

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25号 2011/8

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/

・・・ 個人輸入のやせ薬にご注意 ・・・

これまでも、「ホスピタルダイエット」などと称されるタイ製のやせ薬については、死亡事例を含む重篤な健康被害が多く報告されています。「MDクリニックダイエット」と称されるタイ製やせ薬から医薬品成分が検出され、同製品を服用していた20代女性の死亡事例が、東京都福祉保健局から7月に報告されました。国内で医薬品として承認されていない成分が含まれているなど、このような製品には危険が伴う可能性があります。インターネット等で個人輸入して使用しないで下さい。服用して体調異常が現れた場合には、直ちに服用を中止し、医療機関を受診するとともに、最寄りの保健所にお申し出下さい。

紙上講座 統合医療について(その4)

最近、癌の治療において健康食品(アガリクス、プロポリスなど)が注目されています。医学的治療により治る見込みがない場合、再発の危険がある場合に、効果が明らかでない不確実な治療であっても、民間療法などを受けようとする人が多いようです。

近年では、現代西洋医学と民間医療などを組み合わせて治療を行う「統合医療」が推進されつつあります、そこで私たちがどのように向き合い、利用したらいいのか考えてみましょう。

4 補完代替医療に関する情報の集め方は

前回の紙面で補完代替医療に対して確認することについて述べましたが、残念ながら補完代替医療に取り組む専門の政府機関がなく、情報収集と情報発信については欧米と比べて遅れています。独立行政法人国立健康・栄養研究所などでは、健康食品・サプリメントなどの安全性の情報や有効性に関する情報をウェブサイトに掲載し、情報の集積・発信の取り組みを行っています。

(参照； <http://www.nih.go.jp/eiken/>)

現在、インターネットの発達によって、大変多くの補完代替医療の情報を得ることができます。しかしその反面、その氾濫する情報に、がん患者やその家族が翻弄されている問題も指摘されていますので十分な注意が必要です。

また、国民の健康への関心、病気への治療選択における自己決定意識の高まりに加え、健康ブームの後押しもあり、さまざまな種類の書籍や雑誌が出版されています。それら書籍や雑誌を補完代替医療の選択決定の参考にするときには、著者は専門家かどうか、雑誌は複数の視点から書かれているか、文献のリストはあるか、内容は最新のものか、著者や出版社と広告などの点について考慮してみましょう。

話題の食品 ㊦ オルニチン

オルニチンはシジミに多く含まれていて、疲労回復、ダイエット効果、美肌効果、二日酔いの改善などが期待されて保健的食品に利用されています。

オルニチンは、成長ホルモンの分泌を促進するといわれています。成長ホルモンは筋肉合成、脂肪代謝の促進という作用があるため、オルニチン摂取による疲労回復、ダイエット効果が期待されています。また、オルニチンは、肝臓でのオルニチン回路で有害なアンモニアを尿素として排泄するときの中間体として働きます。そのため、オルニチンを取ると「肝臓の機能を高める」と宣伝しているようです。しかし、オルニチンは、必要に応じて生体内でつくられる仕組みがあります。また、肝臓でのアンモニア処理能力は予備能が大きいので、肝機能が非常に悪い人でなければ高アンモニア血症になることはほとんどありません。

ヒトでの有効性に関する試験では、筋力の増加や肝疾患患者での血漿中アンモニア濃度上昇の抑制、栄養不良の高齢者の栄養状態の改善など報告もありますが、いずれの試験も症例数が少なく、有効性について十分なデータは出されていないようです。

安全性に関しては、経口摂取で適切に用いた場合は安全のようです。しかし、大量に食べると胃腸の不調が起こることがあるようです。妊娠中の安全性については十分なデータがないので、使用は避けたほうがよいでしょう。

シジミが原料であるかのような新聞の広告がありますが、全く関係ないものからつくられているものが多いようです。購入する場合はご注意ください。

~~~~【得する情報】~~~~

### オルニチンのはたらき

#### 【期待される機能性】

- ・ 成長ホルモンの分泌を促進する効果
- ・ 筋肉の合成を促進する効果
- ・ ダイエット効果
- ・ 肝機能を高める効果
- ・ 二日酔いの予防や改善効果  
(ヒトでは有効性に関する十分なデータはない)

#### 【安全性】

- ・ 適切な経口摂取は安全

#### 【相互作用】

- ・ 特に知られていない

#### 【摂取に注意が必要な人】

- ・ 妊娠中の人

### 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/](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