くすりと健康食品

－健康食品を正しく理解するために－

健康食品とは、健康に良いといわれて販売されていますが、法律的な定義はありません。健康食品は、あくまで食品として、栄養補給や健康の維持などの目的で利用するもので、医薬品と違い、病気の治療や予防などを目的とするものではありません。

名古屋市

1　くすりと食品のちがい

口から摂取するものは、医薬品（医薬部外品を含む）を除き、食品です。

医薬品、医薬部外品	保健機能食品			一般食品（健康食品を含む）
	特定保健用食品（注１）	栄養機能食品（注２）	機能性表示食品（注３）	

国の承認・許可を得て、効能・効果をうたうことができます。

（注１）国の承認・許可を得て、特定の保健の目的が期待できることを表示できます。（注２）国が定めた規格基準に適合するものは栄養機能を表示することができます。（注３）事業者の責任において科学的根拠に基づいた機能性を表示することができます。

保健機能食品を除くサプリメント、栄養補助食品などは一般食品です。

2　健康食品には効能・効果をうたえません！

健康食品はあくまで食品であり、医薬品のように病気の治療や身体の構造・機能に影響を与える効果をうたうことはできません。治療が必要な病気を抱えている場合には、きちんと医療機関で受診してください。

疾病の治療又は予防を目的とする効能効果
＜不適切な例＞
糖尿病、高血圧、動脈硬化の人に、肝障害・腎障害を治す、ガンがよくなる、便秘が治るなど

身体の組織機能の一般的増強・増進を目的とする効能効果
＜不適切な例＞
疲労回復、強壮、体力増強、老化防止、若返り、新陳代謝を盛んにする、血液浄化、解毒機能を高める、病気に対する自然治癒能力を増す、成長促進、体内に蓄積された脂肪を分解・燃焼・排泄する効果、これを食べるだけで痩せます、女性ホルモン様作用物質が含まれていますなど

医薬品的な効能効果の暗示
＜不適切な例＞
① 名前又はキャッチフレーズにより暗示するもの
　延命〇〇、漢方秘伝、不老長寿、〇〇処方
② 製法の説明により暗示するもの
　××等の薬草を独自の製造法（特許出願中）によって調整
③ 新聞、雑誌等の記事、医師、学者等の談話、学説、体験談などを引用することにより暗示するもの

３　健康食品による健康被害に注意！

医薬品成分が入っている健康食品により健康被害が発生しています。健康食品を利用するときは、被害の発生情報や製品の情報について注意するよう心がけてください。

医薬品成分が検出された製品例

検出された医薬品成分：マジンドール、シブトラミン等

＜マジンドール＞

適応等：食欲抑制剤（医薬品サノレックス錠と同じ成分）

副作用：依存性、肺高血圧症、口渇感、便秘、悪心・嘔吐、睡眠障害、胃部不快感など

＜シブトラミン＞

適応等：肥満症治療剤

（国内では医薬品として承認されていない）

副作用：頭痛、口渇、便秘、不眠、鼻炎、血圧及び心拍数の増加など

検出された医薬品成分：シルデナフィル

適応等：勃起不全治療薬（医薬品バイアグラ錠と同じ成分）

副作用：頭痛、ほてり、視覚異常など

心疾患治療薬である硝酸剤または一酸化窒素供与剤（ニトログリセリン、亜硝酸アミル、硝酸イソソルビド等）との併用により、過度に血圧が降下し、場合によっては死亡することがある。

インターネット販売製品の買上調査結果（厚生労働省報道発表資料より）

	強壮効果を目的とする製品			痩身効果を目的とする製品		
	医薬品成分検出件数	検査件数	検出率（%）	医薬品成分検出件数	検査件数	検出率（%）
平成２３年度	５３	５７	９３	５	１２	４２
平成２４年度	３７	４４	８４	１９	２９	６６
平成２５年度	３３	５０	６６	１６	３１	５２
平成２６年度	４４	７２	６１	０	６	０
平成２７年度	６３	９８	６４			

医薬品成分の検出率は６０％以上！！

4　健康食品を購入・利用するときの注意

① 海外で製造された健康食品には注意しましょう。これまでに医薬品成分が検出された健康食品のほとんどは、海外で製造されたものです。

② 不特定の販売業者から購入した健康食品には注意しましょう。特に、インターネットオークションや輸入代行業者を通じて購入した場合、健康被害が発生しても、販売者に責任を問えないことがほとんどです。信頼できる販売者から購入してください。

③ 効能・効果をうたった健康食品は購入しないようにしてください。

健康食品を食べて体調が悪くなったときは、医療機関を受診してください。医師の診察の結果、健康食品による健康被害が疑われる場合は、以下に掲載されている保健センターへお知らせください。

このリーフレットに関する相談は
以下の保健センター環境薬務課または名古屋市保健所環境薬務課へ

○千種保健センター環境薬務課　TEL　753-1973、FAX　751-3545
（担当区：千種区、昭和区、瑞穂区、名東区）

○中村保健センター環境薬務課　TEL　433-3064、FAX　483-1131
（担当区：西区、中村区、熱田区、中川区）

○中保健センター環境薬務課　TEL　265-2256、FAX　265-2259
（担当区：東区、北区、中区、守山区）

○南保健センター環境薬務課　TEL　614-2885、FAX　614-2818
（担当区：港区、南区、緑区、天白区）

○名古屋市保健所環境薬務課　TEL　972-2651、FAX　972-4153

下記ウェブサイトも参考にしてください。

・厚生労働省ウェブサイト
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/shokuhin/daietto/index.html
・国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所　https://hfnet.nibiohn.go.jp/
・名古屋市ウェブサイト　https://www.city.nagoya.jp/kurashi/category/15-7-7-0-0-0-0-0-0-0.html