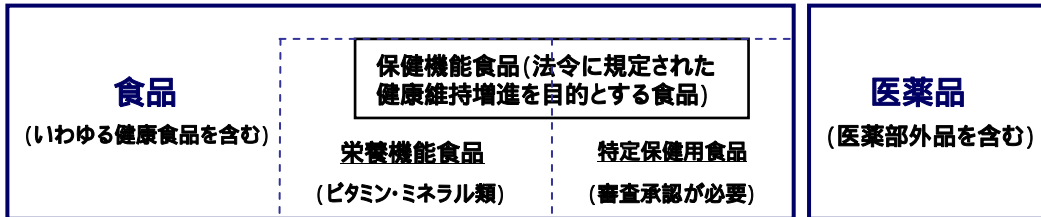


# 健康食品の思わぬ落とし穴(その1)

近年、個人輸入や通信販売で様々な健康食品が入手できるようになりました。一部の健康食品には違法に医薬品成分を添加した製品があり、死亡事故を含む重篤な健康被害が発生しています。

## 1. 健康食品とは病気の予防・治療に使える？

健康食品はあくまで食品です、病気の予防や治療を目的には用いられません。



## 2. ダイエット用健康食品の落とし穴

いわゆる健康食品による健康被害が発生した事例を紹介します。

事例 1

### ダイエット健康茶に危険な食欲抑制薬が含まれていた



1996年頃

不当に混ぜられた成分  
フェンフルラミン  
(日本では認められていない食欲抑制薬)

フェンフルラミンは、心臓に重い副作用があります。死亡者も出ている危険な医薬品で米国では販売中止になりました。

事例 2

### 中国製ダイエット健康食品により、日本を含む世界で死者が出ました。



2002年頃

不当に混ぜられた成分  
甲状腺ホルモン：基礎代謝亢進  
フェンフルラミン：食欲抑制薬  
ニトロソフェンフルラミン：発ガン性疑い成分

服用した多くの女性が肝機能障害をおこし死者が出ました。その原因はニトロソフェンフルラミンでした。

事例 3

### ダイエットカプセルが原因による死亡事故が発生しました



2004年頃

不当に混ぜられた成分  
シブトラミン：食欲抑制剤  
副作用：循環器障害(高血圧や心拍数増加)  
マジンドール：食欲抑制剤  
副作用：薬物依存性、肺高血圧症  
フェノールフタレイン：下剤

その他、ホスピタルダイエットと呼ばれる健康食品で健康被害が発生しています

これまでに検出事例のある医薬品成分

- ・瀉下生薬(センナ、ダイオウ)
- ・利尿薬(フロセミド、スピロラクトン等)
- ・下剤(フェノールフタレイン、ピサコジル等)
- ・中枢性食欲抑制薬(フェンフルラミン、マジンドール、シブトラミンなど)
- ・医薬品誘導體(例えば、ニトロソフェンフルラミン)
- ・甲状腺末

平成18年7月現在、123名の健康被害が報告され、1名が死亡しています。神奈川県でも使用者から相談を受け、止めるようにアドバイスしました。

### 3. ハーブ系健康食品(セントジョーンズワート)の落とし穴

別名「西洋オトギリソウ」とも呼ばれ、鎮静や催眠を目的とした健康食品に含まれる植物です。欧州では医薬品となっていますが、日本ではイチョウやエキナケアなどと共に健康食品となっています。また、医薬品の作用を増強したり、減弱したりする作用(薬物相互作用)があります。

セントジョーンズワートを含むサプリメントの性状と指標成分(ヒペリシン)量

	名称	形態	重量	入手方法	製造国	原材料	表示含量	測定含量
1	セントジョーンズワート	カプセル	1.0g	通信販売	米国	セントジョーンズワートエキス	0.3%hypericin(0.9mg)	0.320
2	セントジョーンズワート	カプセル	0.37g	通信販売	カナダ	セントジョーンズワートエキス,ライス,		0.391
3	セントジョーンズワート配合茶	ティーバッグ	2.0g	店頭販売	日本	セントジョーンズワート、オレンシフラワー、ラベンダー、カモミール、レモンバーム、リコリス(甘草)、ローズレッド、スヘアミント、バレリアン		0.267
4	セントジョーンズワート	カプセル	0.28g	通信販売	日本	セントジョーンズワートエキス,	ヒペリシン類0.3%	0.181
5	西洋オトギリソウエキス粒	カプセル	0.3g	通信販売	日本	西洋オトギリ草末、パッションフルーツエキス末、カバカバエキス末、ハントニン酸カルシウム、ビタミンE、クルミ油、EPA・DHA含有精製魚油、		0.057
6	セントジョーンズワート	液剤		個人輸入	米国	オトギリソウ		0.050
7	セントジョーンズワート	錠剤	0.3g	個人輸入	米国	セントジョーンズワートエキス	0.3%hypericin(0.9mg)	0.393
8	セントジョーンズワート	カプセル	0.29g	個人輸入	米国	オトギリソウ(花・地上部)	hypericin0.3%, hyperforin4.0%	0.684
9	セントジョーンズワート配合サプリメント	カプセル	0.27g	通信販売	日本	セントジョーンズワートエキス、乳清カルシウム、アーモンド種子仁、VC、	セントジョーンズワート300mg	0.343
10	セントジョーンズワート	カプセル	0.19g	店頭販売	日本	セントジョーンズワートエキス、コンスターチ、	セントジョーンズワート500mg	0.228
11	St.John's Wort Tea	ティーバッグ	2.3g	店頭販売	米国	セントジョーンズワート、フェネルシード、シナモン、スヘアミント、生姜、カルダモンシード、ラベンダー、クローブ、ブラックペッパー、		0.192
12	St.John's Wort Blend	ティーバッグ	3	店頭販売	米国	スヘアミント、リコリス、セントジョーンズワート、フェネルシード、カバカバ、レモンバーム、生姜、シヘリアンジンセン		0.065
13	N. St.John's Wort	カプセル	0.36g	店頭販売	米国	西洋オトギリ草末、乾燥精製酵母、ビタミンB混合末、ラベンダーエキス末、トケイソウエキス末	ハイペリシン0.3%以上含有	0.385
14	St.John's Wort Extract	カプセル	0.50g	店頭販売	米国	セントジョーンズワートエキス、黒コショウ	0.3%hypericin	1.859
15	セントジョーンズワートエキス	液剤		店頭販売	米国	オトギリソウ(花・地上部)、アスコルビン酸、濃縮ブラックチェリー		0.014
16	セントジョーンズワート配合サプリメント	カプセル	0.53g	個人輸入	米国	チアミン、リボフラビン、葉酸、ビタミンB12、ハントニン酸、セントジョーンズワート、カバカバ、コッツコラ、L-チロシン、L-フェニルアラニン		0.159
17	セントジョーンズワート配合サプリメント	錠剤	1.4g	個人輸入	米国	カバカバ、セントジョーンズワート、イチョウ、シヘリアンジン		0.017
18	St.John's Wort Extract	カプセル	0.51g	個人輸入	米国	セントジョーンズワートエキス、マグネシウム	0.3%hypericin	0.421
19	5-ヒドロキシトリプトファン配合サプリメント S	カプセル	0.65g	個人輸入	米国	5-ヒドロキシトリプトファン、ビタミンB6、ビタミンB3、カルシウム、セントジョーンズワートエキス、マグネシウム		0
20	5-ヒドロキシトリプトファン配合サプリメント W	カプセル	0.44g	個人輸入	米国	ビタミンB6、ハントニン酸、クロム、5-ヒドロキシトリプトファン、ビタミンB6、セントジョーンズワートエキス、L-フェニルアラニン、L-チロシン	St.John's Wort 50mg	0.039

単位:mg/カプセル,錠,液剤:mg/mL,ティーバッグ:mg/包

1. 製品には薬物相互作用や光過敏症等の有害情報がない場合が多いです。
2. カプセルやハーブ茶等により指標成分(ヒペリシン)の含有量に差異があり、製品により生体影響も異なることが考えられます。
3. 日本では食品に分類されるため、製品や有害作用等の情報が医薬品のように迅速に入手しにくいので、利用者自身が安全を確保するための正確な情報を提供するように努めます。

#### 健康食品による健康被害を防ぐために知っておきたいこと

1. インターネット等で購入した健康食品には健康被害が発生したものがあり、また、記載のない成分を含む製品があります。
2. 海外土産や個人輸入で医薬品や健康食品等を購入する場合、自己責任となります。

(ポイント)

**安易な使用**は避けるようにしましょう  
 信頼のできる健康食品以外は使わない  
 体調を崩したら、医師や薬剤師に相談