

201234047A

厚生労働科学研究費補助金

食品の安全確保推進研究事業

いわゆる健康食品の安全性情報の収集及び伝達手法の開発に
関する研究

平成 24 年度総括・分担研究報告書

主任研究者:梅垣敬三

平成 25(2013)年 3月

目次

I 総括研究報告書

いわゆる健康食品の安全性情報の収集及び伝達手法の開発に関する研究	梅垣 敬三
.....	p.3~5

II 分担研究報告書

Web サイト「健康食品」の安全性・有効性情報の拡充	千葉 剛
.....	p.6~39

国民健康・栄養調査結果における、補助食品等の摂取と栄養素摂取量について	梅垣 敬三
.....	p.40~56

厚生労働科学研究費補助金(食品の安全確保推進研究事業)
総括研究報告書

いわゆる健康食品の安全性情報の収集及び伝達手法の開発に関する研究
主任研究者 梅垣 敬三 独立行政法人国立健康・栄養研究所情報センター長

研究要旨

食品の機能性に関する科学的根拠に基づかない情報の氾濫は、健康食品やサプリメントと呼ばれる製品に対する消費者の過大な期待を呼び、無承認無許可医薬品といった違法製品の流通、健康被害の発生のほか、適正な医療の実施や健全な食生活推進の妨げになっている。これらの問題は、消費者の立場で、科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報を、わかりやすく継続的に提供することにより改善することができる。そこで(独)国立健康・栄養研究所では Web サイト「健康食品」の安全性・有効性情報(<https://hfnet.nih.go.jp/>、以下 HFNet) を介して、健康食品に関する公正・中立な情報を安全性の観点から発信している。

本研究は、HFNet の情報提供システムをさらに強化することを目的に、システムの改善と掲載情報の重点的な追加更新を行った。また、ビタミンとミネラルの補助食品が適切に利用されているか否かを推定するために、公開されている国民健康・栄養調査結果を分析した。

HFNet の改善と内容の拡充については、サイトのセキュリティ強化と利便性のための検索システム改善、最新の被害関連情報の収集と掲載、93 件の新規健康食品素材に関する安全性・有効性情報の作成、約 400 件の既掲載素材情報への追加・改訂等を行った。また、日本人におけるビタミンやミネラルの補助食品からの摂取の必要性について検討するため、公開されている平成 15 年～20 年の国民健康・栄養調査結果から、ビタミン B1、ビタミン B2、ビタミン B6、ビタミン C、ビタミン E、鉄、カルシウムの補助食品等の摂取者の比率および、該当栄養素の摂取量について調査した。その結果、補助食品等の利用者では、必ずしも補助食品からビタミンやミネラルを摂取する必要がないこと、一方で補助食品を利用していない者では、ビタミンやミネラルの不足のリスクの可能性が示された。

以上の結果を踏まえた HFNet による継続的な情報発信は、補助食品の必要性ならびに健康食品に関する正しい知識、健康被害の未然防止と拡大防止に役立つと考えられる。

研究分担者

千葉剛((独)国立健康・栄養研究所)

研究協力者

佐藤陽子((独)国立健康・栄養研究所)

中西朋子((独)国立健康・栄養研究所)

狩野照誉((独)国立健康・栄養研究所)

亀本佳世子((独)国立健康・栄養研究所)

横谷馨倫((独)国立健康・栄養研究所)

A. 目的

食品の機能性に関する科学的根拠に基づかない情報の氾濫は、いたずらに消費者を混乱させ、健康食品や無承認無許可医薬品による健康被害の発生に関与している。また、健康被害は、消費者の健康食品に対する過度な期待や、

安全性に対する誤解により誘発されると考えられる。そのため、科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報の提供など、健康食品を安全かつ適切に利用できる環境の整備が求められる。

(独)国立健康・栄養研究所で運営している Web サイト、「健康食品」の安全性・有効性情報(<https://hfnet.nih.go.jp/>、以下 HFNet) は、健康食品に関する公正・中立な情報を安全性の観点から発信している国内唯一の無料サイトである。このサイトを通じて、国内外から出される最新の健康食品関連情報を継続的に発信することは、上述の健康食品が関連した問題の解決に役立つ。しかし、科学研究の進歩にともなって、健康食品関連の新しい研究成果が世界中

から発信され、HFNet に未掲載の素材が新たな健康食品素材として市場に出現してきている。また、インターネット環境も日々進歩しており、HFNet のシステム環境もそれに合わせて改善する必要が出てきている。HFNet が国民に役立つものとするためには、このような社会状況の変化に適切に対応することが必要である。

そこで、本研究では、1)HFNet の情報提供システムの改善と情報の追加更新による内容の拡充、2)補助食品の必要性を推定するための国民健康・栄養調査を用いたビタミンとミネラルの補助食品からの利用とそれら栄養素の通常の食事からの摂取量との関連について検討した。

B.研究方法

1)HFNet の情報提供システムの改善と掲載情報の追加更新による内容の拡充

HFNet の情報提供システムのセキュリティ強化と検索システムの追加を行った。国内外で公開されている新規の健康食品関連情報は、最新健康食品文献リスト情報 (http://www.nutritio.net/linkdediet/jiten/FMPro?db=dictlist.fp5&-Format=index_err.html&cbx=chk&-lay=lay&-sortfield=createdate&-sortorder=descend&-max=30&-Find) から適宜抜粋するとともに、国内外の行政機関から公開された安全性情報を収集してデータベースに追加・公開した。新規素材情報の作成は、Natural Medicine comprehensive database (<http://naturaldatabase.therapeuticresearch.com/home.aspx?cs=&s=ND>) および健康食品販売サイトから抽出し、PubMed (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>)、医学中央雑誌 (<http://login.jamas.or.jp/>)、Natural Standard(<http://naturalstandard.com/>)、植物図鑑、辞典等から有効性と安全性に関する情報を収集し、新規素材情報として作成・公開した。追加情報の基本的な考え方ならびに記載方法は、<https://hfnet.nih.go.jp/usr/faq/faq.html> に示した通りである。

2)いわゆる健康食品の利用状況と国民の栄養素摂取量との関連

公開されている平成 15 年から 20 年までの国民健康・栄養調査結果を用いて、補助食品等(顆粒、錠剤、カプセル、ドリンク状の製品+強化食品)の摂取者の割合と、ビタミン B1、ビタミン

B2、ビタミン B6、ビタミン C、ビタミン E、鉄、カルシウムの 7 栄養素に関する補助食品等摂取の有無別にみた、通常食品からの当該栄養素摂取量について検討した。

C.研究結果

1)HFNet の情報提供システムの改善と内容の拡充

情報提供システムの改善として、サーバー証明書の再取得およびサーバーの脆弱性の改修によるセキュリティ強化、素材情報データベース内への検索フォーム追加によるサイト閲覧の利便性向上を実施した。また、2013 年 2 月末までに、最新の被害関連情報 154 件、新規健康食品素材 93 件、掲載情報の追加・改訂 399 件、その他の新規情報 3 件を作成・公開した。

2)いわゆる健康食品の利用状況と国民の栄養素摂取量との関連

平成 15 年から 20 年までの 6 年間の補助食品等の摂取者の割合は 9.0%であり、摂取者率は年齢が上がる程高く、また、平成 18 年以降に増加傾向を示した。摂取者率の年次推移には年代によるばらつきがみられ、14 歳以下、30 代、50 代、70 代以上で増加傾向が示された。

補助食品等の摂取者と非摂取者における、通常食品からの当該栄養素摂取量の比較では、30 代以上において、補助食品等の摂取者の方が非摂取者よりも、通常食品からの当該栄養素摂取量が多かった。また、ビタミン B1、ビタミン B2、ビタミン B6、ビタミン C、ビタミン E では、補助食品等からの摂取量が非常に多く、その量は食事摂取基準で示された推奨量(ビタミン E は目安量)を大きく上回っていた。

D.考察

食品の機能性に関する科学的根拠に基づかない情報の氾濫は、健康食品やサプリメントと呼ばれる食品への消費者の過大な期待を呼び、無承認無許可医薬品の流通、健康被害の発生のほか、適正な医療の実施や健全な食生活推進の妨げになっている。これらの問題の解決のためには、科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報を、わかりやすく継続的に国民に提供する必要がある。そこで、本研究では、そのような情報提供を行っている Web サイト HFNet の拡充を行い、健康食品に関連した被害や注意喚起に関する最新情報を

迅速に発信した。また、健康食品素材として用いられている多くの植物には、安全性および有効性の科学的根拠がほとんど見当たらないことを明確にした。健康食品に関する情報では有効性のみが強調され、安全性については、それほど認識されているとは言えない現状の中、HFNet で安全性に重点を置いた公正・中立な情報を発信して行くことは、健康食品の安全性に関する問題の改善に寄与できるであろう。

健康食品の利用の背景として、不適切な生活習慣への不安が挙げられる。食生活においては、ビタミンやミネラルの摂取不足への懸念が健康食品の利用につながると考えられ、また、実際にその不足者が不足する成分をこうした食品から補足摂取することには意義がある。しかし、ビタミンやミネラルでも、必要以上の量を摂取することは意味がなく、むしろ過剰のリスクを高める可能性がある。そのようなことから、健康食品の利用者と非利用者の食事からのビタミンやミネラルの摂取状況を把握する必要がある。そこで、全国的な状況が把握できる国民健康・栄養調査結果（平成15年～20年）を用い、補助食品等（補助食品+強化食品）の摂取の有無別に、各種ビタミンとミネラルの通常食品からの摂取量の状況を分析した。その結果、補助食品等の摂取者は多くなく、急増しているという事実も認められなかったが、子どもおよび高齢者で増加傾向が認められた。この点は、栄養成分の過剰摂取によるリスクを考える上で注目すべき事項と言える。また、食生活が既に充実し、十分な栄養素の摂取が来ている人がさらに補助食品からも摂取している可能性が示され、健康意識の高い人は、通常の食事にも留意し、さらに必要以上にビタミンやミネラルを摂取してしまう傾向を持つと考えられた。反対に、補助食品等の非利用者では、不足のリスクがある可能性が考えられた。今回の分析に利用した国民健康・栄養調査は1日調査であり、習慣的な摂取量は定かではなく、また、今回は摂取量の分布が明らかではないため、不足のリスクを判断する推定平均必要量や過剰のリスクを判断する耐容上限量との関係は定かでない。これらの点に留意する必要がある。今回調べた結果は、補助食品等の利用が必要であるか、またどれだけの量を摂取することが適切かどうかについて、年齢別ならびに栄養素別により詳細に検討する必要があることを示している。

E. 結論

HFNet (<https://hfnet.nih.go.jp/>) の拡充として、サイトのセキュリティ強化、利便性のための改修、最新の被害関連情報の掲載、新規健康食品素材93素材についての安全性・有効性情報の作成、掲載中情報の追加・改訂および新規作成約400件を行い、公正・中立な情報を安全性の観点から発信した。また、公開されている平成15年～20年の国民健康・栄養調査の結果から、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンC、ビタミンE、鉄、カルシウムの補助食品等の摂取者率および、該当栄養素の摂取量について検討した結果、補助食品等の利用者が必ずしも補助食品からビタミンやミネラルを摂取する必要がない可能性、また補助食品を利用していない者はビタミンやミネラルの不足のリスクが高い可能性が示された。これらの結果を踏まえ、継続的な情報発信を行うことは、国民の健康食品に対する過度の期待を抑制し、健康被害の防止と迅速な対応に役立つものである。

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

3. その他

研究成果はHFNet (<https://hfnet.nih.go.jp/>) に反映させ、一般に公開した。

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

3. その他

なし

厚生科学研究費補助金(食品の安心・安全確保推進研究事業)
(分担)研究報告書

Web サイト“「健康食品」の安全性・有効性情報”の拡充

主任研究者	千葉 剛	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
研究協力者	梅垣 敬三	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
	中西 朋子	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
	佐藤 陽子	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
	亀本 佳世子	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
	狩野 照誉	(独)国立健康・栄養研究所情報センター
	横谷 馨倫	(独)国立健康・栄養研究所情報センター

研究要旨

近年、多数のいわゆる健康食品(以下、健康食品)が流通し、企業等から発信される有効性のみを強調した情報が氾濫している。こうした情報の参照が、健康食品や無承認無許可医薬品等による健康被害の発生につながる可能性が危惧されることから、(独)国立健康・栄養研究所では科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報を Web サイト「健康食品」の安全性・有効性情報 (<https://hfnet.nih.go.jp/>) を介して提供しているが、常に新しい情報の提供が必要である。そこで、本研究課題において、本サイトの拡充を行った。具体的には、サイトのセキュリティ強化の実施、利便性のための改修のほか、掲載内容の充実として、最新の被害関連情報の掲載、新規健康食品素材 93 素材についての安全性・有効性情報の作成、掲載中情報の追加・改訂および新規作成約 400 件を行い、公正・中立な情報を安全性の観点から発信した。健康食品素材として用いられている植物には、安全性および有効性の科学的根拠が見当たらないものが多く、こうした情報を発信することで、国民の健康食品に対する過度の期待を抑制し、健康被害の防止と迅速な対応が可能となると考える。

A. 目的

近年、多数のいわゆる健康食品(以下、健康食品)が流通するとともに、企業等から発信される有効性のみを強調した情報が氾濫している。こうした中、健康食品や無承認無許可医薬品による健康被害が発生している。これらの健康被害は、科学的根拠の乏しい情報の参照等による、健康食品に対する過度な期待や、安全性に対する誤解により誘発されることが考えられる。したがって、国民に対し、科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報の提供が必要である。

(独)国立健康・栄養研究所で運営している Web サイト、「健康食品」の安全性・有効性情報 (<https://hfnet.nih.go.jp/>) (図 1) は、公正・中立な情報を安全性の観点から発信しているが、最新の健康食品関

連情報は日々、国内外から出されており、最新の知見を踏まえて内容の追加・修正を行うことが求められている。また、日々進化するインターネット環境への対応も必要である。そこで、「健康食品」の安全性・有効性情報サイトの拡充を行った。

B. 研究方法

サイト閲覧者が安全にわかりやすく情報を入手できるように、情報提供システムのセキュリティ強化および改善を行った。

また、掲載内容の拡充として、下記 (1)～(3) を行った。

(1) 日本および海外における公的機関から公表される健康食品の被害関連情報を収集し、サイト内「被害関連情報」に掲載した。

(2) サイト内「素材情報データベース」に

未掲載の健康食品素材を Natural Medicine comprehensive database (<http://naturaldatabase.therapeuticresearch.com/home.aspx?cs=&s=ND>) および健康食品販売サイトから抽出し、PubMed (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>)、医学中央雑誌 (<http://login.jamas.or.jp/>)、Natural Standard (<http://naturalstandard.com/>)、植物図鑑、辞典等から有効性、安全性に関する情報を収集し、新規素材情報を作成・掲載した。

(3) サイト内「基礎知識」、「被害関連情報」、「話題の食品・成分」、「素材情報データベース」に掲載中の情報について、内容の追加、改訂、新規作成を行った。

C. 研究結果

1. 情報提供システムの改善

Web サイトのセキュリティ強化のため、サーバー証明書を再取得し、また、サーバーの脆弱性を改修した。

サイト閲覧の利便性向上のため、素材情報データベース内に検索フォームを追加した。

2. 掲載内容の拡充

(1) 最新の被害関連情報の掲載

国内および海外において公表された健康食品関連の安全性や被害情報(日本語および英語のみ)を 2013 年 2 月末までに 154 件掲載した(図 2)。

(2) 新規健康食品素材情報の作成

新規に健康食品素材(93 素材)についての安全性・有効性情報を作成し、サイト内「素材情報データベース」で公開した(図 3)。新規に作成した素材一覧を表 1. に、各素材情報の名称および概要部分のみを資料に示した。

植物素材では、学名が多数あるものや、英名と日本語名、または中国語名と日本語名が異なるものが存在した。また、健康食品の素材として利用されているにもかかわらず、多くの素材において、安全性および有効性に関する科学的な情報が見当たらなかった。

(3) 掲載情報の追加・改訂

2013 年 2 月末までに、「基礎知識」3 件、「被害関連情報」9 件、「話題の食品・成分」10 件、「素材情報データベース」399 件の情報の追加・改訂を行った。また、「基礎知識」2 件、「話題の食品・成分」1 件の情報を新規に作成し、公開した。

D. 考察

健康食品に関する、科学的根拠に基づき、安全性に重点を置いた信頼できる情報の提供を充実させるため、(独)国立健康栄養・研究所で運営している Web サイト「健康食品」の安全性・有効性情報の拡充を行った。

本研究において新規に素材情報データベースへ掲載した健康食品素材情報 93 素材のうち、91 素材が植物由来の素材であったが、健康食品素材として用いられているこれらの植物には、安全性および有効性の科学的根拠が見当たらないものが多く、安全性や有効性が明確でない状況のまま使用されていることが示された。また、学名の異なる複数の植物を同一名で呼んでいたり、同じ名称でも海外と国内では異なる植物を指す場合があるなど、植物の名称については多くの混乱があることが分かった。

このような現状の中、海外においても健康食品に関連した被害や注意喚起情報が公表されており、その最新情報を迅速に国民に発信する本研究の取り組みは、国民の健康食品に対する過度の期待を抑制し、健康被害の防止と迅速な対応に寄与できると考える。

また、次年度以降においても継続的に掲載内容を拡充することにより、常に新しい情報を提供していくことが重要である。

E. 結論

Web サイト「健康食品」の有効性・安全性情報 (<https://hfnet.nih.go.jp/>) の拡充として、サイトのセキュリティ強化、利便性のための改修、最新の被害関連情報の掲載、新規健康食品素材 93 素材についての安全性・有効性情報の作成、掲載中情報の追加・改訂および新規作成約 400 件を行い、

公正・中立な情報を安全性の観点から発信した。健康食品素材として用いられている植物には、安全性および有効性の科学的根拠が見当たらないものが多く、こうした情報を発信することで、国民の健康食品に対する過度の期待を抑制し、健康被害の防止と迅速な対応が可能となると考える。

F.研究発表

1.論文発表

なし

2.学会発表

なし

3.その他

研究成果は HFNet (<https://hfnet.nih.go.jp/>) に反映させ、一般に公開した。

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



「健康食品」の安全性・有効性情報

Information system on safety and effectiveness for health foods

ユーザ名

パスワード

[新規登録](#) [パスワード紛失](#)

[トップへ](#)

[最新ニュース](#) | [基礎知識](#) | [被害関連情報](#) | [話題の食品・成分](#) | [素材情報データベース](#) | [用語解説](#) | [関連リンク](#) | [よくある質問](#)

アクセス件数: 23,570,088 件



Mr. サプリのサプリメントクイズ
▶ [ダウンロードはこちら](#)

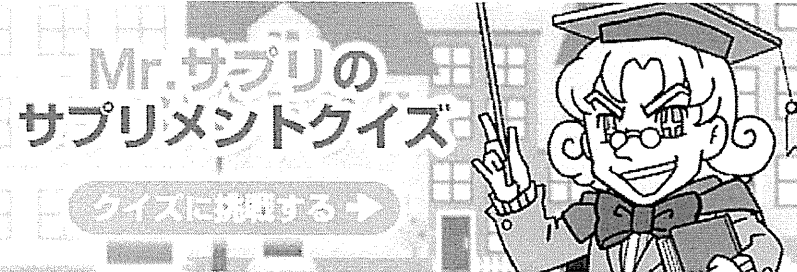


ここに調べたい文字を入力

最新ニュース

一覧へ: 全 724 件

- 2013年3月更新の被害関連情報(更新中!) [2013/03/18]
- 2013年3月更新の素材情報データベース(更新中!) [2013/03/18]
- 2013年3月新規作成の素材情報データベース(更新中!) [2013/03/12]
- 2013年3月追加の特定保健用食品の製品情報 [2013/03/05]
- 2013年2月更新の素材情報データベース II [2013/03/01]
- 2013年2月更新の被害関連情報 [2013/02/26]



基礎知識

一覧へ: 全 30 件

- 健康食品の説明用資料 [2012/08/01]
- ミネラルを多く含むメニュー紹介 [2012/07/12]
- 特定保健用食品(通称:トクホ)の上手な利用法(Ver...) [2012/06/12]
- 生活習慣病予防のためのメニュー紹介 [2012/06/12]
- サプリメントと子どもの食事(Ver.100107) [2012/06/12]

被害関連情報

一覧へ: 全 1133 件

- カナダ保健省が医薬品成分(シルденаフィルなど)を含... [2013/03/18]
- 厚生労働省と札幌市が医薬品成分(センナ葉および莢)... [2013/03/18]
- 香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を含む製... [2013/03/15]
- 香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を含む製... [2013/03/15]
- カナダ保健省が医薬品成分(シルденаフィルなど)を含... [2013/03/14]

話題の食品・成分

- 特定保健用食品の製品情報 [全272件]
- 特別用途食品・栄養療法エビデンス情報
- ビタミンについての解説 [全15件]
- ミネラルについての解説 [全12件]
- 話題の食品・成分(その他) [全15件]

素材情報データベース

一覧へ: 全 516 件

あ か さ た な は ま や ら わ A-F G-L M-R S-Z

- ここに紹介している情報は、現時点(最終更新日時)で調査できた素材(原材料)に関する科学論文情報であり、市販の個別商品の安全性・有効性の情報ではありません。

図 1. 「健康食品」の安全性・有効性情報 (https://hfnet.nih.go.jp/)

検索する

全1133件中 21件目～40件目表示

タイトル	発信者	概要	更新日
消費者庁がインターネットにおける健康食品等の虚偽・誇大表示の改善を要請 (130201)	構築グループ	2013年1月31日、消費者庁がインターネットにおける健康食品等の...	2013/02/01
米国FDAが医薬品成分(シルデナフィル)を含む製品に注意喚起 (130130)	構築グループ	2013年1月24日、米国FDAが医薬品成分(シルデナフィル)を含む製...	2013/01/30
香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を含む製品に注意喚起 (130128)	構築グループ	2013年1月25日、香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を...	2013/01/28
カナダ保健省が基準値以上の重金属(鉛など)を含む製品に注意喚起 (130124)	構築グループ	2013年1月23日、カナダ保健省が基準値以上の重金属(鉛など)を...	2013/01/24
カナダ保健省がジメチルアミルアミン(DMAA)を含む製品に注意喚起 (130124)	構築グループ	2013年1月23日、カナダ保健省がジメチルアミルアミンを含む製品...	2013/01/24
米国FDAが医薬品の混入した製品に注意喚起 (130123)	構築グループ	2013年1月17日、米国FDAが医薬品(塩酸メクリジン)の混入した鉄...	2013/01/23
香港衛生署が医薬品成分(プレドニゾンなど)を含む製品に注意喚起 (130121)	構築グループ	2013年1月18日、香港衛生署が医薬品成分(プレドニゾンなど)を...	2013/01/21
香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を含む製品に注意喚起 (130121)	構築グループ	2013年1月17日、香港衛生署が医薬品成分(シブトラミンなど)を...	2013/01/21
厚生労働省と京都府が医薬品成分(バルデナフィル類似成分)を含むいわゆる健康食品に注意喚起 (130117)	構築グループ	2013年1月17日、厚生労働省と京都府が医薬品成分であるバルデナ...	2013/01/17
香港衛生署が医薬品成分(プレドニゾンなど)を含む製品に注意喚起 (130117)	構築グループ	2013年1月16日、香港衛生署が医薬品成分(プレドニゾンなど)を...	2013/01/17
オーストラリアTGAが医薬品成分(シブトラミン)を含む製品に注意喚起 (130115)	構築グループ	2013年1月14日、オーストラリアTGAが医薬品成分であるシブトラミ...	2013/01/15
オーストラリアTGAが医薬品成分(シルデナフィルなど)を含む製品に注意喚起 (130115)	構築グループ	2013年1月15日、オーストラリアTGAが医薬品成分(シルデナフィル...	2013/01/15
米国FDAが医薬品成分(シブトラミン)を含む製品に注意喚起 (130109)	構築グループ	2013年1月8日、米国FDAが医薬品成分(シブトラミン)を含む製品...	2013/01/09
カナダ保健省が医薬品成分(DHEAなど)を含む製品に注意喚起 (130107)	構築グループ	2013年1月1日、カナダ保健省が医薬品成分(DHEAなど)を含む製品...	2013/01/07
香港衛生署が基準値以上の重金属(鉛)を含む製品に注意喚起 (130107)	構築グループ	2012年12月31日、香港衛生署が基準値以上の重金属(鉛)を含む製...	2013/01/07
カナダ保健省が医薬品成分(シルデナフィルなど)を含む製品に注意喚起 (121226)	構築グループ	2012年12月21日、カナダ保健省が医薬品成分(シルデナフィルなど...	2012/12/26

図 2. 被害関連情報：一覧 ページ (<https://hfnet.nih.gov/contents/index1.html>)

「健康食品」に利用されている素材(成分)名を押しますと、素材に関する情報が表示されます。素材名が見つからないときはトップ画面右上の「キーワード検索」をご利用下さい。

あ か さ た な は ま や も じ | A-F G-L M-P S-Z

和名	英名	学名	更新日
亜鉛	Zinc (Zn)	-	2013/08/07
アカショウマ	-	Astilbe thunbergii (Sieb. et Zucc.) Miq. Var. thunbergii ゆきのした科[チダケサシ属]	2009/11/19
アカニレ、アカハルニレ、スリッパリーエルク	Slippery Elm, Moose Elm, Red Elm, Sweet Elm	Ulmus rubra, Ulmus fulva	2010/09/08
アガリクス (別名:メマツタケ、カワリハラタケ、ヒメマツタケ)	Agaricus	Agaricus blazei Murill ハラタケ科 [ハラタケ属]	2012/10/26
アキノフスレグサ、トキワカンゾウ、クワンソウ	-	Hemerocallis fulva var. sempervirens	2010/11/12
アクアインカー (俗名)	-	-	2004/07/02
アサイヤシ	Acai Palm, Amazon Acai, Assai Palm, Cabbage Palm	Euterpe oleracea, synonym Euterpe badiocarpa	2011/09/21
アシタバ、明日葉 (別名:ハチジョウソウ (八丈草))	Ashitaba, Angelica, Japanese Ashitaba, Kenso, Leaves of Tomorrow	Angelica keiskei セリ科 [シシウド属]	2009/12/28
アショワガンダ、ウィザニア、ウィタニア、インドニンジン	Ashwagandha, Withania, Ajagandha, Amangura	Withania somnifera	2013/01/10
アスタキサンチン	Astaxanthin	-	2012/11/19
アスパラギン	Asparagine (Asn)	-	2006/02/28
アスパラギン酸	Aspartic acid (Asp)	-	2007/07/10
アセチル-L-カルニチン	Acetyl-L-carnitine	-	2011/06/09
アセロラ、バルバドスサクラ	Acerola, Acerola Cherry, Barbados Cherry, Cerise des Antilles	Malpighia globra, Malpighia punicifolia	2012/08/06
アトラスシーダー	Atlantic cedar, Atlantic Cedarwood Oil, Cedro del Atlas	Cedrus atlantica	2013/03/05
アニス、アニス種子	Anise, Aniseed	Pimpinella anisum L. セリ科	2012/07/04
アマチャヅル	Sweet tea vine, Gospel herb, Jiaofulan	Gynostemma pentaphyllum (Thunb.) Makino ฝรั่ง科	2011/09/22

図 3. 被害関連情報: 一覧 ページ (<https://hfnet.nih.gov/contents/index1.html>)

表 1: 新規に作成した素材情報一覧

	掲載日	素材名	学名	掲載 URL
1	120508	ウォータージャーマンダー	<i>Teucrium scordium</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1919.html
2	120508	ジャーマンダー、ウォールジャーマンダー、ジャーマンダーニガクサ	<i>Teucrium chamaedrys</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1918.html
3	120508	イブキトラノオ、ビストート	<i>Polygonum bistorta</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1917.html
4	120509	ミルラ、ミルラノキ、没薬樹	<i>Commiphora myrrha</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1920.html
5	120510	ヒナゲシ、グビジンソウ、レイシユンカ	<i>Papaver rhoeas</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1923.html
6	120510	オニサルビア、クラリーセージ	<i>Salvia sclarea</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1922.html
7	120510	ウッドセージ、ニラニガクサ	<i>Teucrium scorodonia</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1921.html
8	120604	ニガクサ属	<i>Teucrium sp.</i>	http://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1925.html
9	120607	シナノキ、ボダイジュ	<i>Tilia cordata</i> Mill.他	http://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1929.html
10	120611	ケナシサルトリイバラ、サンキライ、ドブクリョウ	<i>Smilax glabra</i>	http://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1932.html
11	120611	サルサパリラ、サルサ、シオデ属	<i>Smilax febrifuga</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1931.html
12	120613	キオン、ヒゴオミナエシ、オウエン	<i>Senecio nemorensis</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1934.html
13	120618	ヤグルマギク、ヤグルマソウ、セントウレア、コーンフラワー	<i>Centaurea cyanus</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1942.html
14	20703	サトウダイコン、甜菜、ビート	<i>Beta Vulgaris</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1952.html
15	120714	ピジウム、ピゲウム、ピジューム、アフリカンプラム	<i>Prunus africana</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1959.html
16	120714	アニス、アニス種子	<i>Pimpinella anisum</i> L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1960.html
17	120719	DMAA、ジメチルアミルアミン	-	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1966.html
18	120718	タチエンレイソウ、エンレイソウ、ベスルート	<i>Trillium erectum</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1969.html
19	120718	ヒッコウカ、クベバ	<i>Piper cubeba</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1971.html
20	120718	ヒメチチコグサ、エゾノハハコグサ	<i>Gnaphalium uliginosum</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1972.html
21	120718	ヨウシュカンボク、セイヨウカンボク、クランプパーク	<i>Viburnum opulus</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1970.html
22	120806	ジギタリス	<i>Digitalis purpurea</i> L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1980.html
23	120806	ケジギタリス	<i>Digitalis lanata</i> Ehrh.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1982.html
24	120806	アセロラ、バルバドスサクラ	<i>Malpighia globra</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail2006.html
25	120809	サッサfras	<i>Sassafras albidum</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail2015.html
26	120814	ヨウシュネナシカズラ	<i>Cuscuta epithymum</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail1981.html

27	120714	アメリカヒトツバタゴ、フリンジツリ	Chionanthus virginicus	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1983.html
28	120821	クルマバソウ、ウッドラフ、スイートウッドラフ	Galium odoratum 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2051.html
29	120831	イヌホオズキ、リュウキ、ガーデンハックルベリー	Solanum nigrum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2030.html
30	120904	活性炭	Carbon	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2050.html
31	120918	ヤクモソウ、メハジキ、ホソバメハジキ、マザーワート	Leonurus japonicas Houtt. 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2119.html
32	120918	レオナルドソウ、マザーワート、モミジバキセワタ、ヨウシュメハジキ	Leonurus cardiaca L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2118.html
33	121001	ヤグルマハッカ	Monarda punctata	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1987.html
34	121001	ヒメフウロ	Geranium robertianum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1986.html
35	121001	ギョリュウモドキ	Calluna vulgaris	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1985.html
36	121001	メレゲッタコショウ	Aframomum melegueta	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1984.html
37	121001	イエロードック、ナガバギシギシ、エゾノギシギシ	Rumex crispus 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2128.html
38	121005	セネガ、ヒロハセネガ	Polygala senega L 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2134.html
39	121012	プーアール茶、プーアル茶、ポーレイ茶	Camellia sinensis (L.) 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2138.html
40	121019	キャラウェイ、ヒメウイキョウ	Carum carvi L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2141.html
41	121019	ディル、イノンド、ジラシ、ヒメウイキョウ	Anethum graveolens L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2142.html
42	121026	エイランタイ、アイスランドモス、アイスランドゴケ	Cetraria islandica	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1989.html
43	121026	スルフォラファン	1-isothiocyanate-4-methyl-sulfonyl butane	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2146.html
44	121026	ヤネバンダイソウ、イワレンゲ、ハウスリーク	Semprevivum tectorum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1988.html
45	121112	コンフリー、ヒレハリソウ	Symphytum officinale.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2156.html
46	121116	スターアニス、ダイウイキョウ、トウシキミ、ハツカクウイキョウ	Illicium verum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2157.html
47	121122	ペパーミント、セイヨウハッカ	Mentha×piperita L.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2163.html
48	121122	ブロッコリー	Brassica oleracea	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2160.html
49	121212	ヤエムグラ、クリーバー、ゲースグラス	Galium aparine	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1990.html
50	121212	ホウライシダ	Adiantum capillus-veneris	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1992.html
51	121212	ヒメムカシヨモギ、カナダフリーベイン	Conyza canadensis	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1991.html
52	121214	レモングラス、レモンソウ、レモンガヤ、コウボウ	Cymbopogon citratus	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2179.html
53	121225	ブルーコホシュ、ルイヨウボタン、アメリカルイヨウボタン	Caulophyllum thalictroides Michx.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2188.html

54	121227	アメリカマンサク、ウィッチヘーゼル	Hamamelis virginiana	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1995.html
55	121227	ウスベニアオイ、ゼニアオイ	Malva sylvestris	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1993.html
56	121227	オシダ、セイヨウオシダ、メイルファーン	Dryopteris filix-mas 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1994.html
57	121227	マヨナラ、マジョラム、スウィートマジョラム	Origanum majorana 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1997.html
58	121227	マラバールナッツ、アダトダ・バシカ	Adhatoda vasica 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1996.html
59	130107	ティートリー油、ティーツリー油、ゴセイカユプテ油、メラレウカ	Melaleuca alternifolia	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2200.html
60	130110	タンジン	Salvia miltiorrhiza Bunge	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2201.html
61	130128	ギンバイカ、イワイノキ、ギンコウボク	Myrtus communis	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2000.html
62	130128	ヘチマ、シカラク、イトウリ	Luffa aegyptiaca 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2001.html
63	130128	マスチックスノキ、マスチックノキ	Pistacia lentiscus	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1998.html
64	130128	ヨウシュジンチョウゲ、セイヨウオニシバリ	Daphne mezereum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/1999.html
65	130128	リュウキュウトロロアオイ、トロロアオイモドキ、アンブレット	Abelmoschus moschatus	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2002.html
66	130208	カシュー(カシューナッツ)	Anacardium occidentale	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2221.html
67	130208	シトロネラ油、コウスイガヤ	Cymbopogon nardus 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2226.html
68	130218	レディースマントル、セイヨウハゴロモグサ、ハゴロモグサ	Alchemilla xanthochlora	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2016.html
69	130218	コケモモ	Vaccinium vitis-idaea	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2014.html
70	130218	アルケミラ・アルピナ	Alchemilla alpina	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2013.html
71	130218	ジュウニヒトエ	Ajuga nipponensis	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2012.html
72	130218	ポレモニウム・レプタンズ	Polemonium reptans	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2011.html
73	130218	ハイキランソウ、セイヨウキランソウ、セイヨウジュウニヒトエ、ビューゲル	Ajuga reptans	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2004.html
74	130218	アメリカイワナシ、トレイリングアルブツス、エピガエア・レペンス	Epigaea repens	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2003.html
75	130226	オシャ、オーシャ	Ligusticum porteri.	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2237.html
76	130305	ハナミズキ、アメリカヤマボウシ	Cornus florida	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2017.html
77	130305	ポポー、ポウポウ、アシミナ、アシミナ・トリロバ	Asimina triloba 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2019.html
78	130305	ニンファエア・オドラタ、ニオイヒツジグサ	Nymphaea odorata 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2020.html
79	130305	アルム・マクラートウム	Arum maculatum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2021.html
80	130305	オウシュウサイシン、セイヨウカンアオイ、アサルム、アサラバッカ	Asarum europaeum	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2237.html

81	130305	アトラスシーダー	<i>Cedrus atlantica</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2023.html
82	130305	セイヨウダイコンソウ、ベネディクトソウ、アベンス、ゲウム	<i>Geum urbanum</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2024.html
83	130305	イヌサフラン	<i>Colchicum autumnale</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2025.html
84	130305	ベルノキ	<i>Aegle marmelos</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2026.html
85	130305	ズルカマラ、アマニガナスビ	<i>Solanum dulcamara</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2027.html
86	130312	セイヨウヤマハンノキ、マルバハンノキ	<i>Alnus glutinosa</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2028.html
87	130312	クロミグワ	<i>Morus nigra</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2029.html
88	130312	クロミキイチゴ、ルブス・オッキデンタリス	<i>Rubus occidentalis</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2033.html
89	130312	サンギナリア、アカネグサ、ブラッドルート、サンギナリア・カナデンシス	<i>Sanguinaria canadensis</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2034.html
90	130312	タヌキモ	<i>Utricularia vulgaris</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2035.html
91	130312	セイヨウツゲ、ボックス、ブクスス・センペルウィレンス	<i>Buxus sempervirens</i> 他	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2036.html
92	130312	ベロニカ・ベクカブंगा	<i>Veronica beccabunga</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2038.html
93	130312	カジメ、ノロカジメ、アマタ	<i>Ecklonia cava</i>	https://hfnet.nih.go.jp/contents/detail/2037.html

1. ウォータージャーマンダー

名称	ウォータージャーマンダー [英]Water Germander [学名]Teucrium scordium シソ科、ニガクサ属
概要	ヨーロッパから北アフリカ、中央アジアに広く分布する多年生植物で、茎は柔らかな毛に覆われ、ニンニクに似た香りをもつ。同じTeucrium属によく似た名称のウォールジャーマンダー (Teucrium chamaedrys) があるが、これについては「ジャーマンダー」の項を参照。俗に「喘息によい」「下痢によい」「炎症によい」などといわれているが、ヒトでの有効性・安全性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。妊婦や授乳婦は、信頼できる情報が十分ではないので使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

2. ジャーマンダー

名称	ジャーマンダー、ウォールジャーマンダー、ジャーマンダーニガクサ [英]Germander, Wall germander, Common germander [学名]Teucrium chamaedrys L. シソ科、ニガクサ属
概要	ヨーロッパ原産の多年生植物で乾燥した砂利地や森、灌木林に生息する。Teucrium属の他の植物 (Teucrium poliumやTeucrium capitatumなど) もジャーマンダーと呼ぶことがあるが、ここではTeucrium chamaedrysについて扱う。俗に「利尿作用がある」「体重減少を促進する」「殺菌作用がある」などといわれているが、ヒトでの有効性については、十分なデータが見当たらない。経口摂取は、肝障害や死亡例が複数報告されているため、おそらく危険と思われる。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

3. イブキトラノオ、ビストート

名称	イブキトラノオ、ビストート [英]Bistort [学名]Polygonum bistorta
概要	イブキトラノオはタデ科の多年生植物で、30 cm程度に生長する。生薬名は「ケンシン<拳参>」。タンニンを豊富に含むため、収斂作用を持つ。俗に、「消化器系の疾患によい」「下痢によい」と言われているが、ヒトでの有効性、安全性については調べた文献に十分な情報が見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。



4. ミルラ、ミルラノキ、没薬樹

名称 ミルラ、ミルラノキ、没薬樹 [英]Myrrh [学名]Commiphora myrrha Eng. Commiphora molmol Eng. Balsamodendrum myrrha; Commiphora habessinica, synonyms Commiphora abyssinica, Balsamodendrum habessinicum; Commiphora madagascariensis; Commiphora kataf, synonyms Commiphora erythraea, Amyris kataf, Hemprichia erythraea; その他ゴミフィオラ属。

概要 北東アフリカ原産のカンラン科落葉樹。高さ5 m程度に生長し、枝には刺が多くみられる。樹皮の裂け目からとれるゴム樹脂を乾燥させたものから、粉末、チンキ剤、精油が作られ、粉末は歯肉炎に、チンキ剤は口内炎やうがい薬に、精油は香料に利用される。俗に「消化不良」「口内炎」「歯周炎」などによいと言われているが、ヒトでの安全性・有効性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。ゴム樹脂には通経作用、子宮収縮作用があるため、妊娠中・授乳中の使用はおそらく危険と思われ、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

5. ヒナゲシ、グビジンソウ、レイシュンカ

名称 ヒナゲシ、グビジンソウ、レイシュンカ [英]Corn Poppy, Red Poppy, Amapola, Copperrose [学名]Papaver rhoeas

概要 ヒナゲシはケシ科の一年草。高さ50~90 cm程度に生長する。俗に、「咳によい」「睡眠障害によい」などと言われているが、ヒトでの有効性については調べた文献の中に十分な情報が見当たらない。小児が新鮮な葉や花を摂取することは危険性が示唆されている。妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる十分な情報が見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。



写真提供: 東京都健康安全研究センター

6. オニサルビア、クラリーセージ

名称 オニサルビア、クラリーセージ [英]Clary Sage, Clary, Muscatel Sage [学名]Salvia sclarea

概要 オニサルビアはシン科の二年生草本。高さ1 m程度に生長する。南欧および中東原産で、一般的に花頂および葉が用いられる。オニサルビア油は食品および飲料の着香に、また石鹸や化粧品の香料としても利用されるようである。俗に、「胃のむかつぎによい」「消化器系の疾患によい」「腎臓疾患によい」と言われているが、ヒトでの有効性については調べた文献に十分な情報が見当たらない。通常の食品に含まれる量を摂取する場合はおそらく安全と思われるが、妊娠中・授乳中の安全性については、信頼できる情報が十分に見当たらないため、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

7. ウッドセージ、ニラニガクサ

名称 ウッドセージ、ニラニガクサ [英]Wood sage [学名]Teucrium scorodonia シン科、ニガクサ属

概要 西ヨーロッパから中央ヨーロッパにかけて分布する多年草で、淡黄色や黄緑色の花をつける。葉を乾燥させると、微かにニラのような匂いがする。俗に「消化管障害によい」「結核によい」「気管支炎や鼻炎によい」などといわれているが、ヒトでの有効性・安全性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。妊娠中・授乳中の安全性は、信頼できる情報が十分ではないので使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

8. ニガクサ属

名称	ニガクサ属 [英]Teucrium [学名]Teucrium sp. シソ科、ニガクサ属
概要	シソ科の多年草。このうち、 <u>ジャーマンダー (Teucrium chamaedrys)</u> 、 <u>ウォータージャーマンダー (Teucrium scordium)</u> 、 <u>ウッドセージ (Teucrium scorodonia)</u> については各項を参照。ここでは、その他のTeucrium属についてまとめる。俗に「糖尿病によい」「血中脂質によい」などといわれるものがあるが、ヒトでの有効性・安全性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。妊娠中・授乳中の安全性は、信頼できる情報が十分ではないので、使用を避ける。植物によっては、肝障害の報告があるため注意を要する。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

9. シナノキ、ボダイジュ

名称	シナノキ、ボダイジュ [英]Linden, Lime Flower [学名]Tilia cordata Mill.、Tilia platyphyllos Scop.、Tilia japonica (Miq.) Simonkai シナノキ科
概要	高さ30 m以上の落葉広葉高木で、日本特産のシナノキ (Tilia japonica (Miq.) Simonkai)、ヨーロッパ原産のナツボダイジュ (Tilia platyphyllos Scop.)、フユボダイジュ (Tilia cordata Mill.)、セイヨウボダイジュ (Tilia ×europea L.) など、数種の植物がある。花、葉、辺材を乾燥してハーブティーに使用される。俗に「不安によい」「咳によい」「頭痛によい」などといわれているが、ヒトでの有効性については信頼できる十分な情報が見当たらない。経口で適切に摂取した場合、安全性が示唆されているが、妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる十分な情報が見当たらないため、使用は避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

10. ケナシサルトリイバラ、サンキライ、ドブクリョウ

名称	ケナシサルトリイバラ、サンキライ、ドブクリョウ [英]- [学名]Smilax glabra ユリ科
概要	中国に広く分布する蔓性落葉低木。7~8月に小さな白色の花を付ける。薬用部位は根茎で生薬名は日本薬局方では「サンキライ<山帰来>」、中国では「ドブクリョウ<土伏苓>」。ただし、同属のサルトリイバラ (Smilax china) がサンキライと呼ばれることもあり、混乱している。ここではSmilax glabraについてまとめる。その他のSmilax属については「サルサパリラ」の項を参照。俗に「解毒によい」「皮膚によい」などといわれているが、ヒトでの有効性・安全性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

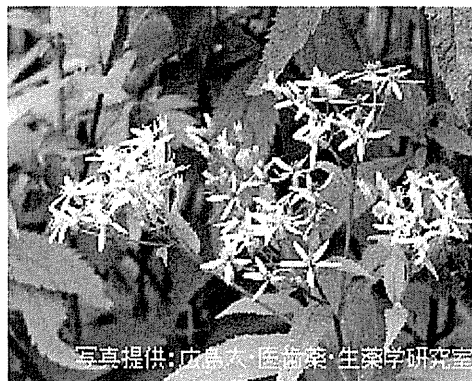
11. サルサパリラ、サルサ、シオデ属

名称	サルサパリラ、サルサ、シオデ属 [英]Sarsaparilla [学名]Smilax febrifuga, Smilax medica (Smilax aristolochifolia, Smilax aristolochiae-folii)、Smilax regelii (Smilax officinalis)、その他のSmilax属 ユリ科
概要	西インド諸島と米熱帯地域が原産の多年生蔓性植物。小さな緑色の花を付ける。根や根茎がハーブティーやルートビアの香味として利用されるが、サルサパリラと呼ばれる植物には多くの異なった種類が含まれる。同属のケナシサルトリイバラ (Smilax glabra) については別項を参照。ここでは、その他のSmilax属についてまとめる。俗に「強壮によい」「更年期によい」「解毒によい」などといわれているが、ヒトでの有効性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。通常の商品に含まれる量を摂取する場合、おそらく安全と思われるが、妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる情報が十分に見当たらないため、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

12. キオン、ヒゴオミナエシ、オウエン

名称 キオン、ヒゴオミナエシ、オウエン [英]Alpine ragwort [学名]Senecio nemorensis

概要 日本や中国をはじめとする東アジアからヨーロッパまで分布するキク科の多年草。高さ50~100 cm程度に生長する。全草を中医方では黄芩(おうえん)と呼び、腸炎、肝炎、結膜炎などの治療に煎じて服用される。俗に「糖尿病」「出血」「高血圧」などによいと言われているが、ヒトでの安全性・有効性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。キオンの根に多く含まれるピロリジジナルカロイドには肝毒性と催奇形性があるため、妊娠中・授乳中の使用はおそらく危険と思われる、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。ピロリジジナルカロイドに関して過去の注意喚起情報がある(こちら)。



13. ヤグルマギク、ヤグルマソウ、セントウレア、コーンフラワー

名称 ヤグルマギク、ヤグルマソウ、セントウレア、コーンフラワー [英]Cornflower [学名]Centaurea cyanus

概要 ヤグルマギク(矢車菊)はキク科の一年草または多年草。高さ30~100 cm程度に生長する。花は青藍色をしており、「矢車菊」という名称は花の形を矢車に例えたものとの説もある。俗に、「熱によい」「月経不順によい」「目によい」などと言われているが、ヒトでの有効性については十分な情報が見当たらない。ハーブティーの着色料や着香料として使用されているものはおそらく安全と思われるが、これ以外の使用についての安全性は調べた文献の中に見当たらない。妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる情報が見当たらないため、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

14. サトウダイコン、甜菜、ビート

名称 サトウダイコン、甜菜、ビート [英]Beet, Beet Greens, Beetroot, Fodder Beet, Garden Beet, Green Beet, Mangel, Mangold, Red Beet, Scandinavian Beet, Sugarbeet, Whitebeet, Yellow Beet [学名]Beta Vulgaris

概要 ヨーロッパ、北アフリカ、中央アジアが原産のアカザ科多年草。高さは60~80 cm程度に生長する。野菜として根や葉を食したり、砂糖の原料として根が利用されている。俗に「肝疾患によい」「脂肪肝によい」などと言われているが、ヒトでの有効性については、調べた文献の中に十分なデータが見当たらない。通常の食品に含まれる量を摂取する場合、おそらく安全と思われるが、妊娠中・授乳中の過剰摂取については、信頼できる十分な情報が見当たらないため避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

15. ピジウム、ピゲウム、ピジューム、アフリカンプラム

名称 ピジウム、ピゲウム、ピジューム、アフリカンプラム [英]Pygeum, African Plum, Red Stinkwood, African Cherry [学名]Prunus africana, Prunus africanum, Pygeum africanum
バラ科

概要 南~中央アフリカ原産の常緑高木で、高さ30~35 mになる。長楕円形の葉と、白色の花、赤い実をもち、樹皮を使用する。俗に「泌尿器によい」「前立腺によい」「炎症によい」などといわれているが、良性前立腺肥大の機能的症状の改善にのみ、おそらく有効と思われる。適切な経口摂取はおそらく安全と思われるが、妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる十分な情報が見当たらない。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

16. アニス、アニス種子

名称	アニス、アニス種子 [英]Anise、Aniseed [学名]Pimpinella anisum L. セリ科
概要	西アジア、東地中海沿岸原産の一年草。高さ40～60 cmで、葉は羽根状、白色の花をつける。古くから、乾燥させた成熟果実(種子)が薬や香辛料として利用されて来た。俗に「咳や痰によい」「胃腸によい」などといわれ、コミッションE(ドイツの薬用植物の評価委員会)では気道の炎症と消化不良への使用が承認されているが、その他、ヒトでの有効性については信頼できる十分な情報が見当たらない。通常の食事に含まれる量の摂取はおそらく安全と思われる。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

17. DMAA、ジメチルアミルアミン

名称	DMAA、ジメチルアミルアミン [英]Dimethylamylamine、1,3-Dimethylamylamine、Methylhexanamine、4-methyl-2-hexanamine、Forthane [学名]-
概要	DMAAは、メチルヘキサミン、メチルヘキサナミン、ジェラナミン、ホルサン、ホルタンなどとも呼ばれる化学物質。ゼラニウム植物油由来の“天然成分”と宣伝されている場合があるが、そのような事実は確認されていない。俗に「ダイエットによい」、「運動能力向上によい」、「筋肉増強によい」などといわれているが、ヒトでの有効性については十分な情報が見当たらない。当初、鼻充血抑制薬として開発されたが、ダイエットや筋肉増強などを目的としたサプリメントとしての利用において、心臓血管系の重大な有害事象が発生した。そのため、海外ではサプリメントや食品への使用禁止ならびに注意喚起情報が出されている。日本においても、厚生労働省が情報提供の事務連絡を出している(PDF)。経口摂取はおそらく危険と思われ、妊娠中・授乳中の安全性については信頼できる情報が十分に見当たらないため、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

18. タチエンレイソウ、エンレイソウ、ベスルート

名称	タチエンレイソウ、エンレイソウ、ベスルート [英]Beth Root、Birth Root、Wakerobin [学名]Trillium erectum
概要	タチエンレイソウ(立延齡草)はユリ科の多年草。特有の匂いを持つ花をつける。俗に「月経痛を軽減する」「収縮作用がある」「去痰作用がある」と言われているが、ヒトでの有効性については調べた文献に十分な情報が見当たらない。消化管刺激作用があるため、タチエンレイソウを摂取することは危険性が示唆されている。月経誘発作用または子宮刺激作用があるため、妊娠中・授乳中の使用はおそらく危険と思われるので、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。

19. ヒッコウカ、クベバ

名称	ヒッコウカ、クベバ [英]Cubeb [学名]Piper cubeba
概要	ヒッコウカ(薑澄茄)はコショウ科の常緑つる性植物。多年生で、6 m程度に生長する。果実はスパイスにも用いられる。俗に、「利尿作用がある」「抗炎症作用がある」などと言われているが、ヒトでの有効性については調べた文献の中に十分な情報が見当たらない。通常の食品に含まれる量で使用する場合はおそらく安全と思われるが、消化器系の疾患がある人は使用するべきではない。腎炎に罹患している人は使用禁忌。妊娠中・授乳中の安全性は信頼できる情報が十分に見当たらないため、使用を避ける。その他、詳細については「すべての情報を表示」を参照。