

Botanical Vitamin C (Amla Extract)

植物性ビタミンC（アムラ由来）

インドが産んだ魔法の果実

アムラは、インドおよび中東地域が原産のトウダイグサ科の落葉性の低木で、羽状の葉を持ち、丸い薄緑または黄色（成熟すると赤色）の実をつけます。インドでは古くから食用の他、アーユルヴェーダ（インド大陸の伝統医学）で用いられるハーブとして使用されてきました。果実はビタミンCを豊富に含まれることでも知られています。

「植物性ビタミンC（アムラ由来）」は、アムラの乾燥果実から水のみを用いて抽出したエキス末であり、ビタミンCを50%含みます。

現代人はビタミンC不足！？

ビタミンC（L-アスコルビン酸）は水溶性ビタミンの一つであり、皮膚や腱、軟骨などを構成するコラーゲンの合成に必要となります。ほとんどの動物は、ビタミンCを体内で合成することができますが、ヒトは合成に必要な酵素が欠損しているため、体内でビタミンCを合成することができません。そのため、青果類をはじめとする食品からビタミンCを摂取する必要があります。現代においては食品の保存技術の向上などにより、ビタミンCを豊富に含む青果類等を入手すること自体は比較的容易になりました。しかし、飲酒・喫煙やストレス、偏食などにより、ビタミンCを通常より多く必要とする場合や不足してしまう場合は現代においても見られます。

ビタミンCの様々な効果・効能

ビタミンCには抗酸化作用があり、生体内で活性酸素を消去して細胞の保護に寄与しています¹⁾。また、ビタミンCは、酸化型メラニン還元型メラニンに変換するなどの作用により、美白効果を発揮することが古くから知られています²⁾。

一方、ビタミンCが欠乏すると、コラーゲン合成ができないため、血管が脆くなります。これにより出血が起こりやすくなり、壊血病となってしまうケースもあります。壊血病の症状は、疲労倦怠、イライラする、顔色が悪い、皮下や歯茎からの出血、貧血、筋肉減少、心臓障害、呼吸困難などです¹⁾。

【注】 消費者向け製品への表現に関しては、関連法規等に従って頂きますようお願い申し上げます。



アムラの乾燥果実（写真手前）と青果（写真奥）

商品案内

性状	淡褐色～褐色の粉末
表示例	アムラ果実エキス末、アムラ果実抽出物 など
産地・製造国	インド
ビタミンC含量	≥50%
区分	食品
品質保証期間	製造後未開封 3年
荷姿（1袋当たり）	1kg、5kg

【参考文献】

- 厚生労働省, 「日本人の食事摂取基準（2020年版）」策定検討会報告書, II各論, 1エネルギー・栄養素, ビタミン（水溶性ビタミン）, (2020) https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08517.html
- 田中浩, 日本香粧品学会誌, 43(1), 39-43 (2019)