

表5 健康食品関連の製品による主な有害事例（医薬品成分の添加事例は除く）

| 健康食品素材<br>または製品             | 症状                    | 被害報告<br>(発生した国)                                                                 | 原因物質                                                    |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| クロレラ                        | 顔、手の皮膚炎               | 1978-1994年<br>(日本)<br>1981年に厚生労働省<br>から注意喚起                                     | 光過敏症の皮膚炎を起こすフェオフィ<br>ルバイドが製品中に多量に含まれてい<br>たことが関連。       |
| Ｌ-トリプトファン                   | 好酸球増多筋痛症候群<br>(死亡例あり) | 1990年<br>(米国)                                                                   | トリプトファン製品中の不純物、過剰<br>摂取ならびに利用者の体質が被害に関<br>連したと想定されている。  |
| ゲルマニウム                      | 腎臓機能障害<br>(死亡例あり)     | 1982-1994年<br>(日本)<br>1988年に厚生労働省<br>から注意喚起                                     | 腎障害を起こす酸化ゲルマニウムを濃<br>縮ソフトカプセルとして過剰に摂取し<br>たことが関連。       |
| アマメシバ加工品                    | 閉塞性細気管支炎              | 1996-1998年<br>(台湾)<br>2003-2004年<br>(日本)<br>2004年に厚生労働省<br>から注意喚起               | 海外では食材としての摂取経験はあっ<br>たが、過剰摂取したことが被害に関連<br>したと想定されている。   |
| アリストロキア属<br>の植物             | 腎障害、尿路系のがん            | 1993年<br>(ベルギー)<br>1998-2005年<br>(日本)<br>2000年に厚生労働省<br>から注意喚起                  | アリストロキア属の植物（関木通、広<br>防已など）には有害なアリストロキア<br>酸が含まれている。     |
| コンフリー                       | 肝静脈閉塞性疾患など            | 1978年-1985年<br>(米国)<br>1976-1990年<br>(米国)<br>1983年（香港）<br>2003年に厚生労働省<br>から注意喚起 | 海外での被害発生を受けて2004年に<br>注意喚起情報が出された。有害なアル<br>カロイドが含まれている。 |
| タピオカ入り<br>ダイエット<br>ココナッツミルク | 下痢                    | 2003年<br>(日本)                                                                   | 甘味料のD-ソルビトールの過剰摂取<br>が関連。                               |
| 中国製の<br>ダイエット茶<br>「雪茶」      | 肝障害                   | 2003年<br>(日本)                                                                   | 本来の中国茶の飲用方法とは異なった<br>利用法が被害に関連したと想定されて<br>いる。           |
| スギ花粉含有製品                    | アナフィラキシー              | 2007年<br>(日本)                                                                   | スギ花粉症患者が、自己判断で花粉症<br>の症状を緩和する目的でスギ花粉含有<br>製品を利用。        |

### 3) 医薬品的な効果を期待した利用

一般に健康食品は医薬品と誤認されることが多いのですが、医薬品と健康食品には表6に示したような3つの大きな違いがあります。そして健康食品自体に有害な作用がなくても、消費者が自己判断で、病気の治療・治癒を期待して利用すると、科学的根拠に基づく医薬品による治療の中断や放棄によって病状を悪化させてしまいます。また医薬品と健康食品が併用された場合、医薬品の効果が減弱したり、医薬品の副作用が増強されたりすることもあります。健康食品に添加されている成分が医薬品の作用に影響した事例としては表7・8に示したものがあります。しかし、現時点ではほとんど明らかになっていません。

特定保健用食品についても、国が許可しているという絶対的な安心感を持って、医薬品と誤認した利用が行われていることもあります。特定保健用食品もあくまで食品であり、それらに病気の治療や治癒が期待できるほどの作用はありません。特定保健用食品は、あくまでも健康が気になり始めた方を対象に設計された製品であり、そのような方が生活習慣を改善する“動機付け”として適宜利用することが望ましいものです。

表6 健康食品と医薬品の主な違い

|           | 医 薬 品                       | 健康食品                                                              |
|-----------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 製品の品質     | 同じ品質のものが製造・流通するようになっている。    | 「同じ名称」でも全く品質の異なるものが存在している。                                        |
| 科学的根拠の質と量 | 病者を対象とした安全性・有効性の試験が実施されている。 | 試験管内実験や動物実験が主体であり、病者を対象とした試験はほとんど実施されていない。安全性試験があったとしても対象は健康者である。 |
| 利用環境      | 医師・薬剤師により、安全な利用環境が整備されている。  | あくまで食品の一つであり、製品の選択・利用は消費者の自由                                      |

表7. 健康食品に添加されている天然植物と医薬品の相互作用が想定される主な事例

| 健康食品に添加されている天然植物            | 医薬品成分                                            | 理由                             | 影響             |
|-----------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------|----------------|
| イチヨウ                        | 抗血小板薬、抗血液凝固薬                                     | 症例報告有り                         | 薬効の増強          |
| ダイダイ                        | カルシウム拮抗薬、シクロスポリン                                 | 小腸の薬物代謝酵素(CYP3A4)活性を阻害         | 薬効の増強          |
| ノコギリヤシ                      | 抗血小板薬、抗血液凝固薬                                     | 症例報告有り                         | 薬効の増強          |
| 朝鮮ニンジン                      | ワルファリン、フロセミド<br>ジゴキシン                            | 報告有り<br>報告有り                   | 薬効の増強<br>薬効の減弱 |
| ニンニク                        | サキナビル、リトナビル、<br>ワルファリン                           | 報告有り                           | 薬効の減弱          |
| セントジョーンズワート<br>(セイヨウオトギリソウ) | インジナビル、ジゴキシン、<br>シクロスポリン、テオフィリン、<br>ワルファリン、経口避妊薬 | 薬物代謝酵素(特にCYP3A4、<br>CYP1A2)を誘導 | 薬効の減弱          |