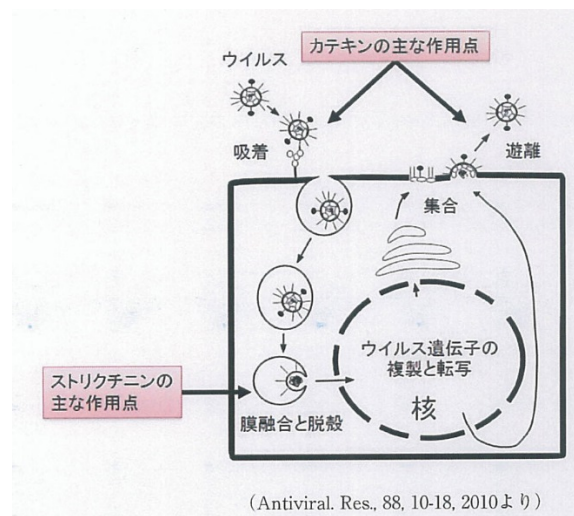
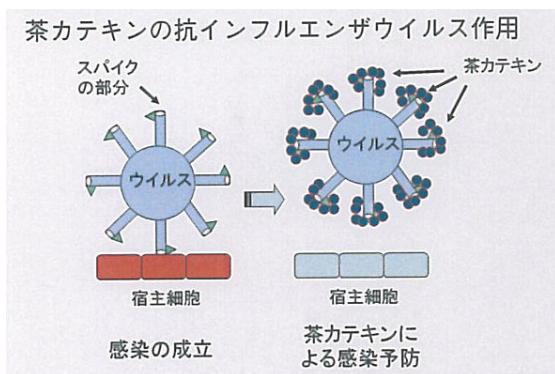


日本茶でウイルス感染を予防する

手洗い、マスク着用、うがい等に加えて、最近、日本茶（緑茶）を飲んだり、うがいをすることで、ウイルスの感染を予防しようとする試みが注目されています。

茶カテキンは、特にその中でもエピガロカテキンガレード（EGCG）がインフルエンザなどのウイルスの表面にある突起（スパイク）に結合し、宿主細胞の表面へのウイルスの吸着を阻害して感染を防ぎます。この効果はインフルエンザウイルスの型によらないとされています。



また、茶カテキンの他に乾燥茶葉の中に0,5%程度含まれているスクリクチニンと呼ばれる成分もウイルス膜と細胞膜が結合するのを邪魔することでウイルスの感染を防ぐことが明らかになってきています。

屋内で過ごすことが余儀なくされる中、日本茶にはカテキン以外にも、テアニン、ビタミンCといった免疫力を高める成分が含まれています。

注記… 本内容は新型コロナウイルス感染予防に特化した内容ではありません。

『10のひみつお茶の効用を科学する』(社)静岡県茶業会議所発行

静岡県立大学薬学部 鈴木 隆 教授、山田 浩 教授 著述より引用

東京都茶協同組合