

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15号 2008/8

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/

## ・・・ 8月は食品衛生月間です ・・・

夏期は、食中毒が多発します。特に、鶏肉や牛レバーの生食によるカンピロバクター食中毒が増加しています。また、牛肉等の生食による腸管出血性大腸菌食中毒にも注意が必要です。このような状況の中、国民が健康で安心できる食生活を送るためには、国民に対する食品衛生思想の普及・啓発、食品の安全性に関する情報提供及びリスクコミュニケーションの推進並びに事業者のコンプライアンスの徹底を通じた食の安全の確保を図ることが必要であることから、今年も8月を食品衛生月間と定めています。

## 紙上講座 健康被害にあわないために(その8)

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。

今回も引き続き、利用する前に確認が必要な安全に利用するためのポイントをまとめていきましょう。

### 規制の対象となる表示・広告はどうなの？

いわゆる健康食品は、医薬品と誤認されるような効能効果を表示・広告することはできません。病気の治療や予防に役立つことを説明したり、ほのめかしたりする表示や広告を行っている製品は、「医薬品」と判断されますので、医薬品の許可を受けていない場合には薬事法違反になります。疾病の治療や予防効果の表示・広告は、医薬品としての承認・許可を取得して初めて可能になるものなのです。薬事法上問題のない表現であっても、食品衛生法、健康増進法、景品表示法の視点から表示・広告が規制されることもあります。

### 対象となるもの

1. 製品の容器、包装、添付文書などの表示物
2. 製品のチラシ、パンフレット等

3. テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、インターネットなどによる製品の広告
4. 小冊子、書籍
5. 会員誌、情報誌
6. 新聞、雑誌などの切り抜き、書籍や学術論文等の抜粋
7. 代理店、販売店に教育用と称して配布される商品説明（関連）資料
8. 使用経験者の感謝文、体験談集
9. 店内および車内等におけるつり広告
10. 店頭、訪問先、説明会、相談会、キャッチセールス等においてスライド、ビデオ等又は店頭で行われる演述等
11. その他特定商品の販売に関連して利用される前記に準ずるもの

店頭での説明も規制の対象となります。身の回りの表示・広告はどうでしょうか？

思わぬ被害に遭わないために、これまでにお伝えした情報を参考にして、さまざまな情報を確認することが大切です。

## 話題の食品⑮ ノニ(ヤエヤマアオキ)

最近、ノニの果実から作ったジュースが健康飲料として飲まれています。グレープフルーツジュースやブルーベリージュースが加えられたものや錠剤、顆粒、濃縮液などの商品もあります。

ノニは、ポリネシアから東南アジア、沖縄などの広い地域に自生する常緑の灌木です。果実は緑色で、熟すと黄色になり強い臭気を放ちます。ポリネシアでは伝統的な民間薬の一つで、葉や若い果実を傷の治療に、樹皮や果実を皮膚の感染症や炎症に使用していたようです。

世間では「糖尿病によい」「血圧を下げる」「免疫力アップ」「心臓病によい」「がん予防によい」「美容や健康によい」などの効果が流布しており、最近はダイエットや美容効果を大々的に宣伝しています。しかし、ヒトが飲んだときの有効性に関しては、信頼のおけるデータは見当たらないようです。

安全性については、果実を食品として摂取するのは安全だといわれています。しかし、肝障害との関連が疑われる報告があるので、注意が必要です。また、月経促進剤として用いられてきたとの情報があり、妊娠中の摂取は避けたほうが良いと思われます。授乳中の安全性については信頼できるデータがないので使用は避けましょう。

医薬品との飲み合わせについては、ノニ果汁はカリウムを豊富に含むため、「カリウム保持性利尿薬」と呼ばれる血圧の薬などと一緒に摂取すると、高カリウム血症を起こす可能性があるため注意が必要です。他のハーブやサプリメント、食品との飲み合わせは知られていません。

### ~~~【得する情報】~~~

#### ノニのはたらき

##### 【期待される機能性】

- ・血糖値の上昇の抑制、血圧降下、免疫力増加、ガン予防、美容効果など

##### 【ヒトで認められている機能性】

- ・期待される効果に対して、十分な科学的実証はない

##### 【安全性】

- ・食品として摂取する限りは安全
- ・肝障害との関連が疑われる事例がある

##### 【相互作用】

- ・カリウム保持性利尿薬は、尿の量を多くして血圧を下げる薬であるが、尿と一緒にカリウムが出すぎないように工夫されている。ノニはカリウムを多く含むといわれているので、併用すると血中のカリウムが高くなる可能性がある

##### 【摂取に注意が必要な人】

- ・妊娠中、授乳中の人

#### 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)および詳細は事務局に問い合わせるか、  
「ふあるま・ねっと・みやぎ」ホームページをご覧ください。
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  
〔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/