

はあもにい

No.116

2005年

5月号

(有)静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
ひまわり薬局 TEL053(463)4312 みかん薬局 TEL053(584)2230

健康食品 Q&A

現在、保健機能食品を設けたこともあり、健康食品が大変ブームになっています。しかし、このブームの裏には、国が皆保険制度で支払う医療費を減らそうというねらいがあります。これは“コンビニで薬が買える”ように保険で使える薬を減らし、国民皆保険をなくしにしようとするものです。お薬(医薬品)というと副作用が心配で、健康食品の方が安心という方もいらっしゃると思いますが、決してそうではありません。医薬品は安全性と有効性を確認された科学的に根拠のあるものです。

Q.1 『健康食品』とは何ですか？

A.そもそも『健康食品』という言葉は、法令などにより定められているものでなく、一般に「健康の増進に資する食品として販売・利用されるもの」を総称するものです。『健康食品』といわれている製品のパンフレットやチラシを見ている限り、販売する会社が勝手に『健康食品』と標榜すれば、それが健康食品として流通するようになっており、はっきりとした定義は存在していないようです。

健康食品には、実際に「健康の保持増進効果」があるかどうか確認されているものもあれば、そうでないものもあります。このうち、国がその「健康の保持増進効果」を確認したものが「保健機能食品」で、その他の健康食品は国がその効果を確認したものではありません。

医薬品 (医薬部外品を含む)	保健機能食品(国が確認したもの)		一般食品 (いわゆる健康食品(健康補助食品など)を含む)
	栄養機能食品 (規格基準型)	特定保健用食品 (個別評価型)	

現在の特定保健用食品(通称:トクホ)は作用機序が明確で、有効性を確認する試験がきちんとされているものですが、厚生労働省は今までのトクホよりも作用機序、有効性試験の2点の審査基準を緩和して、限定的な科学的根拠を表示する条件下で認められる「条件付トクホ」の表示を認めました。しかし「条件付」というあいまいな言葉で、科学的根拠のあいまいな健康食品を国が認めてしまう事は、消費者を惑わす事にもなりかねません。

Q.2 『健康食品』について注意することは？

A.最近、テレビや新聞で『健康食品』に関する情報があふれていますが、間違っているものや、大げさなものも少なくありません。また高価にすることで莫大な利益を上げている健康食品会社も少なくありません。正確な情報を得るためには管理栄養士、薬剤師など信頼のできる身近な専門家に相談するとよいでしょう。また医師による治療を受けている方や医薬品を服用されている方は、まず使用する前にかかりつけの医師、薬剤師に相談して下さい。

