

食品』の安全性・有効性情報」データベースを活用して、根拠に基づいた説明ができる環境を整備していくことも重要になるであろう。

F.研究発表

1.論文発表

なし

2.学会発表

石長孝二郎:入院患者の健康食品の利用実態調査および医療従事者の意識調査について(第9回大連合大会 第33回日本臨床栄養学会・第32回日本臨床栄養協会)

3.その他

なし

G.知的所有権の取得状況

1.特許取得

なし

2.実用新案登録

なし

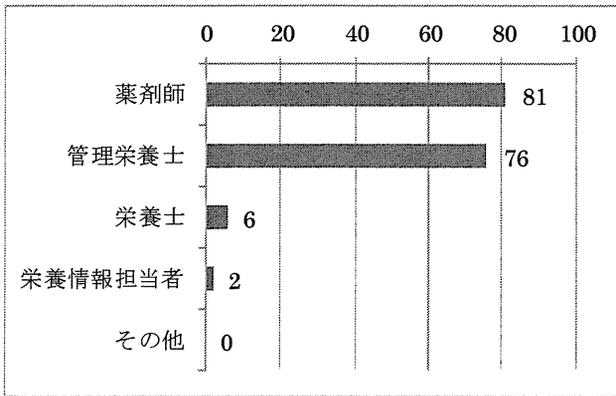


図-1 アンケート回答者の職種(人数)
(n=165, 複数回答)

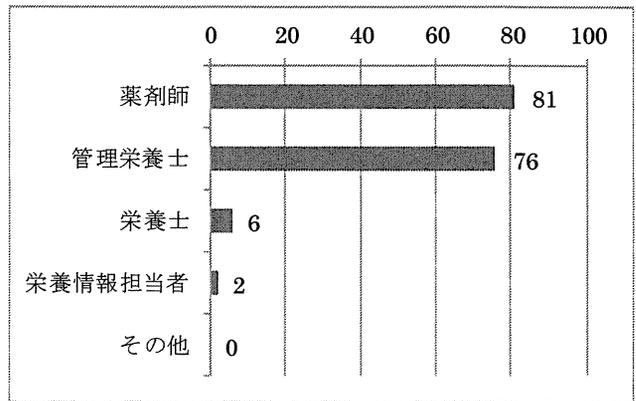


図-2 パンフレットの活用について

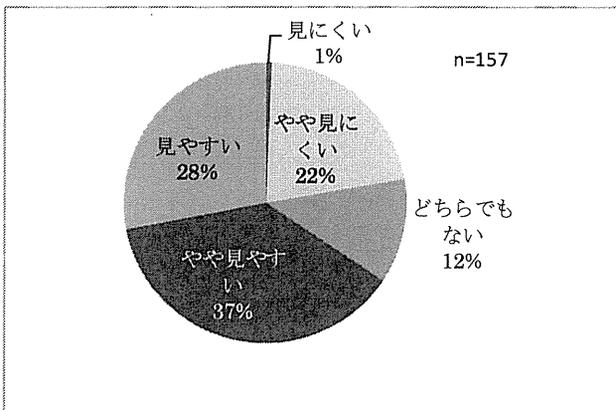


図-3 パンフレットの見やすさについて

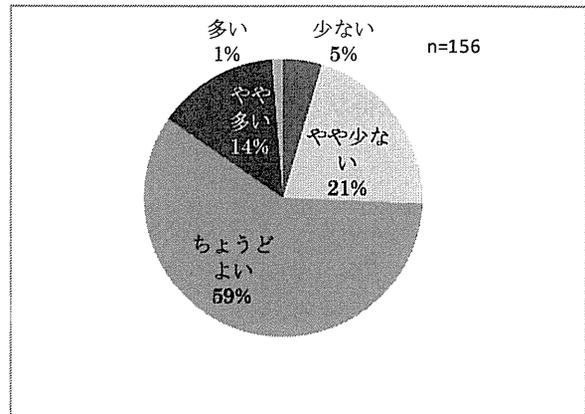


図-4 パンフレットの情報量について

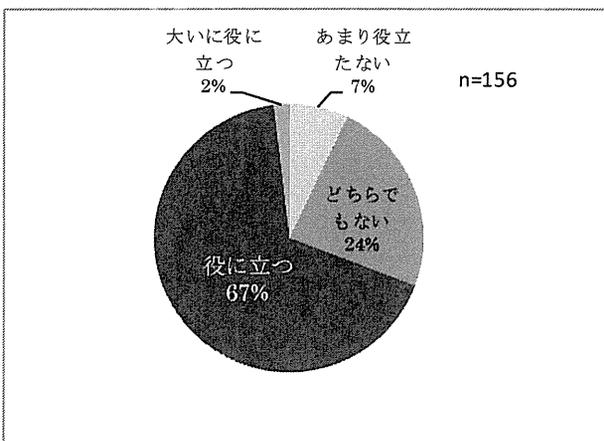


図-5 役に立ったかについて

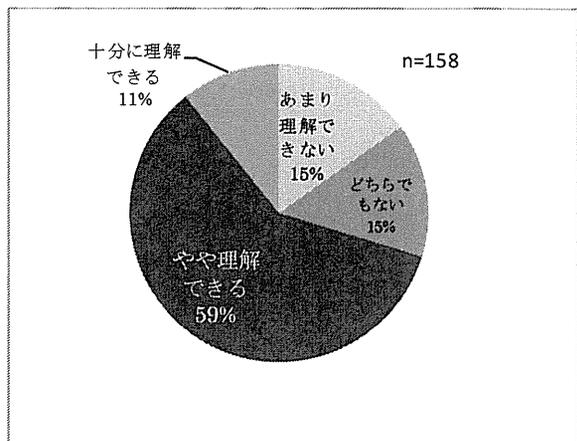


図-6 理解できるかについて

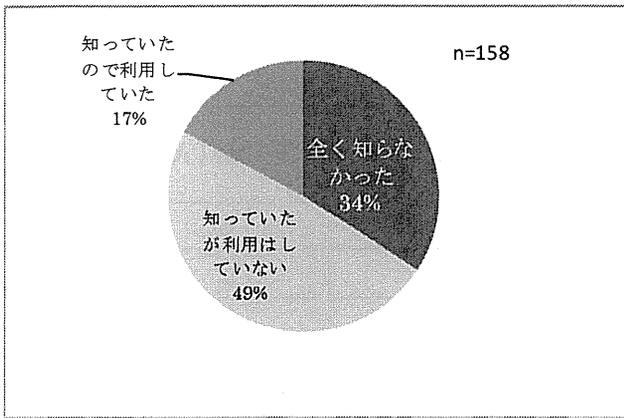


図-7 国立健康・栄養研究所のホームページについて

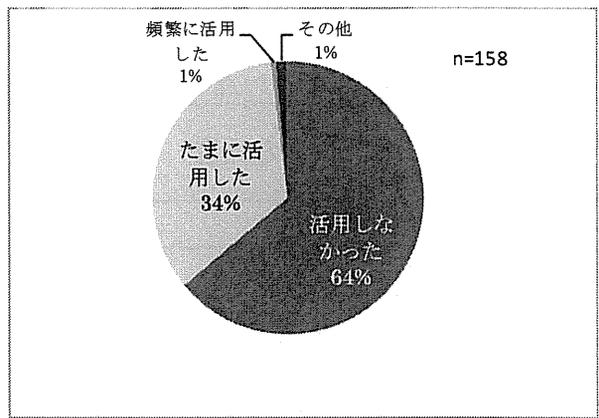


図-8 ホームページの活用について

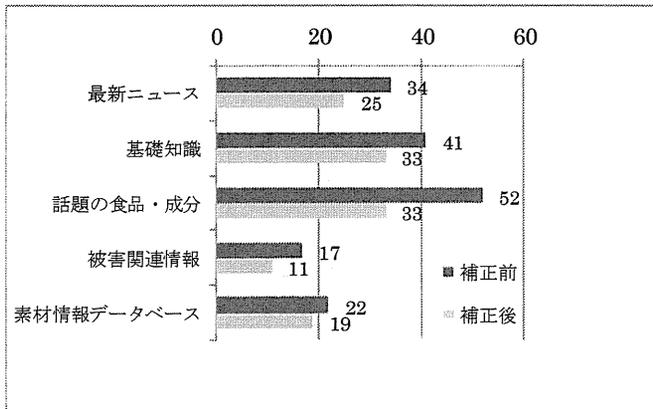


図-9 ホームページの活用項目について

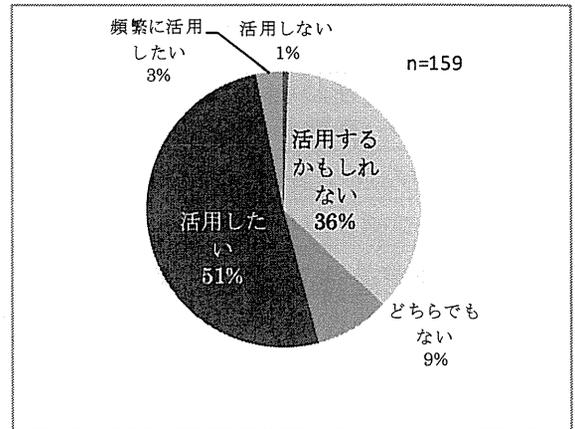


図-10 今後のホームページの活用について

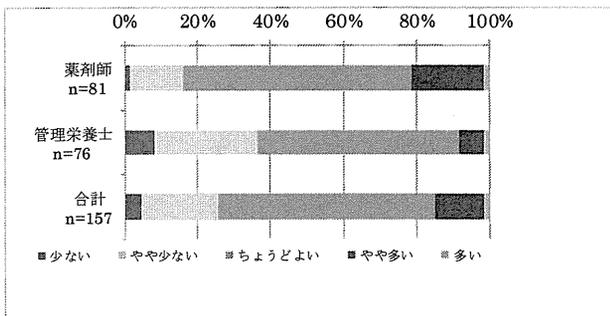


図-11 パンフレットの情報量について (*薬剤師と管理栄養士の意識比較 p<0.01)

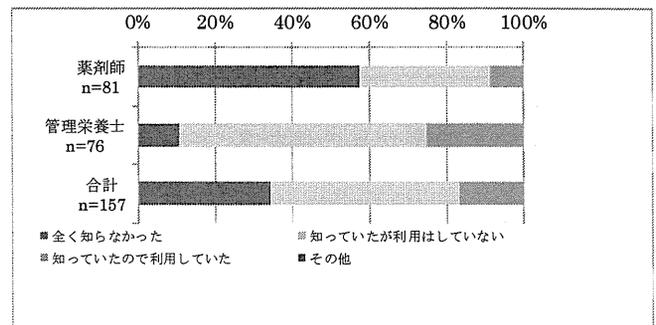


図-12 国立健康・栄養研究所のホームページについて (*薬剤師と管理栄養士の意識比較 p<0.01)

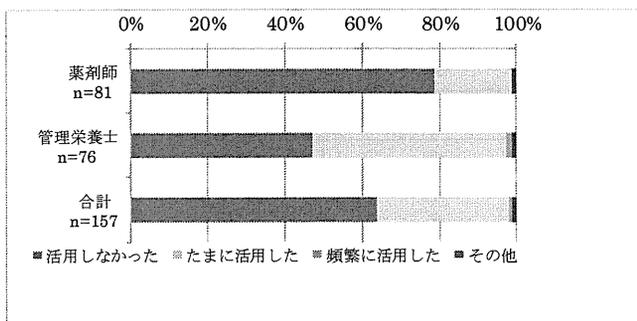


図-13 ホームページの活用について (*薬剤師と管理栄養士の意識比較 p<0.01)

表-1 職種別の理解しがたい点・改善した方がよい点の意見数(人数, 複数回答)

主な内容	管理栄養士・ 栄養士(人)	薬剤師(人)
内容がわかりづらい	7	6
高齢者には難しい	1	2
誤解を招く内容がある(糖尿病, グルコマンナン)	2	
文字が多すぎる	1	1
内容が少なすぎる(絵が多い)	1	1
情報量が適当になるように考えた方がよい		1
専門用語が多すぎる		1
文字が小さすぎる	2	
インターネットを使わなければならないので, 使いにくい人も出てくる(高齢者など)	1	
相談してもらうように誘導する文章がない		1
ホームページ紹介が見づらい		1
特定保健用食品の説明表は不要である		1
重点ポイント(疾患, 健康食品, 連絡先)が不明である		2

表-2 職種別の追加した方がよいと思われる項目・内容意見数(人数, 複数回答)

主な内容	管理栄養士・ 栄養士(人)	薬剤師(人)
サプリメントについて	1	2
注意すべき健康食品の例を多く記載すべき(具体的な例を含む)	18	7
薬と健康食品の相互作用について	2	3
専門家への相談を促す文章	1	3
食事療法のポイントについて	2	3
特定保健用食品について	2	
各疾患と健康食品の関連について	3	
用語の解説について		1
健康被害について	2	2
フードファディズムについて	1	
写真やイラストを多く(大きく, わかりやすくする)	2	2
注意喚起について	2	
内容の的を絞って掲載する		1
受診の目安, ポイントについて		2
ホームページの案内をわかりやすくする	1	
Q&Aを入れる	1	

表-3 今後必要と思われる疾患名(件数, 複数回答)

主な内容	件数
高血圧症	14
各種の“がん”	9
脂質異常症	9
心臓疾患	9
リウマチ	4
痛 風	4
慢性呼吸器疾患	4
ワーファリンが関連する疾患	2
アトピー性皮膚炎	1
食物アレルギー	1
パーキンソン病	1
メタボリックシンドローム	1
胃炎・胃潰瘍	2
抗がん剤治療による副作用症状関連	1
循環器疾患	1
糖尿病のシックデイ時の食事	1
妊 婦	1
脳梗塞	1
肥 満	1
便 秘	1
薬との併用注意・飲み合わせ	1
膠原病	1
膵臓病	1
透析(腹膜透析, 血液透析)	1

平成23年 9月 吉日

(独) 国立高度専門医療研究センター各栄養管理室長殿
(独) 国立病院機構 各栄養管理室長殿
国立ハンセン病療養所 各栄養管理室長殿

広島女学院大学 生活科学部管理栄養学科 教授
石長 孝二郎
(独) 国立病院機構本部 医療部医療課 栄養専門職
調所 勝弘
(独) 国立健康・栄養研究所 情報センター長
梅垣 敬三

平成 23 年度厚生労働科学研究費補助金(食品の安心・安全確保推進研究事業)
健康食品の情報提供システム体制の構築と安全性確保に関する研究
「疾病と健康食品」のパンフレットに関するアンケートへのご協力をお願い

謹 啓

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

昨年は「医療現場における医療従事者の健康食品利用に対する意識調査」にご協力頂き、誠にありがとうございました。御蔭を持ちまして、栄養士 461 名、薬剤師 858 名の先生方からご回答を頂き、医療従事者の意識について把握することができました。実態調査結果につきましては、国立病院機構本部および国立病院機構各ブロック事務所の薬事専門職および栄養専門職の先生方に報告書を送付させて頂いております。機会がありましたらご覧頂ければ幸いに存じます。

さて、現在、国立健康・栄養研究所のホームページにおきまして「健康食品」の安全性・有効性情報」が発信されております。しかし、医療関係者の方々が国立健康・栄養研究所ホームページの発信情報を有効に活用されておられるかどうか、把握することができません。そこで、「健康食品」の安全性・有効性情報をリンクさせた情報提供用パンフレット(糖尿病、肝臓病、腎臓病)および資料編を試験的に作成してみました。

試作したパンフレットが、医療関係者にとって「見やすい」「分かりやすい」ものか、また、どのような改善点が必要か等について、ご意見を頂きたく存じます。業務ご多忙の折、誠に恐縮ですが上記の趣旨をご理解頂き、アンケート調査にご協力頂きますよう、重ねてお願い申し上げます。

なお、このアンケートは、ご本人の自由意思に基づき無記名で行われるものです。ご協力の有無により不利益が生じることはありません。アンケート内容は統計処理を行い、今後のパンフレット開発のためにのみ利用し、個人的な情報がもれたり、ご迷惑をおかけしたりすることは一切ございません。お忙しい中誠に恐縮ですが、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいます様、重ねてお願い申し上げます。

謹 白

※ご不明な点がございましたら、広島女学院大学・石長孝二郎(TEL082-555-8265)までご連絡下さい。

※ご返送は平成 23 年 10 月 21 日までに同封の返信用封筒でご返送下さいますようお願い申し上げます。 返信先: 〒732-0063 広島市東区牛田東 4-13-1 広島女学院大学 管理栄養学科 石長まで

【「疾病と健康食品」のパンフレットに関するアンケート調査】

※アンケートにご協力いただいたスタッフの皆様の御意見をまとめていただき、該当する番号には○印を、()内には記述でご記入ください。

【Q01】アンケートに回答頂いた方の職種をお教えてください。(複数回答可)

1.薬剤師 2.管理栄養士 3.栄養士 4.栄養情報担当者(NR) 5.その他()

【Q02】医療者側からみて、パンフレットは活用できそうですか。

1.活用できる 2.活用できない 3.どちらとも言えない 4.その他()

*活用できないと回答された場合の理由があればお書きください

()

【Q03】パンフレットの第一印象(見やすさ・レイアウト等)はいかがでしたか。

1.見にくい 2.やや見にくい 3.どちらでもない 4.やや見やすい 5.見やすい

【Q04】パンフレットに記載されている情報量は適切でしたか。

1.少ない 2.やや少ない 3.ちょうど良い 4.やや多い 5.多い

【Q05】パンフレットは説明を受ける対象者にとって、役に立ったと思われませんか。

1.全く役立たない 2.あまり役立たない 3.どちらでもない 4.役に立つ 5.大いに役に立つ

【Q06】説明を受ける対象者の方はパンフレットの内容を理解できると思われませんか。

1.全く理解できない 2.あまり理解できない 3.どちらでもない 4.やや理解できる 5.十分に理解できる

【Q07】【Q06】で「1.全く理解できない」「2.あまり理解できない」と回答された方にお尋ねします。

このパンフレットで特に理解し難い点・改善した方がよい点などお気づきの点を記入して下さい。

()

【Q08】「疾病と健康食品」のパンフレットに追加した方がよいと思われる項目や内容を記入して下さい。

()

【Q09】今後、「疾病と健康食品」のパンフレットとして「糖尿病」「腎臓病」「肝臓病」以外に、必要と思われる疾患名があれば記入して下さい。

() () () () ()

【Q10】国立健康・栄養研究所ホームページで健康食品に関する情報が配信されていることをご存じでしたか。

1.全く知らなかった 2.知っていたが利用はしていない 3.知っていたので利用していた 4.その他

【Q11】今回の調査にご協力いただいた期間に国立健康・栄養研究所のホームページを活用しましたか。

1.活用しなかった 2.たまに活用した 3.頻繁に活用した 4.その他

【Q12】国立健康・栄養研究所のホームページ「健康食品」の安全性・有効性情報」の中でどの項目をよく活用しましたか。(複数回答可)

1.最新ニュース 2.基礎知識 3.話題の食品・成分 4.被害関連情報 5.素材情報データベース

【Q13】今回の調査終了後も国立健康・栄養研究所のホームページを活用したいと思いませんか。

1.活用しない 2.活用するかもしれない 3.どちらでもない 4.活用したい 5.頻繁に活用したい

【その他】ご意見などございましたらご記入願います。(裏面にお書きください)

- 御協力ありがとうございました -

平成23年 9月 吉日

(独)国立高度専門医療研究センター各薬剤部長 殿
(独)国立病院機構 各薬剤科長 殿
国立ハンセン病療養所 各薬剤科長 殿

広島女学院大学 生活科学部管理栄養学科 教授
石長 孝二郎
(独)国立病院機構本部 医療部医療課 栄養専門職
調 所 勝 弘
(独)国立健康・栄養研究所 情報センター長
梅 垣 敬 三

平成 23 年度厚生労働科学研究費補助金(食品の安心・安全確保推進研究事業)
健康食品の情報提供システム体制の構築と安全性確保に関する研究
「疾病と健康食品」のパンフレットに関するアンケートへのご協力をお願い

謹 啓

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

昨年は「医療現場における医療従事者の健康食品利用に対する意識調査」にご協力頂き、誠にありがとうございました。御蔭を持ちまして、栄養士 461 名、薬剤師 858 名の先生方からご回答を頂き、医療従事者の意識について把握することができました。実態調査結果につきましては、国立病院機構本部および国立病院機構各ブロック事務所の薬事専門職および栄養専門職の先生方に報告書を送付させて頂いております。機会がありましたらご覧頂ければ幸いに存じます。

さて、現在、国立健康・栄養研究所のホームページにおきまして「健康食品」の安全性・有効性情報」が発信されております。しかし、医療関係者の方々が国立健康・栄養研究所ホームページの発信情報を有効に活用されておられるかどうか、把握することができません。そこで、「健康食品」の安全性・有効性情報をリンクさせた情報提供用パンフレット(糖尿病、肝臓病、腎臓病)および資料編を試験的に作成してみました。

試作したパンフレットが、医療関係者にとって「見やすい」「分かりやすい」ものか、また、どのような改善点が必要か等について、ご意見を頂きたく存じます。業務ご多忙の折、誠に恐縮ですが上記の趣旨をご理解頂き、アンケート調査にご協力頂きますよう、重ねてお願い申し上げます。

なお、このアンケートは、ご本人の自由意思に基づき無記名で行われるものです。ご協力の有無により不利益が生じることはありません。アンケート内容は統計処理を行い、今後のパンフレット開発のためのみ利用し、個人的な情報がもれたり、ご迷惑をおかけしたりすることは一切ございません。お忙しい中誠に恐縮ですが、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいます様、重ねてお願い申し上げます。

謹 白

※ご不明な点がございましたら、広島女学院大学・石長孝二郎(TEL082-555-8265)までご連絡下さい。
※ご返送は平成 23 年 10 月 21 日までに同封の返信用封筒でご返送下さいますようお願い申し上げます。
返信先: 〒732-0063 広島市東区牛田東 4-13-1 広島女学院大学 管理栄養学科 石長まで

【「疾病と健康食品」のパンフレットに関するアンケート調査】

※アンケートにご協力いただいたスタッフの皆様の御意見をまとめていただき、該当する番号には○印を、()内には記述でご記入ください。

【Q01】アンケートに回答頂いた方の職種をお教えてください。(複数回答可)

1.薬剤師 2.管理栄養士 3.栄養士 4.栄養情報担当者(NR) 5.その他()

【Q02】医療者側からみて、パンフレットは活用できそうですか。

1.活用できる 2.活用できない 3.どちらとも言えない 4.その他()

*活用できないと回答された場合の理由があればお書きください
()

【Q03】パンフレットの第一印象(見やすさ・レイアウト等)はいかがでしたか。

1.見にくい 2.やや見にくい 3.どちらでもない 4.やや見やすい 5.見やすい

【Q04】パンフレットに記載されている情報量は適切でしたか。

1.少ない 2.やや少ない 3.ちょうど良い 4.やや多い 5.多い

【Q05】パンフレットは説明する対象者にとって、役に立ったと思われませんか。

1.全く役立たない 2.あまり役立たない 3.どちらでもない 4.役に立つ 5.大いに役に立つ

【Q06】説明する対象者の方はパンフレットの内容を理解できると思われませんか。

1.全く理解できない 2.あまり理解できない 3.どちらでもない 4.やや理解できる 5.十分に理解できる

【Q07】【Q06】で「1.全く理解できない」「2.あまり理解できない」と回答された方にお尋ねします。

このパンフレットで特に理解し難い点・改善した方がよい点などお気付きの点を記入して下さい。
()

【Q08】「疾病と健康食品」のパンフレットに追加した方がよいと思われる項目や内容を記入して下さい。

()

【Q09】今後、「疾病と健康食品」のパンフレットとして「糖尿病」「腎臓病」「肝臓病」以外に、必要と思われる疾患名があれば記入して下さい。

() () () () ()

【Q10】国立健康・栄養研究所ホームページで健康食品に関する情報が配信されていることをご存じでしたか。

1.全く知らなかった 2.知っていたが利用はしていない 3.知っていたので利用していた 4.その他

【Q11】今回の調査にご協力いただいた期間に国立健康・栄養研究所のホームページを活用しましたか。

1.活用しなかった 2.たまに活用した 3.頻繁に活用した 4.その他

【Q12】国立健康・栄養研究所のホームページ「健康食品」の安全性・有効性情報」の中でどの項目をよく活用しましたか。(複数回答可)

1.最新ニュース 2.基礎知識 3.話題の食品・成分 4.被害関連情報 5.素材情報データベース

【Q13】今回の調査終了後も国立健康・栄養研究所のホームページを活用したいと思いますか。

1.活用しない 2.活用するかもしれない 3.どちらでもない 4.活用したい 5.頻繁に活用したい

【その他】ご意見などございましたらご記入願います。(裏面にお書きください)

- 御協力ありがとうございました -

平成23年 9月 吉日

健康食品を取り扱われている皆様へ

広島女学院大学 生活科学部 管理栄養学科教授 石長 孝二郎
国立健康・栄養研究所 情報センター長 梅 垣 敬 三

「疾病と健康食品」のパンフレット配布およびアンケート調査 へのご協力をお願い申し上げます

謹 啓

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

現在、国立健康・栄養研究所のホームページにおきまして「健康食品」の安全性・有効性情報が発信されております。しかし、消費者の方々をはじめ、販売される方々や医療関係者の方々に国立健康・栄養研究所のホームページを活用されておられるかどうか、把握することができません。

そこで、今回、疾病のある人に正しい情報を伝え、健康被害を未然に防止することを目的に、厚生労働科学研究費補助金「健康食品の情報提供システム体制の構築と安全性確保に関する研究」において、国立健康・栄養研究所ホームページの「健康食品」の安全性・有効性情報をリンクさせた情報提供用パンフレット(糖尿病、肝臓病、腎臓病)および資料編を試験的に作成してみました。

しかし、試作したパンフレットが、消費者や販売スタッフの皆様にとって「見やすい」「分かりやすい」ものか、また、どのような改善点が必要か等について、実際に使用して頂き、ご意見を頂ければ幸いに存じます。業務ご多忙の折、誠に恐縮ですが、上記の趣旨をご理解頂き、パンフレット配布時の状況やパンフレット内容等について、貴店スタッフ全体のご自由な意見をまとめていただき、アンケート調査にご協力頂きますよう、お願い申し上げます。

なお、このアンケートは、ご本人の自由意思に基づき無記名で行われるものです。ご協力の有無により不利益が生じることはありません。アンケート内容は統計処理を行い、今後のパンフレット開発のためにのみ利用し、個人的な情報がもれたり、貴店にご迷惑をおかけしたりすることは一切ございません。お忙しい中誠に恐縮ですが、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいます様、重ねてお願い申し上げます。

謹 白

※ご不明な点がございましたら、広島女学院大学生生活科学部管理栄養学科 石長(いしなが) TEL082-555-8265 までご連絡下さい。

※ご返送は平成23年10月21日までに同封の返信用封筒でご返送下さいますようお願い申し上げます。 返信先:〒732-0063 広島市東区牛田東 4-13-1 広島女学院大学 管理栄養学科 石長まで

【「疾病と健康食品」のパンフレットに関するアンケート調査】

※貴店でアンケートにご協力いただいたスタッフの皆様の御意見をまとめていただき、該当する番号には○印を、()内には記述でご記入ください。

【Q01】パンフレット配布・説明に際して、主に関わっていただいた職種はどの職種ですか。(複数回答可)

1.責任者(店長) 2.薬剤師 3.管理栄養士 4.栄養士 5.栄養情報担当者(NR) 6.その他()

【Q02】調査期間中にパンフレットは、大よそ何名の方に配布し、何名の方から質問を受けましたか。

配布人数()名程度 質問を受けた人数()名程度

【Q03】パンフレットの第一印象(見やすさ・レイアウト等)はいかがでしたか

1.見にくい 2.やや見にくい 3.どちらでもない 4.やや見やすい 5.見やすい

【Q04】パンフレットに記載されている情報量は適切でしたか。

1.少ない 2.やや少ない 3.ちょうど良い 4.やや多い 5.多い

【Q05】パンフレットは説明していただいた対象者にとって、役に立ったと思われませんか。

1.全く役立たなかった 2.あまり役立たなかった 3.どちらでもない 4.役立った 5.大いに役立った

【Q06】説明していただいた対象者の方はパンフレットの内容を理解できたと思われませんか。

1.全く理解しなかった 2.あまり理解しなかった 3.どちらでもない 4.やや理解した 5.十分に理解した

【Q07】【Q06】で「1.全く理解しなかった」「2.あまり理解しなかった」と回答された方にお尋ねします。

このパンフレットで特に理解し難い点・改善した方がよい点などお気付きの点を記入して下さい。
()

【Q08】「疾病と健康食品」のパンフレットに追加した方がよいと思われる項目や内容を記入して下さい。
()

【Q09】今後、「疾病と健康食品」のパンフレットとして「糖尿病」「腎臓病」「肝臓病」以外に、必要と思われる疾患名があれば記入して下さい。

() () () () ()

【Q10】国立健康・栄養研究所ホームページで健康食品に関する情報が配信されていることをご存じでしたか。

1.全く知らなかった 2.知っていたが利用はしていない 3.知っていたので利用していた

【Q11】今回の調査にご協力いただいた期間に国立健康・栄養研究所のホームページを活用しましたか。

1.活用しなかった 2.たまに活用した 3.頻繁に活用した

【Q12】国立健康・栄養研究所のホームページ「健康食品」の安全性・有効性情報」の中でどの項目を活用しましたか。(複数回答可)

1.最新ニュース 2.基礎知識 3.話題の食品・成分 4.被害関連情報 5.素材情報データベース

【Q13】今回の調査終了後も国立健康・栄養研究所のホームページを活用したいと思いませんか。

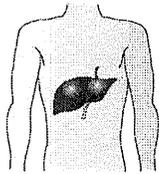
1.活用しない 2.活用するかもしれない 3.どちらでもない 4.活用したい 5.頻繁に活用したい

【その他】ご意見などございましたらご記入願います。

- 御協力ありがとうございました -

ご存知ですか？ 肝臓病と健康食品

肝臓病とは



肝臓は栄養素を代謝する以外に、体の各臓器から集まった物質を分解・合成する、胆汁をつくる、体に有害な物質を解毒するなど色々な働きを担っています。肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれており、病気が進行するまでほとんど症状がないので注意が必要です。肝臓病は急性肝臓病と慢性肝臓病に大別され、肝炎、脂肪肝、肝硬変、肝がんなどが代表的です。原因としてはウイルスによるものが最も多く、その他にアルコールの飲みすぎ、栄養の過剰摂取、先天的なもの、自己免疫によるものなどがあります。

肝臓病の食事療法のポイント

- 適正なエネルギーで栄養バランスのとれた食事が基本となりますが、肝臓の状態に合わせて色々な栄養を調整します。
- アルコールは肝機能を低下させますので、禁酒しましょう。

＜慢性肝炎の食事療法＞

- ・とくに細かい制限は行いません。バランスのとれた食事を規則正しくとることが重要です。
- ・肝臓に鉄分が過剰に蓄積されて炎症が進行するとの報告があります。鉄分を多く含む食品に注意しましょう。



＜肝硬変の食事療法＞

- ・特に症状が無い場合は慢性肝炎に準じたバランスの良い食事を基本とします。
- ・便秘予防のため、またビタミン・ミネラルが不足しないように野菜・果物・海藻・豆類などは積極的に食べましょう。
- ・腹水がある場合は塩分を制限します。
- ・食道静脈瘤がある場合は、硬い食品を避けてよく噛んで食べましょう。また香辛料など食道を刺激する食品は避けましょう。
- ・肝性脳症がある場合は、食事からのたんぱく質を減らし、肝疾患用経口栄養剤（アミノ酸）を補給します。
- ・肝機能が低下すると、早朝に低血糖を呈することがあります。早朝の低血糖を予防するために、就寝前に補助食をとる事があります。

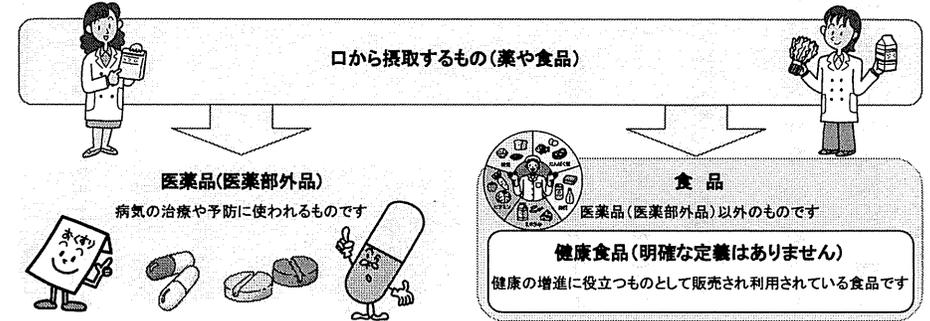
「健康食品」は「薬（医薬品）」とは異なります

「薬（医薬品）」は

- ①製品の品質が保たれています。
- ②安全性・有効性の試験がなされています。
- ③医師・薬剤師による利用環境が整っています。



しかし、「健康食品」に「病気の治療・治癒」を期待して利用すると病状が悪化したり「薬（医薬品）」と「健康食品」を併用した場合、「薬（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。



「特定保健用食品」もあくまで「食品」です

医薬品	食品		
	保健機能食品		食品
【医薬品】 (医薬部外品を含む) 	【特定保健用食品】 (個別許可型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・保健用途(栄養成分機能) ・注意喚起 【国の審査が必要】 	【栄養機能食品】 (規格基準型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・栄養成分機能 ・注意喚起 【国の審査・届け出は不要】 現在は、ビタミン12種類とミネラル5種類について、表示できる 	【一般食品】 (いわゆる健康食品を含む) 【表示内容】 ・(栄養成分含有)

特定保健用食品は、国が許可した製品ではありますが、あくまでも、病気になっていない人が健康の維持・増進の目的で使用されるものです。「食品」ですので、「薬（医薬品）」のように「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。

製品を選ぶ際には、製品の表示や広告をよく確認しましょう



□ 「製造者」や「販売者」などの「名前」や「原材料名」の表示はありますか？

■名称:	-----
■原材料名:	-----
■内容量:	-----
■賞味期限:	-----
■保存方法:	-----
■販売者:	-----

□ 「お客様相談窓口」などの「連絡先」が記載されていますか？

【お客様相談窓口】

TEL: 00-0000-0000
FAX: 00-0000-0000
受付時間 00:00~00:00

□ 「栄養成分」や「その他の成分」の量が表示されていますか？

「グルコサミン」など

□ 「適切な摂取方法」や「摂取量」、「注意点」などが記載されていますか？

「アレルギーのある方は、使用前に医師などにご相談ください」など

□ 「個人差」に関する表示はありますか？

「効果の感じ方には個人差があります」など

□ 「安全性」や「品質」について不適切な説明をいませんか？

□ 「食事を基本とする」ことの表示はありますか？

「食生活は主食、主菜、副菜を基本にバランスのとれた食事を」など

※疾病がある方は医師、薬剤師、管理栄養士にご相談ください

注意すべき栄養成分（例）

「ウコン（ターメリック）」

ウコン（正式名称：アキウコン）は俗に「肝臓の機能を高める」といわれていますが肝臓疾患（肝硬変、肝炎など）の人がウコンを摂ると、症状が悪化する可能性があります。また、ウコンの製品内に鉄が多く含まれているものもありますので、鉄制限食療法をされている方も注意が必要です。



「アガリクス（ヒメマツタケ・別名：カワリハラタケ）」

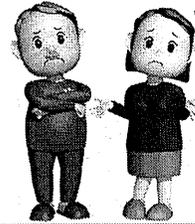
俗に「免疫力を高める」「ガンに効く」といわれていますが、肝臓の機能を低下させる原因になる可能性もあります。肝臓疾患の人は、摂取する場合に注意が必要です。



※ここでは一部の栄養成分を掲載しています。

それ以外の情報は、裏面の「独立行政法人国立健康・栄養研究所ホームページ」でご確認ください。

この健康食品の成分は・・・
安全なんだろうか？
有効なんだろうか？



「健康食品」の安全性・有効性情報を知りたい方へ
科学的根拠に基づいた情報を提供しているホームページがあります！
※「健康食品」の成分から安全性・有効性を調べることができます。
健康食品に関するこんなことがわかります
・有効性情報 ・医薬品との相互作用 ・安全性情報 ・成分の特性 ・品質情報

「独立行政法人国立健康・栄養研究所」のホームページです

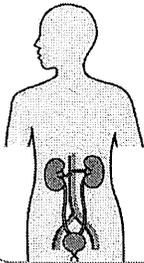
<http://hfnet.nih.go.jp/>

The screenshot shows the homepage of the National Institute of Health and Nutrition (NHN). Key sections include:

- What's New:** A list of recent news items with dates ranging from 2011 to 2012.
- 「健康食品」の安全性・有効性情報:** A central banner for the Information System on Safety and Effectiveness for Health Foods.
- サブリエメントへの疑問は、私がお答えいたします!:** A section featuring a cartoon character and text about answering questions regarding supplements.
- 最新ニュース:** A list of recent news items with dates.
- 注目情報:** A list of featured information items with dates.
- 最新情報データベース:** A database of the latest information.

ご存知ですか？

腎臓病と健康食品



腎臓病とは

腎臓は血液中の老廃物などを排泄し、尿をつくるための臓器であることはよく知られていますが、これ以外にも「体内の水分量や電解質の調整」「ホルモンの分泌と調節」など色々な動きをして、体をいつもよい状態に保つようしています。

腎臓病は「急性腎臓病」と「慢性腎臓病」に大別されますが、慢性糸球体腎炎、腎不全、ネフローゼ症候群、糖尿病性腎症などが代表的です。

腎臓病の食事療法のポイント

たんぱく質、塩分、エネルギーの管理をしましょう

○たんぱく質を控えましょう

腎機能に合わせてたんぱく質の摂取量をコントロールします。

過剰にたんぱく質を摂取すると血液中に尿素窒素やクレアチニンなどの老廃物が増えて、処理をする腎臓へ負担がかかります。

○塩分を控えましょう

塩分の摂りすぎは、高血圧やむくみなどの原因になります。高血圧がある場合や少し腎機能が低下している場合などは、1日の塩分量は6g未満を基本とします。

○エネルギーコントロールについて

たんぱく質を減らすと、どうしても摂取エネルギーが減少します。たんぱく質が体内で有効に利用されるよう、エネルギーは不足しないようにしましょう。また、エネルギーが不足すると、身体中のたんぱく質が分解されることがあります。するとたんぱく質を食べたことと同じ状態になり、尿素窒素や老廃物が出て腎臓へ負担がかかります。

○その他の注意点について

腎機能が低下して血液中のカリウム濃度が高いとき、カリウム摂取を制限します。カリウムは野菜・果物・海藻類などに多く含まれますが水に溶けやすいので、調理により減らすことができます。むくみなどの症状によっては、水分の制限が必要になります。極端な水分制限は腎臓を流れる血液量が減少し、腎機能がさらに低下するので注意が必要です。

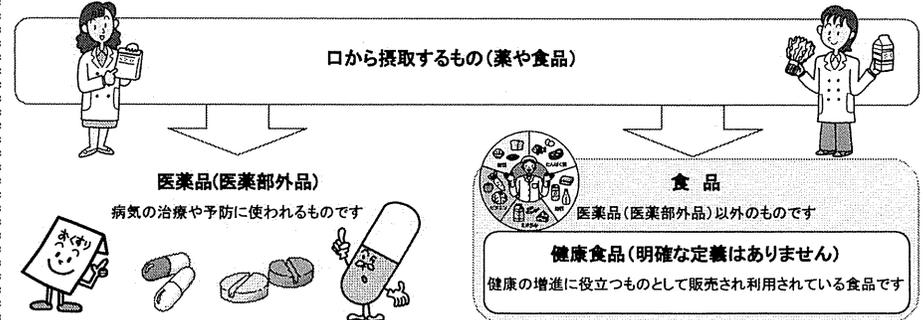


「健康食品」は「薬（医薬品）」とは異なります

- 「薬（医薬品）」は
- ①製品の品質が保たれています。
 - ②安全性・有効性の試験がなされています。
 - ③医師・薬剤師による利用環境が整っています。



しかし、「健康食品」に「病気の治療・治癒」を期待して利用すると病状が悪化したり「薬（医薬品）」と「健康食品」を併用した場合、「薬（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。

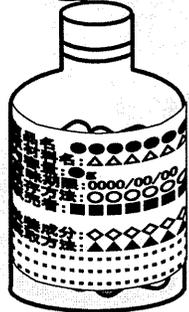


「特定保健用食品」もあくまで「食品」です

医薬品	食品		
	保健機能食品		食品
【医薬品】 (医薬部外品を含む) 	【特定保健用食品】 (個別許可型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・保健用途(栄養成分機能) ・注意喚起 【国の審査が必要】 	【栄養機能食品】 (規格基準型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・栄養成分機能 ・注意喚起 【国の審査・届け出は不要】 現在は、ビタミン12種類とミネラル5種類について、表示できる	【一般食品】 (いわゆる健康食品を含む) 【表示内容】 ・(栄養成分含有) 

特定保健用食品は、国が許可した製品ではありますが、あくまでも、病気になっていない人が健康の維持・増進の目的で使用するものです。「食品」ですので、「薬（医薬品）」のように「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。

製品を選ぶ際には、製品の表示や広告をよく確認しましょう



□ 「製造者」や「販売者」などの「名前」や「原材料名」の表示はありますか？

- 名称
- 原材料名
- 内容量
- 賞味期限
- 保存方法
- 販売者

□ 「お客様相談窓口」などの「連絡先」が記載されていますか？

【お客様相談窓口】
TEL: 00-0000-0000
FAX: 00-0000-0000
受付時間 00:00~00:00



□ 「栄養成分」や「その他の成分」の量が表示されていますか？
「グルコサミン」など

□ 「適切な摂取方法」や「摂取量」、「注意点」などが記載されていますか？
「アレルギーのある方は、使用前に医師などに相談ください」など

□ 「個人差」に関する表示はありますか？
「効果の感じ方には個人差があります」など

□ 「安全性」や「品質」について不適切な説明をいませんか？

□ 「食事を基本とする」ことの表示はありますか？
「食生活は主食、主菜、副菜を基本にバランスのとれた食事を」など

※ 疾病がある方は医師、薬剤師、管理栄養士にご相談ください



注意すべき栄養成分（例）

「にがり」

にがりは便通を良くすると言われていますが、摂りすぎると下痢やマグネシウム中毒（脱力感、低血圧、呼吸障害など）の出現可能性があります。腎臓の悪い方は中毒を起こしやすいので注意が必要です。



「ノニ（ヤエヤマアオキ）」

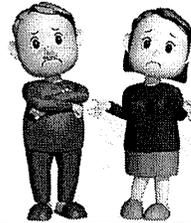
腎機能不全の人は、高カリウム血症のリスクが上昇するので、ノニジュースを摂取する場合は注意が必要です。



※ ここでは一部の栄養成分を掲載しています。

それ以外の情報は、裏面の「独立行政法人国立健康・栄養研究所ホームページ」でご確認ください。

この健康食品の成分は・・・
安全なんだろうか？
有効なんだろうか？



「健康食品」の安全性・有効性情報を知りたい方へ
科学的根拠に基づいた情報を提供しているホームページがあります！
※ 「健康食品」の成分から安全性・有効性を調べることができます。
健康食品に関するこんなことがわかります
・有効性情報 ・医薬品との相互作用 ・安全性情報 ・成分の特性・品質情報

「独立行政法人国立健康・栄養研究所」のホームページです

<http://hfnet.nih.go.jp/>

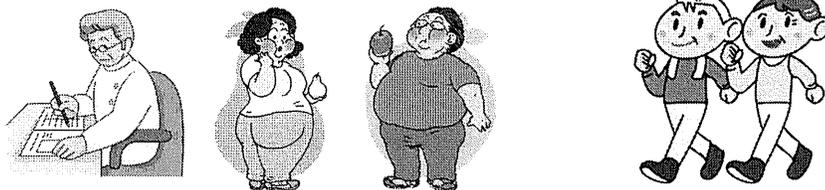
The screenshot shows the homepage of the National Institute of Health and Nutrition (NIH) HFNet. The main header includes the logo and name of the institute. Below the header, there are several sections: 'What's New' with a list of recent news items, a '健康食品の安全性・有効性情報' (Safety and Effectiveness Information for Health Foods) section with search filters, and a 'サプリメントへの疑問は、私が答えたいです!' (I want to answer your questions about supplements!) section featuring a cartoon character. The page also includes a navigation menu, a footer with copyright information, and various utility links.

ご存知ですか？ 糖尿病と健康食品

糖尿病とは

糖尿病は「血液に含まれる糖分（血糖）が多くなる病気」で、その状態が続くと血管に障害が出やすくなり、網膜症による失明、腎不全、心筋梗塞や脳卒中など、いろいろな合併症が出てきます。

原因はすい臓から分泌される「インスリン」が十分に供給されなかったり、インスリンが出てもその受け手である細胞に十分に行き渡らなかったりすることです。遺伝、肥満、運動不足、すい臓自体の病気などが背景にあります。



糖尿病の食事療法のポイント

糖尿病の食事療法は、過食や偏食をせずに規則正しく食べることが基本です。主治医からの指示エネルギー量を守りながら、いろいろな食品を適量食べるようにして栄養バランスに気をつけましょう。

コレステロールや飽和脂肪酸を多く含む食品
中性脂肪を増やすような甘いものは控えめにしましょう



塩分は控えめに
種類の汁は残しましょう



減塩

食物繊維を多く取りましょう
(野菜・海藻・きのこなど)



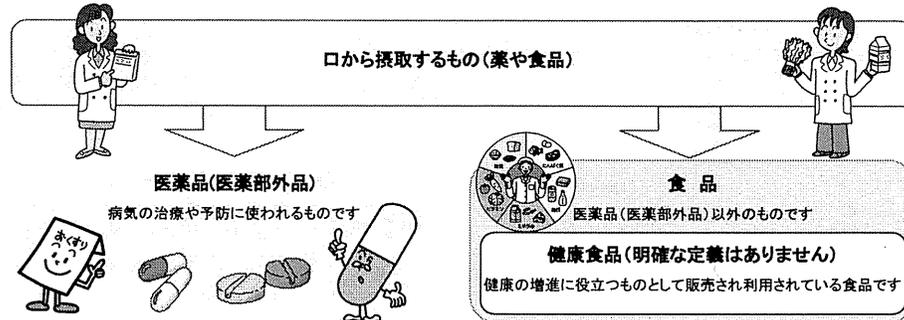
「健康食品」は「薬（医薬品）」とは異なります

「薬（医薬品）」は

- ①製品の品質が保たれています。
- ②安全性・有効性の試験がなされています。
- ③医師・薬剤師による利用環境が整っています。



しかし、「健康食品」に「病気の治療・治癒」を期待して利用すると病状が悪化したり「薬（医薬品）」と「健康食品」を併用した場合、「薬（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。



「特定保健用食品」もあくまで「食品」です

医薬品	食品		
	保健機能食品		食品
【医薬品】 (医薬部外品を含む) 	【特定保健用食品】 (個別許可型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・保健用途(栄養成分機能) ・注意喚起 【国の審査が必要】 	【栄養機能食品】 (規格基準型) 【表示内容】 ・栄養成分含有 ・栄養成分機能 ・注意喚起 【国の審査・届け出は不要】 現在は、ビタミン12種類とミネラル5種類について、表示できる	【一般食品】 (いわゆる健康食品を含む) 【表示内容】 ・(栄養成分含有)

特定保健用食品は、国が許可した製品ではありますが、あくまでも、病気になっていない人が健康の維持・増進の目的で使用するものです。「食品」ですので、「薬（医薬品）」のように「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。

製品を選ぶ際には、製品の表示や広告をよく確認しましょう



□ 「製造者」や「販売者」などの「名前」や「原材料名」の表示はありますか？

■名称	-----
■原材料名	-----
■内容量	-----
■賞味期限	-----
■保存方法	-----
■販売者	-----

□ 「お客様相談窓口」などの「連絡先」が記載されていますか？

【お客様相談窓口】
TEL: 00-0000-0000
FAX: 00-0000-0000
受付時間 00:00~00:00



□ 「栄養成分」や「その他の成分」の量が表示されていますか？
「グルコサミン」など

□ 「適切な摂取方法」や「摂取量」、「注意点」などが記載されていますか？
「アレルギーのある方は、使用前に医師などに相談ください」など

□ 「個人差」に関する表示はありますか？
「効果の感じ方には個人差があります」など

□ 「安全性」や「品質」について不適切な説明をいませんか？

□ 「食事を基本とする」ことの表示はありますか？
「食生活は主食、主菜、副菜を基本にバランスのとれた食事を」など

※疾病がある方は医師、薬剤師、管理栄養士にご相談ください

注意すべき栄養成分(例)

「グルコサミン」

グルコサミンは甲殻類の殻などに含まれる糖の一種です。インスリンに対して作用を及ぼし、コレステロール値、血圧の上昇を誘発するおそれがあります。糖尿病の人は注意して使用しましょう。使用する際は血糖値、コレステロール値、血圧を定期的に観察しましょう。



「グルコマンナン」

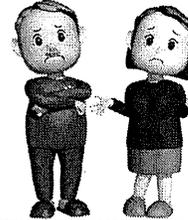
グルコマンナンはコンニャクマンナンに代表される水溶性食物繊維です。空腹時や食後血糖値を低下させるので、血糖コントロールに影響を与えることがあります。使用時は血糖値を定期的に観察しましょう。



※ここでは一部の栄養成分を掲載しています。

それ以外の情報は、裏面の「独立行政法人国立健康・栄養研究所ホームページ」でご確認ください。

この健康食品の成分は・・・
安全なんだろうか？
有効なんだろうか？



「健康食品」の安全性・有効性情報を知りたい方へ

科学的根拠に基づいた情報を提供しているホームページがあります！

※「健康食品」の成分から安全性・有効性を調べることができます。

健康食品に関するこんなことがわかります

・有効性情報 ・医薬品との相互作用 ・安全性情報 ・成分の特性・品質情報

「独立行政法人国立健康・栄養研究所」のホームページです

<http://hfnet.nih.go.jp/>

The screenshot shows the homepage of the National Institute of Health and Nutrition (NIHN). The main navigation bar includes 'What's New', '健康食品の安全性・有効性情報', and 'サプリメントへの疑問は、私が答えいたします!'. The 'What's New' section lists recent news items with dates. The '健康食品の安全性・有効性情報' section provides information on the safety and efficacy of health foods. The 'サプリメントへの疑問は、私が答えいたします!' section features a cartoon character and text indicating that questions about supplements will be answered. The footer contains copyright information for the year 2014.

「肝臓疾患・腎臓疾患・糖尿病に関連する健康食品について」

【資料編】

(独) 国立健康・栄養研究所のホームページ (<http://hfnet.nih.go.jp/>) より検索し、文章を抜粋しました。H22年11月16日現在の内容を抜粋して掲載しているため変更されている場合があります。詳細の確認に関しては(独) 国立健康・栄養研究所のホームページ (<http://hfnet.nih.go.jp/>) を参照していただきますようお願いいたします。

平成23年度厚生労働科学研究費補助金研究(食品の安心・安全確保推進研究事業)における分担研究「入院患者の健康食品の利用実態調査」研究班

「肝臓疾患に関連する健康食品」

「肝臓疾患に関連する健康食品」

①禁忌 (五十音順)

- ・カンゾウ(甘草)
- ・セイヨウカノコソウ(俗名:パレリアン)
- ・セイヨウトチノキ(マロニエ)
- ・ポルド
- ・ユーカリ、ユーカリノキ、ユーカリバタス

②危険情報 (五十音順)

- ・γ-アミノ酪酸(ギヤバ)
- ・アセチル-L-カルニチン
- ・アミグダリン、レートリル、レトリル
- ・アルギニン
- ・アルファルファ(ウマゴヤシ/ムラサキウマゴヤシ)
- ・アロエベラ(キュラソーアロエ)、ケーブアロエ(俗名:アロエ)
- ・イソロイシン(*高用量摂取の場合)
- ・イチョウ
- ・ウコン
- ・エキナセア(エキナケア)
- ・カスカラサグラダ、カスカラ
- ・カバ
- ・カバノアナタケ、樺孔茸、樺穴茸、チャーガ
- ・ガルシニア・カンボジア
- ・カルニチン
- ・キシリトール(*静注の場合)
- ・キダチアロエ(俗名:アロエ、医者いらず)
- ・キャッツクロー
- ・共役リノール酸
- ・クルクミン
- ・グルコサミン
- ・グルタミン
- ・クレアチン
- ・クロム
- ・クロレラ
- ・ケイヒ(桂皮)(*過剰量・長期摂取の場合)
- ・ケール(別名:ハゴロモカンラン)
- ・ケフィア(ヨーグルトきのこ)
- ・ゲルマニウム
- ・コエンザイム Q11、ユビキノン、ビタミン Q
- ・コンドロイチン硫酸
- ・ザクロ(サンセキリュウ/セキリョウ)
- ・サメナンコツ
- ・シジミ
- ・スカルキャップ、ヴァージニアツツナミ
- ・スピルリナ
- ・セイヨウエビラハギ(別名:メリロート、スイートクローバー)(*大量摂取の場合)
- ・セイヨウトチノキ(セントジョーンズワート)
- ・禁忌にもありセイヨウカノコソウ(俗名:パレリアン)
- ・禁忌にもありセイヨウトチノキ(マロニエ)(*筋肉注射の場合)(*静脈注射の場合)
- ・セイヨウヤドリギ(俗名:ミスルトウ)(*多量摂取の場合)

- ・セレン
- ・ダイダイ(ビターオレンジ)
- ・チャ(茶)(*過剰摂取、抽出物を摂取の場合)
- ・チャバラル、クレオソートブッシュ(*経口摂取の場合)
- ・朝鮮ニンジン(オタネニンジン、高麗人参)
- ・中鎖脂肪酸
- ・ツルドクダミ(*経口摂取の場合)
- ・鉄(*長期摂取の場合)
- ・デヒドロエピアンドロステロン、プラステロン(*多量摂取の場合)
- ・トウガラシ(*大量摂取・長期摂取の場合)
- ・銅
- ・トリプトファン
- ・ナイアシン、ニコチン酸およびニコチンアミド(*大量摂取の場合)
- ・ニームノキ、ニーム、マルゴサノキ、センダン属(*過剰摂取・長期摂取の場合)
- ・乳清
- ・ニンニク(俗名:セイヨウニンニク、ガーリック)(*健康食品摂取の場合)
- ・ノコギリヤシ(俗名:ソウバルメット)
- ・ノニ(ヤヤマアオキ)
- ・パセリ(パセリ油)
- ・バターバー、西洋フキ
- ・ハタケシメジ
- ・バリリン(*経口摂取・静注の場合)
- ・ヒアルロン酸
- ・ビタミン A(レチノール)
- ・ビタミン B1(チアミン)
- ・ビタミン B6(ピリドキシン)
- ・ビタミン C(アスコルビン酸)
- ・ビタミン D(エルゴカルシフェロール、コレカルシフェロール)
- ・ビタミン E(トコフェロール)
- ・ビタミン K(*幼児へのK3投与の場合)
- ・ヒメマツタケ(俗名:カワリハラタケ、アガリクス)
- ・ブレリア・ミリフィカ、ガウクルア
- ・フキタンポポ(カントウヨウ)
- ・ブラセンタ、胎盤
- ・ブラックコホシユ
- ・プロポリス
- ・ヒメマツタケ(俗名:カワリハラタケ、アガリクス)
- ・ブレリア・ミリフィカ、ガウクルア
- ・フキタンポポ(カントウヨウ)

- ・ブラセンタ、胎盤
- ・ブラックコホシユ
- ・プロポリス
- ・ベニコウジ
- ・マンガン(*過剰摂取の場合)
- ・メチオニン(*乳児への経管栄養剤長期使用の場合)
- ・メチルスルフォニルメタン(メチルサリフォニルメタン)
- ・メラトニン、松果体ホルモン
- ・ヤーコン、アンデスポテ
- ・雪茶、ゆきぢゃ、せつぢゃ
- ・葉酸
- ・ラカンカ
- ・ロイシン
- ・ローズマリー(マンネシロウ)

(独) 国立健康・栄養研究所のHPより検索し、文章を抜粋しました。(H22年11月16日現在)
 抜粋のため、抜け、もれ、文章と意図が異なる可能性がありますので、詳細の確認に関してはHPを参照していただくをお願いします。

①禁忌 (五十音順)

・・・「禁忌」という単語が「肝」関連の単語にかかっているものを対象とした。

食品・製品名/成分名	内容
カンゾウ(甘草)	肝障害患者には禁忌。
セイヨウカノコソウ(俗名:パレリアン)	肝機能不全の患者に使用してはならない。
セイヨウトチノキ(マロニエ)	肝臓障害のある人は使用を避ける。
ポルド	肝臓疾患、胆管閉塞症には禁忌。 重篤な肝障害と胆石がある場合には胆管閉鎖を起こすことがあるため禁忌。本品は医療従事者の監督下で使用すべきである。
ユーカリ、ユーカリノキ、ユーカリプタス	炎症を伴う胆管と消化管及び肝疾患患者には禁忌。

②危険情報 (五十音順)

- ・元疾患(肝疾患)を悪化させる恐れのある食品
- ・元疾患(肝疾患)のある人が注意する食品
- ・元疾患(肝疾患)に影響を与える恐れのある食品
- ・肝疾患を誘発する恐れのある食品

※「(＊～)」はHPで「過剰」「長期摂取」「静注」などの状況、条件が書かれているもののみ表記

食品・製品名/成分名	内容
γ-アミノ酪酸(ギャバ)	・高血圧症で活性型ビタミンD3製剤、カルシウム拮抗薬、抗血小板薬を服用していた68歳男性(日本)が、GABA含有乳酸菌飲料を1日1本(GABA10mg含有)摂取し(摂取期間は不明)、薬物性肝障害と診断され、摂取中止により回復したという報告がある。
アセチル-L-カルニチン	・適切に経口摂取する場合は安全性が示唆されている。しかし、限られたデータしかないため、医療目的に使用する際は肝機能をモニターすることが推奨されている。
アミグダリン、レートリル、レトリル	・肝がん合併の肝硬変患者が、アミグダリン 3g を摂取後に低血圧、アシドーシスを来し死亡した症例報告がある。 ・65歳の肝硬変を併発した肝臓がんの女性患者が、3gのレートリル(アミグダリン)を摂取し、深い昏睡、低血圧、アシドーシスを呈した。初期治療の後一旦は意識が回復したものの、重篤な肝障害により死亡。 ・レートリルの毒性が肝細胞壊死に関与することが示唆されている。 ・レートリルをヒト(女性)が経口摂取した時の最小中毒量(Lowest toxic dose)は60mg/kgで、痙れん、痙れん閾値の変化、消化管運動亢進、下痢、脂肪肝などが認められたという報告がある。
アルギニン	・アルギニン含有の点滴により、血中重碳酸塩濃度の上昇を伴う循環亢進状態(hyperdynamic circulatory state)が起きることがあるので、肝硬変患者は注意して用いること
アルファルファ(ウマゴヤシ/ムラサキウマゴヤシ)	・成分のプロフィリンは肝機能に影響して光過敏症の原因になることがある。
アロエベラ(キュラソーアロエ)、ケーブアロエ(俗名:アロエ)	・73歳女性が便秘改善を目的として、アロエベラ葉パウダー500mg/カプセルを含む製品を1カプセル/2-3日、5年間摂取していたところ急性肝炎を発症したが、摂取中止により症状が改善したという事例報告がある。 ・アロエサプリメント摂取による急性肝炎が3例(韓国)報告されている。 57歳女性がアロエタブレット(キダチアロエ 250mg+アロエベラ 28.5mg含有)を6ヶ月間、62歳女性がアロエパウダー(アロエベラ 420mg含有)を3カ月、55歳女性がアロエ抽出物を5ヶ月間摂取し、急性肝炎を

	発症した。
イソロイシン(＊高用量摂取の場合)	・経口摂取および静脈注射で血清アンモニア濃度が上昇することがあり、これは疲労や運動協調の低下につながる。また、悪心が起きることがある。ロイシン、イソロイシン、バリンを含む分岐鎖アミノ酸 60g を代謝機能が正常な人が7日間摂取したところ、血中アンモニア濃度が上昇したが毒性レベルまでは上昇しなかった。分岐鎖アミノ酸を長期に高用量摂取する場合は肝機能をモニターした方がよい。 ・アルコール依存症患者において肝性脳障害が1例報告されている。この報告によると、分岐鎖アミノ酸使用の中止とともに回復し、再使用とともに再発した。
イチョウ	・イチョウ葉製剤が肝のチトクローム(Cytochrome)P450に影響する可能性が示唆されているが、議論の余地がある。明白な結論が出るまでは、同酵素が代謝に関わる医薬品を服用している患者には注意を与えること。(相互作用)
ウコン	・C型慢性肝炎や慢性B型肝炎、II型糖尿病などの原疾患のある成人11名(男性8名、女性3名、平均年齢54歳)においてウコンとの関連が疑われる肝障害が報告されている。ウコンの摂取期間は3日-5年、11名のうち追跡可能であった10名は摂取中止により回復、回復または軽快までに要した期間は1日-37週であったという報告がある。 ・C型慢性肝炎の患者は鉄過剰を起こしやすいことから鉄制限食療法が実施されるが、アキウコンの製品には鉄を多量に含有するものがあり、注意が必要であるという報告がある。 ・ウコン摂取との因果関係が疑われる健康被害が報告されている。 1) 薬剤性肝障害 22例のうちウコンによるものが11例ある。これらの事例報告ではウコン摂取量、摂取期間、また、摂取した対象者は不明。 2) 子宮筋腫による子宮全摘術、卵巣嚢腫による卵巣摘出術を受け、アルコール性肝障害の診断を受けた50歳女性が、原種ウコン茶を摂取(摂取量は不明)したところ、摂取後12日で皮膚掻痒・嘔気が生じ、摂取後18日で眼球黄染を発症した。 3) プレドニゾンでコントロール良好な自己免疫性肝炎の66歳女性がウコン製品(成分と摂取量は不明)を約10g/日、約4ヶ月摂取したところ、自己免疫性肝炎が増悪し、ウコン摂取を中止したところ、肝機能検査値(GOT、GPT、γ-GTP値)が正常値に近づいた。 4) 32歳女性が健康食品としてウコンの錠剤を10錠/日、約2ヵ月服用したところ、著明な高脂血症と肝障害をきたした。 5) 57歳男性が健康食品としてウコンを2年間内服したところ、全身に痒みを伴う紅斑を認め、ウコンによる薬疹と診断された。 6) 糖尿病と脂肪肝を患っている30代男性が、飲酒時にウコンを酒に混ぜて1ヶ月程度摂取したところ、肝機能が低下した。 7) 軽度肥満でよく飲酒をする30代男性がウコンを大量に摂取していたところ、肝機能が低下して入院し、その後死亡した。 ・ラットを用いた実験において、ウコンは肝臓の薬物代謝酵素チトクロムP450(CYP)1A1、1A2を強力に阻害し、CYP2B1、2B2をやや弱く阻害し、CYP2E1を軽度阻害するため、CYPによって代謝される薬物の効果に影響を及ぼす可能性がある。(相互作用)