



# 森田医院通信

## 健康食品について見直してみよう

Vol.95

2024年4月9日

健康食品・サプリメントに関する腎障害のニュースを見かけます。”健康食品”や”サプリメント”は医薬品と異なり効果や安全性に十分なデータはないことが多く摂取には一定の注意が必要です。

ほとんどの人が知っている健康食品やサプリメントという言葉ですが、その用語には行政的な定義がありません。一般に健康食品とは健康の「保持増進に資する食品全般」が、またサプリメントとは「特定成分が濃縮された錠剤やカプセル形態の製品」がそれぞれ該当すると考えられています。

健康食品で最も注意すべきは医薬品との違いです。私たちが口から摂取するもののうち医薬品（医薬部外品を含めて）以外はすべて食品になり体の構造や機能に影響する表示をすることは原則認められていません。ただし特別用途食品（粉ミルクなど）、特定保健用食品（トクホ）、栄養機能食品、機能性表示食品など例外的に特定の保健機能や栄養機能を表示することが認められているものもあります。

特定保健用食品は安全性や有効性が製品全体として評価されていますが、一般食品に分類されるいわゆる健康食品には様々な製品があり、原材料に含まれている成分が特定されていないことも多く、含まれる成分も産地や収穫時期などにより変動するものもあります。また有害物質の混入により健康被害を起こしたものもあり、体調の変化があるときは栄養食品・サプリメントの影響の可能性も考えてみる必要があります。

昔から健康食品素材と影響を受けやすい疾患の組み合わせが知られているものもあります。  
①ウコンと胆石症 ②鉄含有量の多い素材とC型慢性肝炎 ③スギナと心臓又は腎臓の機能不全  
④アロエと妊婦・授乳婦 ⑤サイリウムと消化管障害 ⑥朝鮮人参と血栓症、高血圧症 ⑦αリポ酸とインスリン自己免疫症候群 などです。

健康食品やサプリメントを使用するときは、これらのことをよく理解した上で利用するようにしましょう。また 消費者庁のホームページや国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所（国立健康・栄養研究所）のホームページにも健康食品に関する情報が多数掲載されており、気になる方は一度参照されてはいかがでしょうか。



## 一言コラム 第一三共、はしか・風疹・おたふく（MMR）3種混合ワクチンの製造販売承認を申請

製薬大手「第一三共」は3月25日、はしかと風疹の混合ワクチン（MRワクチン）に、おたふくかぜワクチンを混ぜた3種混合ワクチン（MMRワクチン）の製造販売承認を、厚生労働省に申請しました。

MMRワクチンを巡っては1989年に一度導入されましたが、無菌性髄膜炎の副反応が問題となり1993年に接種が中止されています。今年1月の厚労省の有識者委員会では、新たなMMRワクチンの開発を待って、おたふくかぜワクチンの定期接種化の検討を進める方針となっており、今後おたふくかぜワクチンの定期接種化が進みそうです。



## ニュース 2023年の国内出生数が前年比5.1%減。8年連続で過去最少を更新。

厚生労働省は2023年の国内の出生数（速報値）が前年比5.1%減の75万8631人と8年連続で過去最少を更新したと発表しました。婚姻件数は同5.9%減の48万9281組でした。記録では50万組を下回るのは1933年以来90年ぶりになるそうです。

民間有識者らで作る「人口戦略会議」によると日本の総人口は2008年の1億2808万人をピークに急速に減少しており、長期推計では、2100年には約6300万人に半減すると予測されています。人口減に歯止めがかからない場合、「超高齢化や地方消滅で（社会の）進歩が止まる」と深刻さを強調しており、2100年の人口を8000万人で安定させる「定常化戦略」と、小さい人口規模でも多様性と成長力を確保する「強靱化戦略」が重要と訴えています。



## 糖尿病ってどんな病気？その79 初の週一回注射の基礎インスリン製剤“インスリン イコデク” 欧州で承認の見込み

体内のインスリンには、1日を通して分泌される「基礎インスリン」と、食事などで糖質を摂取したときに分泌される「追加インスリン」があります。薬剤としての「基礎インスリン」はより長く安定して効果が続くように、「追加インスリン」はより速やかに効果が発現しそして消失するように開発されてきました。基礎インスリンとして現在使用される薬剤にはトレシーバ（インスリン デグルデク）やランタスXR（インスリン グラルギン）等がありますがいずれも1日1回の自己注射が必要です。

今回、製薬大手ノボ ノルディスクは、新規に開発している「基礎インスリン」”インスリン イコデク”について、欧州医薬品庁の医薬品委員会が、承認を勧告する肯定的見解を採択したと発表しました。近いうちに臨床使用の承認がされるものと思われます。

”インスリン イコデク”は、1回の皮下注射により1週間にわたり必要な基礎インスリンをまかなえるよう設計された週1回投与のインスリンアナログ製剤です。強力かつ可逆的に血中蛋白のアルブミンと結合し、持続的かつ緩徐にアルブミンから解離してインスリン受容体と結合して作用することで、血糖降下作用が1週間にわたって持続するそうです。

商品化され日本で使用できるようになるまではまだ時間がかかるかもしれませんが、これまで1日1回必要だった自己注射が週1回まで減らすことができることは、安定した治療の継続や糖尿病のコントロールの改善に寄与することが期待されます。

## お知らせ

6月から保険診療の診療報酬改定が行われます。今回は、医療従事者の賃上げ、医療DXの推進、コロナ後の感染対策の推進、外来医療の機能分化強化などを主眼とした改訂だそうです。当院でも糖尿病・高血圧・脂質異常に関し管理・投薬治療を受けられている患者さんの管理にかかる特定疾患療養管理料が生活習慣病管理料(Ⅱ)に変更になり、より厳密な管理が求められるようになる見込みです。制度の変更に対応していくためご理解ご協力おねがいします。

医療法人  
森田医院

所在地：大阪府寝屋川市八坂町6-23 電話：072-821-0446  
ホームページ：<https://www.moritaclinic.or.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日 祝
9時-12時00分	○	○	○	-	○	○	-
17時-19時00分	○	○	○	-	○	-	-



※受付時間 午前 08:30 ~ 12:00 午後 16:30 ~ 19:00  
午前は8時30分、午後は16時30分に解錠し受付を開始します。