

相談事例

広報萩
11月号掲載
(令和6年度)

健康食品とどう向き合う？



健康志向の高まりから、テレビや新聞、SNSで健康サプリメントの宣伝をよく見かけます。ガンが治った、糖尿病で血糖値が下がった、老化防止、血液サラサラになる、骨が元気になった、花粉症に効果抜群、脂肪燃焼を促進など、さまざまな効果・効能が記されています。健康な時は何も思いませんでしたが、膝が痛くなったり、体重が増えてきて、『ちょっと飲んでみようかな?』と思って注文しましたが、表示されているような効果が見られません。

健康食品はあくまで**食品**です。医薬品・医薬部外品のように効能効果を謳うことは、原則として認められていません。虚偽誇大広告や、実際よりも著しく優良だと誤認される表示は禁止されています。

しかしながら、健康食品には大げさな広告が多く存在するため、次のことに注意して購入・使用しましょう。

相談事例

注意事項

健康食品の広告は有効性のみが強調されて魅力的ですが、経済的な被害や健康被害を受ける場合があります

基礎疾患のある場合

治療薬と健康食品を併用すると、相互作用による治療薬の効果の減弱や副作用が起きやすくなる可能性があります。健康食品を利用する場合は、かかりつけの医師や薬剤師に必ず相談してください。

