

健康食品をめぐる問題

■表示・広告の問題

- ◇ 「体験談」や「学者・専門家の推薦」の横行
- ◇ 機能に関する成分表示（成分や含有量等）の信憑性が低い
- ◇ 医薬品との併用による健康被害の表示がない
- ◇ 効果表示の信頼性も低い
- ◇ 表示と実態の監視が不十分

有効性の証明にはなりません

消費者にはチェックできません

■安全性の問題

- ◇ 錠剤・カプセル・濃縮型商品だと摂り過ぎてしまう
- ◇ 書かれている成分の効果と実際の製品の効果が同じとは言えない
- ◇ 同じ商品でも含まれている成分にバラツキがある
- ◇ **薬と一緒にとると危険な事もある**（食品・医薬品との併用による危険）
薬の効果を強めたり弱めたりする、また副作用が食品成分の吸収に影響を与える場合等がある。

<例>

- ・ グレープフルーツあるいはそのジュースと降圧薬フェロジピン
- ・ ビタミンK（青汁・クロレアを含む）とワルファリン（抗凝固剤）
- ・ カルシウムと骨粗しょう症薬
- ・ コエンザイムQ10と降圧薬・糖尿病治療薬、等々。

「厚生労働省、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所のHPより」

- ◇ 事業者に事故（健康被害）の報告義務がないので消費者に事故情報が届かない

■各種制度の問題

- ◇ 特定保健用食品（トクホ）、栄養機能食品、機能性表示食品、いわゆる健康食品と4分野の商品が混在する状態で市場が拡大し続け、たいへんわかりづらい

健康食品は、そもそも病気の治療を目的としたものではありません。摂りすぎや、服用している医薬品との間で、思わぬ健康被害が発生することもあります。溢れる情報や広告・宣伝に惑わされないようにしましょう。

健康食品に関する今の諸制度を、総合的・統一的に見直し、わかりやすい制度にする必要があります。



イラスト：消費者庁発行パンフレットより