

⑰プロポリス

基本情報

名 称	プロポリス
<p>プロポリスは、ミツバチが樹木の新芽、蕾、樹皮などから採取した樹液や色素などに、ミツバチ自身の分泌液を混ぜて作る巣材である。巣材から抽出するので副産物が含まれることが多い。また、産地や抽出方法によってその構成成分が異なる。プロポリスは紀元前 350 年から利用され、傷や腫瘍の薬として用いられたといわれている。「抗菌作用がある」、「炎症を抑える」などといわれ、一部でヒトでの有効性が示唆されてはいるが、参考となる十分なデータは見当たらない。安全性については、ハチやハチの生産物にアレルギーのある人（特に喘息患者）は使用禁忌であり、外用で用いた場合（化粧品を含む）に接触性皮膚湿疹を起こすことがある。妊娠中・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摂取は避けるべきである。</p> <p>有効性：以下の有効性が示唆された報告がある。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・うがいで用い、口の中の傷（腔内形成手術後）の治癒を早め、痛みや炎症を軽減する</li> <li>・タイプ 2 単純ヘルペス感染再発部（生殖器）の治癒に 3% プロポリス軟膏塗布の有効性が示唆されている。</li> </ul> <p>これ以外の有効性について信頼できる情報は十分でない。</p> <p>安全性：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・今のところ、プロポリスの安全性に対する信頼できるデータは十分でない。妊娠中・授乳中は使用をさける。</li> <li>・経口摂取でアレルギー反応、プロポリスを含むトローチで口内炎が起きることがある。</li> <li>・ハチの生産物に過敏な人は要注意。喘息を悪化させる可能性があるため、喘息患者は使用を避ける。</li> <li>・外用で用いた場合（化粧品を含む）、接触性皮膚湿疹や灼熱感、口唇炎、口囲湿疹、角化性皮膚炎、紅斑性水疱性病巣、掻痒などが起きることがある。</li> <li>・健康食品のプロポリス製品の接触皮膚炎例が増加している。</li> </ul> <p>引用：（独）国立健康・栄養研究所 data-base（2009/06/04 時点で調査できた素材の科学論文情報）</p>	

話題：以前、風邪を引きにくくなるという知人からプロポリスドリンクを勧められた。飲んだとき口が荒れたのでやめた。家族ががんになって、またプロポリスを勧められた。何でも試してみたいと思う反面、効果や副作用に不安がある。

商品としてのプロポリスは、ミツバチの巣を作っている樹脂状の固形天然物から抽出したものであるため、さまざまな成分が含まれています。当然、巣を守るための抗菌性のある成分も含まれており、古代から外傷や炎症、感染症に用いられたことは頷けます。以来各地で民間薬として利用され、いまでは抗菌作用だけでなく免疫増強・賦活作用、抗潰瘍・抗腫瘍作用、肝保護作用なども期待されるようになってきました。研究はされているものの、ヒトが食べたときの効果については、今日まで信頼すべき十分な検証はないようです。原料としてのプロポリス原塊の成分組成や含有量が異なる上に、抽出法や商品化の段階でのさまざまな添加物など、品質はまちまちです。

プロポリスに含まれる物質は 300 種以上といわれ、アレルギーの原因物質も含まれるので、ぜんそくなどのアレルギー反応や接触性皮膚炎などを起こした事例が沢山あります。

「プロポリスの抗がんサプリメントとしてのヒトでの評価」については、厚生労働省がん研究助成金による「がん代替療法の科学的検証と臨床応用に関する研究」が実施され、世界の信頼性の高い学術論文などを網羅した報告書が出されました（2006）。この中では、「がんへの直接的治療効果（がんの縮小や延命効果）、抗がん剤や放射線治療の副作用軽減効果などを臨床試験で検証したものはなかった」と報告されています。ちなみに、プロポリスを「抗がんサプリメント」として使用しているのは、日本に特有の現象だそうです。

（NPO 法人ふあるま・ねっと・みやぎ情報管理室）