

医薬品と保健的食品の適切な使用を支援する情報紙
ふあるま・ねっと通信

第13号 2008/2

ふあるま・ねっと の ”ふあるま” はラテン語で薬を意味します

発行：特定非営利活動法人 ふあるま・ねっと・みやぎ

Fax：022-251-0767

e-mail：pharm-nm@js3.so-net.ne.jp http://www.geocities.jp/pharmanet_myg/

・・・ **食品は安全対策を最優先に** ・・・

昨年是有名な老舗でも食品の偽装・不正が次々に明らかになり、今年は中国産冷凍ギョウザの健康被害が日本を揺るがし、食の安全は確保されていないことが浮き彫りになりました。今年は過去最大の食品公害被害を出したカネミ油症事件から40年目になりますが、被害者は未だに苦しんでいます。現在は食品の種類も格段に増え、健康食品を含めて安全が保障されていないものが多数出回っています。食品関連事業者は消費者の安全と健康を左右する責任をより深く認識し、国・行政は安全対策優先の的確かつ迅速な指導をおこなうことが強く求められます。

紙上講座 **健康被害にあわないために(その6)**

健康に良かれと思って使用した健康食品での健康被害がしばしば報道されています。

今回は前回に引き続き、食品を安全に利用するためのポイントをまとめていきます。利用する前に確認してみましょう。

カプセルや錠剤があるけど、形状はどうなの？

ドラッグストアなどに行ってみると、医薬品と間違えるようなカプセルや錠剤などの健康食品が並んでいます。「クスリ」だと勘違いしている人もいます。一体どうなっているのでしょうか。

以前は医薬品と紛らわしいカプセルや錠剤などの形状は食品には禁じられていましたが、現在では医薬品的な錠剤、丸剤、カプセル等の形をとっていても、食品であることが明示されている場合には、原則として形状のみによって医薬品に該当すると判断されないことになっています。

しかし、アンプルなど一部の剤形については通常食品として流通していないので、消費者に医薬

品と誤認させることを目的としている場合は、医薬品と判断されます。

●医薬品と判断される形状

- ・ アンプル ・ 舌下錠
- ・ スプレー管に充填した液体を口腔内に噴霧し、粘膜からの吸収を目的とするもの等

●「食品」と明示されていれば「医薬品」と判断されない形状

- ・ ソフトカプセル ・ ハードカプセル
- ・ 錠剤 ・ 丸剤 ・ 液状
- ・ 粉末（分包されたものを含む）
- ・ 顆粒（分包されたものを含む）など

消費者が医薬品と誤認して、間違った治療をおこなうなど、思わぬ弊害が起こらないとも限りません。表示を確認して正しい選択をすることです。なお、形状が薬事法上問題のない場合であっても、食品への説明などが適切かどうか、食品衛生法、健康増進法、景品表示法などの面からも確認が必要です。

話題の食品 ⑬ エキナセア

～～～【得する情報】～～～

かぜの季節に人気がある健康食品素材としてエキナセアがある。のど飴などとしても売られている。

エキナセアは、北米に分布する多年草で、薬用部分は根や根茎である。エキナセアには3種類あり、種類によっては葉や全草を用いることがある。

「免疫力を高める」などといわれ、かぜなどの上気道感染に対する効果が期待されている。現在報告されている文献では、かぜの症状を軽減するという臨床試験の報告はあるが、効果があるというエキナセアの種や処方内容についてはよくわかっていない。また、かぜの予防には効果がないとされている。

安全性に関しては、適切に短期間使用する場合はおそらく安全といわれている。12週まで安全に摂取できたという報告があるが、12週間を超える摂取については十分なデータがない。ドイツの薬用植物の評価委員会は使用限度期間を8週間にしている。

副作用としてはアレルギー症状、発熱、嘔吐、腹痛、下痢、のどの痛み、めまいが起こることがある。過剰摂取でのどの炎症を起こす場合がある。アレルギー傾向の人は、摂取を避けたほうが良い。妊娠中は短期間なら安全であるが、注意して用いる必要がある。授乳中の安全性については十分なデータがないので使用を避ける。動物試験では免疫を高める作用が知られており、免疫療法に影響を与える可能性がある。エイズや他の自己免疫疾患のある人には用いない。白血病や膠原病など進行性の全身性疾患には禁忌である。エキナセアは肝毒性を引き起こすことがあるので、肝毒性を引き起こす薬剤との併用は避けたほうが良い。



エキナセアのはたらき

【期待される機能性】

免疫賦活作用・抵抗力上昇、腎炎の改善、感染症抑制、抗ウイルス活性

【ヒトで認められている機能性】

・かぜなどの上気道感染治療に有効（症状が出たらずぐ経口摂取する）。予防には効果なし。

【安全性】

・短期間の経口摂取はおそらく安全
・アナフィラキシーショックの報告あり
・肝毒性を引き起こす可能性あり

【相互作用】

肝毒性が知られている薬剤との併用で毒性が強まることもある

【副作用】

アレルギー症状、発熱、吐き気・下痢などの胃腸症状、のどの痛み、めまい

【摂取に注意が必要な人】

・アレルギー傾向の人や授乳中の人には避けたほうが良い。
・進行性の全身疾患（結核、白血病、膠原病など）には用いない
・全身性のエイズや他の自己免疫疾患には用いない
・肝毒性のある薬剤を服用中の人には避ける。

【その他の注意】

・安全に使用するためには8週間が限度。

ふあるま・ねっと・みやぎの活動

1. 出前講座・・・地域グループ、学校関係、各種施設などの小規模な集まりに、ご希望に応じた「はなし」を出前いたします。（1時間程度）
2. 各種イベント、講演会への講師派遣（1～2時間）
3. ふあるま・ねっと・みやぎが企画するイベント：公開フェア、研修会 など
☆講座、講演の内容（メニュー）および詳細は事務所に問い合わせるか、「ふあるま・ねっと・みやぎ」ホームページをご覧ください。

〔問合せ、申込先〕 〒981-8002 仙台市泉区南光台南3-6-21

TEL・FAX：022-251-0767 e-mail：pharm-nm@js3.so-net.ne.jp

（グループまたは団体名、代表者名、電話番号、資料送信先FAX番号を記入してください）

ホームページ： http://www.geocities.jp/pharmanet_myg/

4. 会員・・・会の趣旨に賛同する方（詳細はお問い合わせください）
会員特典・・・情報、資料等の無料提供（印刷実費、送料のみ有料） 研修会への参加費割引など