ALA）	2023/01/11	●			●		
42 朝鮮ニンジン（高麗人参）	2023/01/11	●			●		
43 セイヨウキョウチクトウ	2023/01/11	●			●		
44 コロイド状銀製品	2023/01/11	●			●		
45 リコリス（甘草）	2023/01/11	●			●		

＜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：効果が確認された報告がある

食品・素材名	文献検索日	インフルエンザ			風邪など		
		A	B	C	A	B	C
46 ニコチンアミドリボシド、ビタミン B3	2023/01/11	●			●		
47 グルタチオン	2023/01/11	●			●		
48 N－アセチルシステイン	2023/01/10	●			●		
49 ケルセチン	2023/01/11	●			●		
50 クルクミン	2023/01/10	●			●		
51 メラトニン	2023/01/10	●			●		
52 n-3 系脂肪酸	2023/01/10	●			●		
53 ビタミン E	2023/01/06	●				●	

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。各食品・素材の摂取による予防効果およびその報告の有無は、罹患および症状の有無を指標として、情報確認を行っています。