



ナチュラルメディシン・データベース 操作マニュアル

目 次

1. NMDB（ナチュラルメディシン・データベース）について	1
📖 NMDB（ナチュラルメディシン・データベース）とは	1
📖 利用状況	1
2. NMDB利用サイトの動作環境について	1
3. NMDBへのログイン	2
🔑 NMDBにログインします。	2
📖 検索TOPページ	3
4. NMDBの検索方法	4
📖 検索の流れ	4
📖 NMDBの構成	4
📖 検索メニュー	5
5. 成分名から検索する	6
🔑 成分名に「ウコン」を含むもので検索します。	6
📖 成分名リストについて	7
🔑 成分名の別名を表示します。	7
🔑 成分名リストから「ウコン」を含んだ商品名リストを表示します。	8
📖 商品名リストについて	9
🔑 商品名リストから健康食品情報を表示します。	9
📖 健康食品情報について	11
🔑 「ウコン」のNMDB情報を表示します。	12
📖 NMDB情報について	13
🔑 NMDB情報を印刷します。	17
🔑 検索TOPに戻ります。	19
🔑 成分名の先頭に「あ」のつくものを表示します。（索引から探す）	20
6. 商品名・原材料名から検索する	21
🔑 商品名に「葛の花」が含まれるもので検索します。	21
🔑 会社名に「製薬」が含まれるもので検索します。	22
7. 安全性から検索する	23
🔑 安全性に「妊娠中」が含まれるもので検索します。	23
8. 有効性から検索する	25
🔑 有効性に「糖尿病」が含まれるもので検索します。	25
9. 医薬品との相互作用から検索する	26
🔑 医薬品名「ワルファリン」で検索します。	26
🔑 医薬品名「アンフェタミン」を危険度レベル「高」のみで検索します。	28
10. 医薬品名から検索する	30
🔑 医薬品名「リポバス」と相互作用のある成分を検索します。	30

1. NMDB（ナチュラルメディシン・データベース）について

NMDB（ナチュラルメディシン・データベース）とは

- 「ナチュラルメディシン・データベース」は、健康食品の科学的根拠（エビデンス）の指針となるサプリメント大国アメリカ生まれの世界最大級の健康食品データベースで、健康食品の安全性、有効性、医薬品との相互作用（飲みあわせ）などを網羅しています。
- NMDBは、アメリカ西海岸のストックトンに本拠を置く100名を超えるリサーチャー、専門研究員からなる民間組織セラピューティック・リサーチ・センター(Therapeutic Research Center)によって構築されているデータベースで、専門家向けにサプリメントに使用されている素材を幅広く網羅し、現在最も信頼のおける世界的情報源のひとつとなっています。
- NMDBは、健康食品関連の科学的根拠を得るために費やされた2200億円を超える補助金によって、世界各国で運営され、膨大な学術論文や研究資料を精査し、健康食品の素材・成分の安全性と有効性の科学的根拠を分析しており、さらにその結果をもとに、医薬品との相互作用なども加えて、日々情報は更新されています。
- 本サイトは、その日本対応版です。

利用状況

- アメリカのFDA（医薬食品局）やNIH（国立衛生研究所）などの国内機関はもとより、イギリス・カナダ・オーストラリアほか数十カ国の国家行政機関が、英語、スペイン語のオンラインデータベースのNMDBを公式採用し、職員向けに公開しています。
- アメリカでは、すべての大学病院、ほとんどの大病院がNMDBライセンスを取得して勤務医に公開。さらに、ほとんどの医薬品、食品会社が採用し、顧客相談窓口などでも活用しています。
- イギリスでは、ほぼすべての医薬品情報センターがNMDBライセンスを取得して公開しています。
- カナダでは、10州のうち6州のすべての薬局にNMDBライセンス取得が義務づけられています。
- 英語圏の各国では350万人がNMDB利用のためのNMDBアカウントを所有しています。

2. NMDB 利用サイトの動作環境について

NMDB 利用サイトは、下記の動作環境でご利用いただけます。

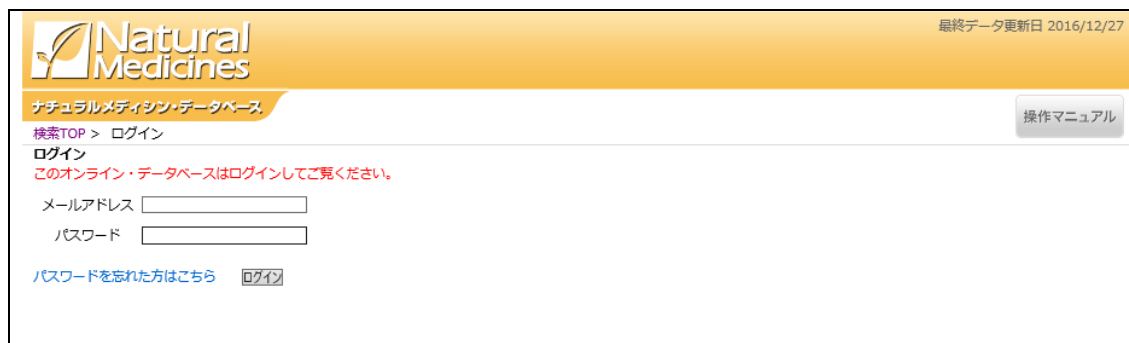
- PC 端末：Google Chrome、Firefox、Edge 最新バージョン
- iOS 端末：Safari、Chrome 最新バージョン
- Android 端末：Chrome 最新バージョン

3. NMDBへのログイン

NMDB にログインし、検索 TOP ページを表示します。

🔑 NMDBにログインします。

1. Web ブラウザのアドレスバーに NMDB サイトのアドレス [https://www.nmdbjahfic.jp/] を指定し、ログイン画面を起動します。
2. ID(メールアドレス)、パスワードを入力後、[ログイン] ボタンをクリックします。



* パスワードを忘れた場合は、[パスワードを忘れた方はこちら] をクリックし、メールアドレスを入力後、[送信する] ボタンをクリックすると、ご登録頂いたメールアドレスにパスワードが送信されます。



3. NMDB の検索 TOP ページが表示されます。



📖 検索 TOP ページ

このページは常時表示されるタイトル部分と検索メニュー部分で構成されています。

タイトル部分

「タイトル名」です。
クリックすると検索 TOP ページを表示します。

NMDB の更新日が表示されます。

最終データ更新日 2016/12/26

ログアウト

操作マニュアル

ログインされている間は、ログアウトが表示されます。

現在表示しているページを階層で表示します。
クリックすると、その階層を表示します。

クリックすると、操作マニュアル(PDF)が表示されます。

検索メニュー部分

検索TOP >

健康食品検索
ナチュラルメディシンの成分検索
食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。
検索 索引から探す

商品名・原材料名検索
健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。
検索

安全性検索 入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。
入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索 検索

有効性検索 病状別ナチュラルメディシンの有効性を検索します。
病状名や身体の部位を入力し、検索してください。
病状名や身体の部位を入力 検索

医薬品との相互作用
健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力 ☐ 「高」のみを表示 検索

医薬品検索
医薬品商品名から一般名を検索、一般名から商品名を検索
さらに、医薬品との相互作用が検索できます。
医薬品商品名から一般名を検索、一般名から商品名を検索 検索

お知らせ
日本健康食品・サプリメント情報センターとは
一般社団法人 日本健康食品・サプリメント情報センターが実施しているハイクオリティ認証は、ナチュラルメディシン・データベースをもとに、健康食品・サプリメントの品質・安全性を確認する審査基準を設け、品質・安全性を証明する審査を承認することによってそれを証明する制度です。一般社団法人 日本健康食品・サプリメント情報センターはこちら
<http://www.jahfc.or.jp/>
このデータベース内の情報は、データベース掲載日時点の知見にもとづくものです。掲載されている情報はSR（システマティックレビュー）などの結果を要約したものです。専門家としての知見に基づきご判断ください。また、必要に応じて他の適切な情報をご参照ください。
著作権について
ナチュラルメディシン・データベース オンラインデータベースの著作権は、株式会社同文書院およびTherapeutic Research Facultyに帰属しています。当サイトの内容を無断転載、無断コピーして利用すること（第三者への無断配布も含む）を禁止します。

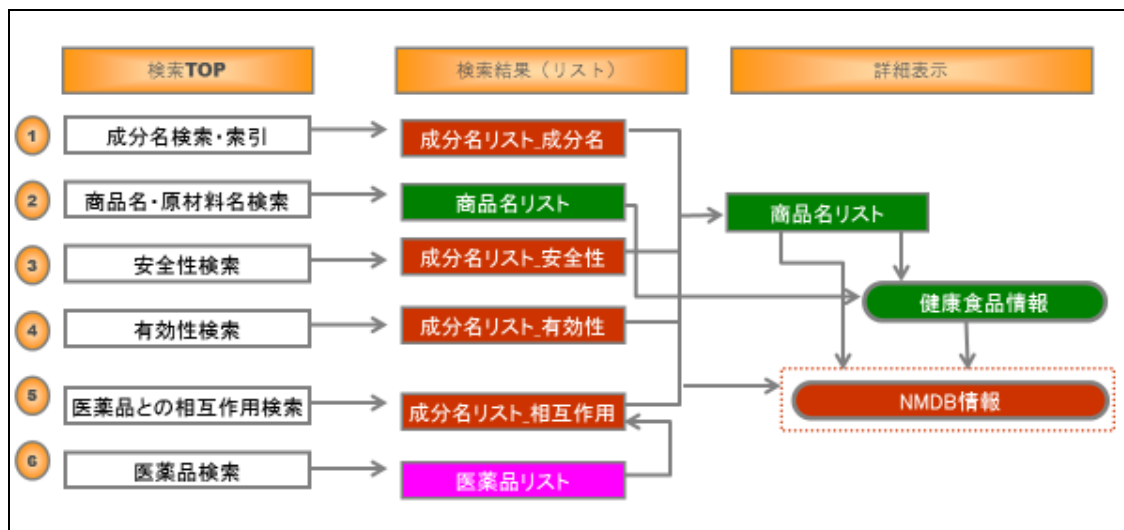
目的別の検索メニューが表示されます。

NMDB 利用ユーザへのお知らせ内容を表示します。

4. NMDB の検索方法

検索の流れ

NMDB では、6 つの検索メニューから検索結果リストを表示し、そこから NMDB 情報を表示します。



NMDB の構成

NMDB は、下記情報で構成されています。

NMDB 情報

NMDB のベースとなる成分の詳細情報です。

成分名（別名・英文名・別名ほか）、有効性(6段階の分類)、安全性・医薬品との相互作用(高/中/低の分類)、ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用、その成分を含む健康食品（商品）、健康被害事例（日本における健康食品による健康被害事例集）の情報を確認することができます。

健康食品情報

健康食品の詳細情報です。栄養成分、原材料等を確認することができます。

成分名リスト

NMDB に登録された成分名リストです。

商品名リスト

日本における健康食品の商品名リストです。

医薬品リスト

医薬品の商品名リストです。

検索メニュー

1

健康食品検索

ナチュラルメディシンの成分検索

食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

[索引から探す](#)

2

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

3

安全性検索

入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。

4

有効性検索

病状別ナチュラルメディシンの有効性を検索します。
病状名や身体部位を入力し、検索してください。

5

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

☐「高」のみを表示

6

医薬品検索

医薬品商品名から一般名を検索・一般名から商品名を検索
さらに、医薬品との相互作用が検索できます。

① 成分名検索

成分名、別名、ハーブ名等を検索キーワードとして成分名リストを抽出し、成分情報（NMDB 情報）を表示します。「索引から探す」では、成分名をあいいうえお順で表示しますので、成分名が明確な場合は、こちらを利用します。

② 商品名・原材料名検索

商品名、会社名、原材料名を検索キーワードとして商品名リストを抽出し、そこに含まれる成分情報（NMDB 情報）を表示します。

③ 安全性検索

安全性、副作用、禁忌等を検索キーワードとして成分名リストを抽出し、成分の安全性情報（NMDB 情報）を表示します。

④ 有効性検索

症状名、身体部位等を検索キーワードとして成分名リストを抽出し、成分の有効性情報（NMDB 情報）を表示します。

⑤ 医薬品との相互作用検索

医薬品(一般名)/薬効区分名/健康食品成分名等を検索キーワードとして成分名リストを抽出し、医薬品との相互作用情報（NMDB 情報）を表示します（高/中/低の3分類）。

また、「「高」のみを表示」にチェックを入れて検索すると、「高」のみの情報を抽出できます。

⑥ 医薬品検索

医薬品名を検索キーワードとして医薬品リストを抽出し、一般名と相互作用のある成分名リストから成分の医薬品との相互作用情報（NMDB 情報）を表示します。

5. 成分名から検索する

ナチュラルメディシンの成分検索では、成分名、別名、ハーブ名を検索キーワードとして、成分名リストを抽出し、成分詳細情報（NMDB 情報）を表示します。

成分名が明確な場合は、成分名索引から直接、成分詳細情報（NMDB 情報）を表示できます。

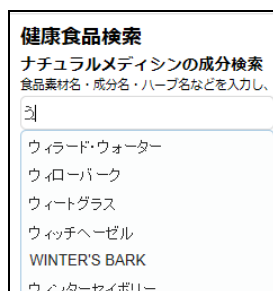
🔍 成分名に「ウコン」を含むもので検索します。

1. 検索キーワードに「ウコン」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。



ナチュラルメディシン・データベース
検索TOP >
健康食品検索
ナチュラルメディシンの成分検索
食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。
ウコン [検索] 索引から探す

- * 検索キーワードには、漢字・カタカナ・ひらがな・英文を利用できます。
- * 成分検索では、サジェスト機能により、入力した文字列で始まる候補が最大 10 行表示され、候補から選択することができます。



健康食品検索
ナチュラルメディシンの成分検索
食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。
ウ
ウィラード・ウォーター
ウィローバーク
ウィートグラス
ウィッチヘーゼル
WINTER'S BARK
ウィンターサイボリー

- * ひらがなの「うこん」でも同様の検索ができます。

2. 「ウコン」を含む成分名リストが表示されます。検索キーワード「ウコン」は赤字表示されます。



ナチュラルメディシン・データベース
検索TOP > 成分名リスト
ナチュラルメディシンの成分検索
食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。
ウコン [検索]
| あ行 | が行 | さ行 | た行 | な行 | は行 | ま行 | や行 | ら行 | わ行 |
検索件数: 5件 [1]
+ ウコン この成分を含んだ商品
+ クスウコン この成分を含んだ商品
+ アセンヤクノキ この成分を含んだ商品
+ ガジュツ この成分を含んだ商品
+ ジャワ・ターメリック この成分を含んだ商品

- * 赤字表示される検索キーワードは最大 20 文字になります。（全検索メニュー共通）

成分名リストについて

成分名リストは下記の内容になります。

階層表示には、「成分名リスト」と表示されます。

検索TOP > 成分名リスト

オチュラルメディシンの成分検索
食品薬材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

ウコン

検索結果件数が表示されます。

検索件数：5件

ページ数が表示されます。複数ページある場合はページ切り替えボタンも表示されます。

全リストの詳細表示・非表示ができます。

成分名をクリックすると、NMDB 情報が表示されます。

各成分の詳細表示・非表示ができます。

「この成分を含んだ商品」をクリックすると、商品名リストが表示されます。

成分名の別名を表示します。

1. [全リスト詳細表示] ボタンをクリックします。

オチュラルメディシンの成分検索
食品薬材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

ウコン

検索

あ行 | か行 | さ行 | た行 | な行 | は行 | ま行 | や行 | ら行 | わ行 |

検索件数：5件

[1]

ウコン

この成分を含んだ商品

2. 全成分名の詳細が表示されます。

* 成分名に「ウコン」が含まれていないものでも、別名に「ウコン」が含まれているものは検索対象になります。

オチュラルメディシンの成分検索
食品薬材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

ウコン

検索

あ行 | か行 | さ行 | た行 | な行 | は行 | ま行 | や行 | ら行 | わ行 |

検索件数：5件

[1]

ウコン

この成分を含んだ商品

別 名 ターメリック

英 文 名 TURMERIC

別名ほか 薑黄(Turmeric Root), Curcuma, 薑ウコン, 秋ウコン(Curcuma longae Rhizoma), キョウオウ(Curcuma aromatica), クルクミン(Curcumin), ターメリック, Curcuma Domestica, Haridra, Indian Saffron, Nisha, Rajani, Radix curcuma

クスウコン

この成分を含んだ商品

別 名

英 文 名 ARROWROOT

別名ほか Maranta arundinacea, Maranta

アセンヤクノキ

この成分を含んだ商品

別 名 カデチュ

英 文 名 CATECHU

別名ほか 野生ウコン, 阿仙薬(Terra japonica), ブラックカデチュ(Black Catechu), アカシアカデキユー, カデチュ(Acacia Catechu), ガンピール, アセンヤク(Gambir), Acacia Catechu Heartwood Extract, Black Cutch, Cachou, Cashou, Catechu Nigrum, Cutch, Dark Catechu, Khair, Khadira, Pegu Catechu, Pale Catechu, Cube Gambir, Gambier, Gambir catechu, Uncaria gambier, Uncaria gambier Leaf/Twig Extract

🔍 成分名リストから「ウコン」を含んだ商品名リストを表示します。

1. ウコンの行の「この成分を含んだ商品」ボタンをクリックします。

検索件数：5件 [1]	
+ ウコン	この成分を含んだ商品
+ クスウコン	この成分を含んだ商品
+ アセンヤクノキ	この成分を含んだ商品
+ ガジュツ	この成分を含んだ商品
+ ジャワ・ターメリック	この成分を含んだ商品

2. メッセージが表示されますので、「はい」をクリックします。

これから入るデータベースはあくまでも、それぞれのメーカーが含有していると公表しているものをデータベース化したものです。
品質の保証や安全基準は、それぞれの注意書きを参照してください。

なお、**NM認証、HQ認証、特保は成分の含有が確認されています。**

上記の内容を理解した

3. ウコンの成分を含む商品名リストが表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > 商品名リスト

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

検索件数：424件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

MilkThistleComplex	- BeHealthy
MilkThistleComplexJ	- BeHealthy
アクアβミニ10ml*10本	- DSウェルフーズ
どぎも3粒*30包	- HMメディコ
船津ウコン(アキウコン)100g	- JCKリンクス
有価のカウコン粒(クルクミン)	- JOU
蔵師ウコン茶2Lペットボトル*6本	- RBR東京販売
まちかん茶2g*20包	- SUGURIおきなわSN
トリプルパワーアップミックス360粒	- いやし場徳新
三七人參南參王(なんじんおう)(60包入り)	- うずき製菓
おらが村の健康茶 ウコン茶	- がんこ茶家
おらが村の健康茶酒飲みの健康茶	- がんこ茶家
沖縄産生搾りうこん110ml	- シャリヤ

- * 該当する商品がない場合は「データがありません」と表示されます。



商品名リストについて

商品名リストは下記の内容になります。

階層表示には、「商品名リスト」と表示されます。

ページ数が表示されます。
複数ページある場合はページ切り替えボタンで切り替えることができます。

検索TOP > 成分名リスト > **商品名リスト**

商品名・原材料名検索
健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

検索 検索件数 : 424件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

検索結果件数が表示されます。

商品名または会社名をクリックすると、健康食品情報が表示されます。

MilkThistleComplex	- BeHealthy
MilkThistleComplex	- BeHealthy
アクアβミニ10ml*10本	- DSウェルフーズ
どきも3粒*30包	- HMメディコ
船津ウコン(アキウコン)100g	- JCKリンクス
有機のカウコン粒(クルクミン)	- JOU
脱脂ウコン茶2Lペットボトル*6本	- RBR東京販売
まちかん茶2g*20包	- SUGURIおきなわSN
ドリブルパワーアップミックス360粒	- いやし場徳新
三七人參南參王(なんじんおう)(60包入り)	- うすき製薬
おらが村の健康茶 ウコン茶	- がんこ茶家
おらが村の健康茶酒飲みの健康茶	- がんこ茶家
沖縄産生搾りうこん110ml	- しやりや



商品名リストから健康食品情報を表示します。

1. 商品名の行をクリックします。

検索件数 : 424件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

MilkThistleComplex	- BeHealthy
MilkThistleComplex	- BeHealthy
アクアβミニ10ml*10本	- DSウェルフーズ
どきも3粒*30包	- HMメディコ
船津ウコン(アキウコン)100g	- JCKリンクス
有機のカウコン粒(クルクミン)	- JOU

2. 健康食品情報の栄養成分が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > 商品名リスト > 健康食品情報

船津ウコン(アキウコン)100g - JCKリンクス

原材料を見る NM HQ 特保 自主基準

栄養成分

製品4粒(1.84g)あたり
エネルギー11.8kcal
たんぱく質0.05g
脂質0.99g
炭水化物0.22g
ナトリウム1.71mg
亜鉛3.74mg
セレン17.52μg
ビタミンE22.36mg
(ビタミンEの栄養所要量に対する充足率)(223%)

3. 「原材料を見る」をクリックすると、メッセージが表示され、原材料が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > 商品名リスト > 健康食品情報

船津ウコン(アキウコン)100g - JCKリンクス

原材料を見る NM HQ 特保 自主基準

栄養成分

製品4粒(1.84g)あたり
 エネルギー11.8kcal
 たんぱく質0.05g
 脂質0.99g
 炭水化物0.22g
 ナトリウム1.71mg
 亜鉛3.74mg
 セレン17.52μg
 ビタミンE22.36mg
 (ビタミンEの栄養所要量に対する充足率)(223%)

このデータベースにおいて表示されている原材料・内容成分・栄養成分は、あくまでも製造会社が公表しているデータをそのまま表示しています。製造会社が公表している内容に関しての信頼性は、下記の各品質管理の基準制度により保証されるものとします。

上記を理解されましたか？

はい いいえ

* [NM],[HQ],[特保]のいずれかに該当する商品の場合、メッセージは表示されません。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > 商品名リスト > 健康食品情報 > 原材料リスト

船津ウコン(アキウコン)100g - JCKリンクス

原材料 NM HQ 特保 自主基準

船津ウコン粉末

* 原材料名をクリックすると、その原材料に含まれる成分名を表示することができます。

4. 「戻る」ボタンで健康食品情報の栄養成分の画面に戻ります。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > 商品名リスト > 健康食品情報 > 原材料リスト

船津ウコン(アキウコン)100g - JCKリンクス

原材料 NM HQ 特保 自主基準

船津ウコン粉末

* 前の画面に戻る場合は、ブラウザの「戻る」ボタンを利用します。



健康食品情報について

健康食品情報は下記の内容になります。

印刷ボタンで画面を印刷できます。

最終データ更新日 2013/11/5

ログアウト

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 商品名リスト > 健康食品情報

[HQ]ネイチャーメイド ビタミンD(400IU.) 60粒 - 大塚製薬

原材料を見る

NM HQ 特保 自主基準

栄養成分

1粒(0.245g)あたり
エネルギー:0.95kcal
たんぱく質:0-0.1g
脂質:0-0.1g
炭水化物:0.232g
ナトリウム:0-2mg
ビタミンD:10µg

商品名 会社名が表示されます。

クリックすると、原材料を表示します。

栄養成分が表示されます。商品によっては、非表示の場合もあります。

該当するものは黄色で表示されます。
各ボタンをクリックすると、説明のメッセージが表示されます

NM メッセージボックス

該当商品がないため、メッセージは表示されません。

HQ メッセージボックス

ナチュラルメディシン・データベースの内容にもとづき、品質・安全性が、一般社団法人日本健康食品・サプリメント情報センターにより認証された製品。
健康食品・サプリメント製品と、その素材(原材料)製品があります。
表示・産地に偽装がない、人体に有害なレベルの不純物が入っていない、高品質・安全性を保持する環境で製造されているなどが確認されています。

特保メッセージボックス

厚生労働省が1991年から導入した健康強調表示ができる食品。
当初は特別用途食品の一つとして位置づけられていたが、2001年の保健機能食品制度の施行後は個別評価型の保健機能食品にもなっている。
特定保健用食品は病者用食品など病人を対象としたものとは異なり、医師のもとで使用されることは前提とせず、健康な人がその健康の増進・維持のために日常的に摂取する食品である。
健康の維持・増進との関わりを示すことができるが、医薬品と誤解されるような疾病の治療・予防に関する表現は認められない。
特定保健用食品としての表示を行うには、厚生労働省の審査が必要であり、個々の食品ごとに、保健の用途、ヒトにおける有効性、適切な摂取量、摂取に伴う安全性などが評価される。
特定保健用食品にはシンボルマークが表示されなければならない。

閉じる

自主基準メッセージボックス

「錠剤、カプセル状等食品の原材料の安全性に関する自主点検フローチャート」を一般健食まで拡大したシステムとした。
「既存食品との同等性」の判断部分を(①基原材料(または原材料)の食経験、②調理、加工法、③摂取量)に細分化して評価し、評価結果に基づき、必要な安全性試験の項目を割振る。
安全性評価結果とその根拠を内部で公表し、一定の透明性を得る。
安全性点検済み商品であることを一般に公表する(商品パッケージ又は健食ホームページ利用)。
以上、厚生労働省がメーカー団体(健康と食品懇話会)に依頼し策定された案。

健康と食品懇話会(健食懇、けんしょくこん)

閉じる

🔍 「ウコン」の NMDB 情報を表示します。

- 成分検索で「ウコン」を検索し、成分名「ウコン」をクリックします。

ナチュラルメディスン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

ナチュラルメディスンの成分検索

食品薬材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

ウコン 検索

検索件数: 5件 [1]

+	ウコン	この成分を含んだ商品
+	クズウコン	この成分を含んだ商品
+	アセンヤクノキ	この成分を含んだ商品
+	ガジュツ	この成分を含んだ商品
+	ジャワ・ターメリック	この成分を含んだ商品

- ウコンの成分情報（NMDB 情報）が表示されます。

ナチュラルメディスン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

別名

ターメリック

英文名

TURMERIC

別名ほか

鬱金(Turmeric Root), Curcuma, 春ウコン, 秋ウコン(Curcuma longae Rhizoma), キョウオウ(Curcuma aromatica), クルクミン(Curcumin), ターメリック, Curcuma Domestica, Haridra, Indian Saffron, Nisha, Rajani, Radix curcumae

ウコンとは

ウコンは植物です。カレーの主なスパイスとして知られています。温かみのある苦味をもち、カレー粉、マスタード、バター、チーズの香料および着色料として、しばしば用いられます。また、ウコンの根は「くすり」として幅広く用いられます。

ウコンは関節炎、胸やけ(消化不良)、関節痛、胃痛、クローン病、潰瘍性大腸炎、バイパス手術、大出血、下痢、腸管カス、胃の拡張、食欲不振、黄疸、肝疾患、ヘリコバクター・ピロリ感染症、胃潰瘍、過敏性腸症候群、胆のう疾患、高コレステロール、皮膚疾患(扁平苔癬)、放射線治療による皮膚炎、疲労などに使用されます。

また、ウコンは頭痛、気管支炎、感冒、肺感染症、繊維筋痛症、ハンパン、痛、発熱、月経困難症、皮膚のかゆみ、手術後の回復、がんにも使用されます。その他

📖 NMDB 情報について

NMDB 情報は下記の内容になります。

印刷ボタンで印刷することができます。

階層表示には、「NMDB 情報」と表示されます。

対象の成分名が表示されます。

NMDB 情報はこのタブに分類されます。

ナチュラルメディシン・データベース
検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

操作マニュアル A B

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

別名
ターメリック

英文名
TURMERIC

別名ほか

すべて

[すべて] タブをクリックすると、[成分名] タブから [有効性] タブまでの情報がまとめて表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース
検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

操作マニュアル A B

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

別名
ターメリック

英文名
TURMERIC

別名ほか

成分名

[成分名] タブをクリックすると、成分の別名、英文名、ほかの別名、成分解説および説明が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース
検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

操作マニュアル A

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

別名
ターメリック

英文名
TURMERIC

別名ほか
鬱金(Turmeric Root), Curcuma, 春ウコン, 秋ウコン (Curcuma longae Rhizoma), キョウオウ (Curcuma aromatica), クルクミン (Curcumin), ターメリック, Curcuma Domestica, Haridra, Indian Saffron, Nisha, Rajani, Radix curcuma

安全性・使用量

「安全性・使用量」タブをクリックすると、安全性と使用量の目安が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル 

ウコン

すべて 成分名 **安全性・使用量** 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

安全性

- ウコンは8カ月以内なら経口摂取または局所投与においてほとんどの人に安全のようです。ウコンは短期間なら洗腸剤や口内洗浄液として使用する場合おそらく安全です。ウコンの摂取による目立った副作用は通常見られませんが、胸やけや吐き気、めまい、下痢を起こす人もいます。きわめて多量(1,500mg以上を1日2回)のウコンを摂取していた人が、深刻な不整脈をきたした例が1件報告されています。ただし、副作用の発生の要因がウコンであるかどうかは、はっきりしていません。今後の研究成果が出てくるまで、過剰な量を摂取するのは避けてください。
- 胆のう疾患・症状を悪化させるおそれがあります。胆石および胆管障害の場合には、使用しないでください。
- 胃食道逆流症：ウコンの摂取により、胸やけを引き起こす人もいます。胃食道逆流症などの症状を悪化させるおそれがあります。胃食道逆流症の症状が悪化する場合には、使用しないでください。
- 手術：血液凝固を抑制するおそれがあります。手術中および術後に過剰な出血を引き起こすおそれがあります。少なくとも手術前2週間は、使用しないでください。

医薬品との相互作用

「医薬品との相互作用」タブをクリックすると、相互作用のレベルを高、中、低のマークで表します。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル 

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 **医薬品との相互作用** ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

高 この医薬品と併用してはいけません **中** この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください **低** この医薬品との併用には注意が必要です

医薬品との相互作用

中 Talinolol
ウコンはTalinololの体内への吸収量を減少させる可能性があります。ウコンとTalinololを併用すると、Talinololの作用および副作用が減弱するおそれがあります。

低 エストロゲン(卵胞ホルモン)製剤
多量のウコンにはエストロゲン様作用のある可能性があります。ただし、多量のウコンにはエストロゲン製剤と同等の強さはありません。ウコンとエストロゲン製剤を併用すると、エストロゲン製剤の作用が減弱するおそれがあります。このようなエストロゲン製剤には、結合型エストロゲン、エチニルエストラジオール、エストラジオールなどがあります。

低 グリベンクラミド
ウコンにはクルクミンが含まれます。クルクミンは血糖値を低下させる可能性があります。グリベンクラミドもまた血糖値を低下させるために用いられます。クルクミンあるいはウコンとグリベンクラミドを併用すると、血糖値が過度に低下するおそれがあります。血糖値を注意深く監視してください。グリベンクラミドの用量を変更する必要があるかもしれません。

中 サラソスルファピリジン
ウコンはサラソスルファピリジンの体内への吸収量を増加させる可能性があります。ウコンとサラソスルファピリジンを併用すると、サラソスルファピリジンの作用および副作用が増強するおそれがあります。

中 タクロリムス水和物
ウコンは体内のタクロリムス水和物の量を増加させる可能性があります。そのため、タクロリムス水和物の副作用が増強し、腎障害を引き起こすおそれがあります。

高……………この商品と併用してはいけません。

中……………この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください。

低……………この医薬品との併用には注意が必要です。

ハーブおよび健康食品・サプリメントの相互作用

「ハーブおよび健康食品・サプリメントの相互作用」をクリックすると、相互作用が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル 

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 **ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用** 有効性 健康食品 健康被害事例

ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用

- 血液凝固を遅らせる可能性のあるハーブやサプリメント
ウコンは血液凝固を遅らせる可能性のあるハーブやサプリメントとともに摂取すると紫斑や出血の可能性を高めるおそれがあります。これらのハーブにはアンゼリカ、クローバ、タンジン、ニンニク、ショウガ、イチヨウ、朝鮮人蔘、レッドクローバー、ウィローなどがあります。
- 血糖値を下げる可能性のあるハーブやサプリメント
ウコンは血糖値を低下させる可能性があります。血糖値を低下させる働きのあるハーブやサプリメントと併用すると、血糖値が下がりがちになることがあります。このような製品にはデビルズスクロー、ニンニク、フェネスグリーク、グアガム、セイヨウトチノキ、朝鮮人蔘、サイリウム、エンコゴなどがあります。

有効性

[有効性] タブをクリックすると、症状や身体への有効性レベルと効き目が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 **有効性** 健康食品 健康被害事例

有効性レベル ① 効きます ② おそらく効きます ③ 効果の可能性が科学的に示唆 ④ 効かないかもしれません ⑤ おそらく効きません ⑥ 効きません

有効性

有効性レベル③

- 消化不良症(胸やけ)。経口摂取することで、胸やけの改善効果がある可能性を示唆する研究もあります。
- 変形性関節症。ウコンのエキスを摂取することで、変形性関節症に起因する痛みの軽減効果がある可能性を示唆する研究もあります。ある研究では、ウコンはイブプロフェン(抗炎症薬)と同じくらい鎮痛効果があったとしています。
- 高コレステロール。研究では、3カ月間1日2回ウコンエキスを摂取した場合、コレステロール値の高い体重過多の人の総コレステロール値、低密度リポタンパク質(悪玉)コレステロール値、トリグリセリド値を下げると示されています。
- そう痒(かゆみ)。8週間1日3回ウコンを経口摂取した場合、長期の腎臓疾患のあった人のそう痒が軽減されたという研究結果があります。また、初期の研究ではクルクミンに黒コショウまたはヒハツを含む特定の複合物を4週間毎日摂取した場合、そう痒が軽減され、マスタードガスによって引き起こされる慢性的なかゆみのある人々の生活を向上させたとの報告もあります。

有効性レベル④

有効性を判断するためのエビデンスのレベルの根拠は下記になります。

有効性レベル	エビデンスのレベル
① 効きます	各国の政府機関による審査と同水準の厳格な科学的検証を通過し、特定の効能において大衆薬、オーファンドラッグ(稀用薬)、医薬品と同等の有効性が認められるもの。
② おそらく効きます	評価の高いレファレンスが、数百から数千の患者において実施された2つ以上のランダム化比較試験から、適切な臨床試験の意義を評価するための評価項目(エンドポイント)において肯定的結果が出ているもので、概ね特定の効能において有効としているもの。
③ 効くと断言できませんが、効能の可能性が科学的に示唆されています	評価の高いレファレンスが1つもしくは2つの臨床試験において、特定の効能において有効性が認められ、適切な臨床試験の意義を評価するための評価項目(エンドポイント)において、肯定的結果が得られたもの。
④ 効かないかもしれません	評価の高いレファレンスが特定の効能の有効性が認められず、適切な臨床試験の評価項目(エンドポイント)において、1つのヒト試験で否定的結果が得られたもの。
⑤ おそらく効きません	評価の高いレファレンスが、概ね特定の効能において無効としている。それは、2つ以上のランダム化比較試験が数百から数千の患者において実施され、適切な臨床試験の意義を評価するための評価項目(エンドポイント)において否定的結果が出ているもの。

健康食品

「健康食品」タブをクリックすると、メッセージが表示され、「はい」をクリックすると、その成分が含まれる商品名リストが表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 **健康食品** 健康被害事例

これから入るデータベースはあくまでも、それぞれのメーカーが含有していると公表しているものをデータベース化したものです。
品質の保証や安全基準は、それぞれの注意書きを参照してください。
なお、**NM認証、HQ認証、特保は成分の含有が確認されています。**
上記の内容を理解した

はい いいえ

商品名をクリックすると、健康食品情報が表示されます。

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 **健康食品** 健康被害事例

検索件数：4件 [1]

【機能性表示食品】健康サポート - 株式会社ファンクル

【機能性表示食品】7種の貝材のミネストローネ - 日本水産株式会社

【特保】【特保】納豆はね元気 - 株式会社Mizkan

【機能性表示食品】肝臓の健康にセラクルミン - 株式会社セラバリュース

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報 > 健康食品情報

【特保】【特保】納豆はね元気 - 株式会社Mizkan

原材料を見る NM HQ **特保** 自主基準

商品説明

関与成分

ビタミンK2[メナクハ-7]

栄養成分

【可食部100gあたり】
エネルギー:182kcal
たんぱく質:14.9g
脂質:7.7g
炭水化物:13.3g
ナトリウム:500mg
食塩相当量:1.3g

* 健康食品情報については、P11～を参照してください。

健康被害事例

「健康被害事例」タブをクリックすると、健康被害事例の一覧が表示され、クリックすると PDF が表示されます。

ナチュラレメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル



ウコン

すべて

成分名

安全性・使用量

医薬品との相互作用

ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用

有効性

健康食品

健康被害事例

検索件数：3件

【 1 】



ウコンによる肝障害



ウコンによる多形紅斑型薬疹



健康茶が原因と思われた低Na血症の2例

キーワード	1) 症状：全身倦怠感、発熱。
	2) 健康食品：ウコン
危険度 レベル	3) その他：肝機能検査値、リンパ球割合 化試験（DLST）、肝生検。
	判断基準1：真正性4（医学的に推定） 顕急性3（全身的症状） 緊急性1（情報取）
	判断基準2：レベル4（注意喚起）
ウコンは、飲酒対策などの目的で摂取 されることが多い健康食品である。利用 されることと有るとされる。で、肝臓	



1. [印刷] ボタンをクリックします。

ナチュラレメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル

ウコン

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

別名

ターメリック

英文名

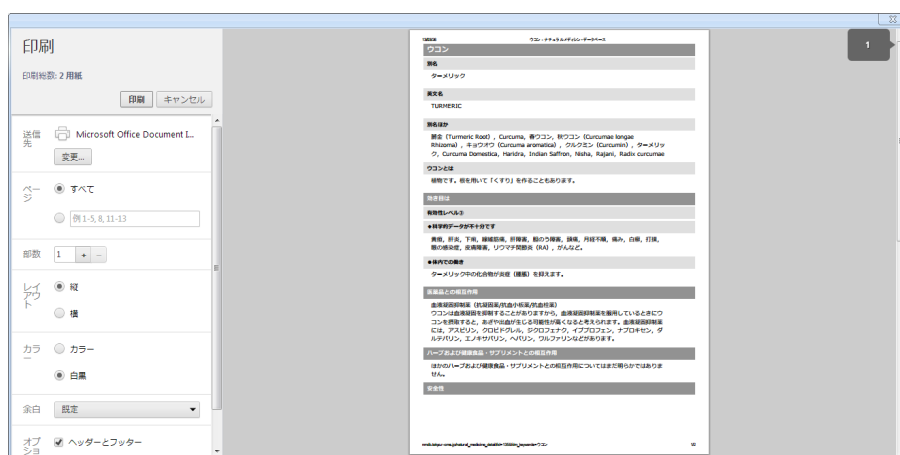
TURMERIC

別名ほか

薑金(Turmeric Root),Curcuma,春ウコン,秋ウコン(Curcuma longae Rhizoma),キョウオウ(Curcuma aromatica),クルクミン(Curcumin),ターメリック,Curcuma Domestica,Haridra,Indian Saffron,Nisha,Rajani,Radix curcumaе

* [すべて] タブの場合は、[印刷 A] [印刷 B] ボタン、それ以外のタブでは [印刷 A] ボタンが表示されます。投与量を印刷する場合は [印刷 A] ボタン、投与量を印刷しない場合は、[印刷 B] ボタンをクリックします。

2. 印刷設定を行い、印刷を開始します。



* 印刷設定画面は、ブラウザやプリンタによって異なります。

🔍 検索 TOP に戻ります。

検索 TOP 画面へは、[戻る] ボタンを利用せずに、戻ることができます。

1. タイトル名 [ナチュラルメディシン・データベース] または階層表示の [検索 TOP] をクリックします。



2. 検索 TOP が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 操作マニュアル

健康食品検索

ナチュラルメディシンの成分検索

食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

[索引から探す](#)

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

安全性検索

入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。

有効性検索

病状別ナチュラルメディシンの有効性を検索します。
病状名や身体の一部を入力し、検索してください。

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

☐ 「高」のみを表示

お知らせ

日本健康食品・サプリメント情報センターとは

一般社団法人 日本健康食品・サプリメント情報センターが実施しているハイクオリティ認証は、ナチュラルメディシン・データベースをもとに、健康食品・サプリメントの品質・安全性を確認する審査基準を設け、品質・安全性を証明する審査を確認することによってそれを保証する制度です。一般社団法人 日本健康食品・サプリメント情報センターはこちら
<http://www.jahffc.or.jp/>

このデータベース内の情報は、データベース掲載日時点の知見にもとづくものです。掲載されている情報はSR（システマティックレビュー）などの結果を要約したものです。専門家としての知見に基づきご判断ください。また、必要に応じて他の適切な情報をご参照ください。

著作権について
ナチュラルメディシン・データベース オンラインデータベースの著作権は、株式会社同文書院および Therapeutic Research Facultyに帰属しています。当

🔍 成分名の先頭に「あ」のつくものを表示します。(索引から探す)

1. 成分検索の「索引から探す」をクリックします。

2. 成分リストの索引画面が表示されます。

3. 「あ行」をクリックし、「あ」をクリックします。

4. 読みが「あ」からはじまる成分名リストが表示されます。

* 成分名リストの内容は、P7 と同様になります。

6. 商品名・原材料名から検索する

商品名・原材料名検索では、健康食品商品名、会社名、原材料名を検索キーワードとして商品名リストを抽出し、その商品に含まれる成分詳細情報（NMDB 情報）を表示します。

商品名に「葛の花」が含まれるもので検索します。

1. 検索キーワードに「葛の花」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP >

健康食品検索

ナチュラルメディシンの成分検索

食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

[索引から探す](#)

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

- * 検索キーワードには、漢字・カタカナ・ひらがな・英文を利用できます。
- * 商品名検索では、サジェスト機能により、入力した文字列で始まる候補が最大 10 行表示され、候補から選択することができます。

2. 「葛の花」が含まれる商品名リストが表示されます。検索キーワード「葛の花」は赤字表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 商品名リスト

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

検索件数：26件 【 1 】

【機能性表示食品】	葛の花イソフラボン配合 大麦若葉青汁	イオントップバリュ株式会社
【機能性表示食品】	葛の花減脂粒	株式会社全日本通教
【機能性表示食品】	お腹の脂肪に葛の花イソフラボンスリム	日本第一製薬株式会社
【機能性表示食品】	葛の花ウエストケアスムーザー	株式会社スギ薬局
【機能性表示食品】	葛の花ウエストケアタブレット	株式会社スギ薬局
【機能性表示食品】	葛の花プレミアム青汁	株式会社スギ薬局
【機能性表示食品】	葛の花サプリメント	株式会社テレビショッピング研究所
【機能性表示食品】	葛の花スムージー	株式会社東洋新薬

3. 商品名または会社名をクリックします。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 商品名リスト

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

検索件数：26件 【 1 】

【機能性表示食品】	葛の花イソフラボン配合 大麦若葉青汁	イオントップバリュ株式会社
【機能性表示食品】	葛の花減脂粒	株式会社全日本通教
【機能性表示食品】	お腹の脂肪に葛の花イソフラボンスリム	日本第一製薬株式会社

4. 健康食品情報が表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 商品名リスト > 健康食品情報

【機能性表示食品】葛の花イソフラボン配合 大麦若葉青汁 - イオントップバリュ株式会社

原材料を見る

栄養成分

【1日摂取目安量1本(3g)あたり】

エネルギー:11kcal
たんぱく質:0.3g
脂質:0.1g
炭水化物:2.4g
食塩相当量:0.002g

■ 関与成分

葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として):35mg

* 健康食品情報については、P11 を参照してください。

🔍 会社名に「製薬」が含まれるもので検索します。

1. 検索キーワードに「製薬」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP >

健康食品検索

ナチュラルメディシンの成分検索

食品素材名・成分名・ハーブ名などを入力し、検索してください。

検索 [索引から探す](#)

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

製薬 検索

2. 「製薬」を含む会社名の商品名リストが表示されます。検索キーワード「製薬」は赤字表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 商品名リスト

操作マニュアル

商品名・原材料名検索

健康食品の商品名・会社名・原材料名を入力し、検索してください。

製薬 検索

検索件数: 39件 [1]

【特保】【特保】ファイブミニ - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】ネイチャーメイド アスタキサンチン - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】ネイチャーメイド イチョウ葉 - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】ネイチャーメイド スーパーフィッシュオイル - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】ネイチャーメイド フィッシュオイルパール - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】ネイチャーメイド ルテイン - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】大麦生活 大麦ごはん - 大塚製薬株式会社

【機能性表示食品】大麦生活 大麦ごはん 和風だし仕立て - 大塚製薬株式会社

【特保】【特保】イサゴール・ジンジャー味 - フィプロ製薬株式会社

3. 商品名または会社名をクリックすると、健康食品情報が表示されます。

7. 安全性から検索する

安全性検索では、安全性、副作用、禁忌を検索キーワードとして該当する成分名リストを抽出し、成分の安全性情報（NMDB 情報）を表示します。

🔍 安全性に「妊娠中」が含まれるもので検索します。

1. 検索キーワードに「妊娠中」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。

安全性検索 入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。

妊娠中 検索

2. 「妊娠中」の安全性に問題ある成分名リストが表示されます。

安全性検索 入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。

妊娠中 検索

検索件数: 1032件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

+	5-ヒドロキシトリプトファン	この成分を含んだ商品
+	7-α-ヒドロキシ-DHEA	この成分を含んだ商品
+	7-ケトヒドロエピアンドロステロン	この成分を含んだ商品

3. [詳細表示] ボタンをクリックすると、安全性が表示されます。検索キーワード「妊娠中」が赤字表示されます

ナチュラリズムデザイン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

安全性検索 入力した語句で安全性・副作用・禁忌を検索します。

妊娠中 検索

検索件数: 1032件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

+	5-ヒドロキシトリプトファン	この成分を含んだ商品
-	安全性	- 安全ではありません。関節や皮膚、肺、心臓、肝臓の炎症(腫瘍)などの副作用があり、命にかかわる場合もあります。 2週間以内に手術を受ける予定の人は使用してはいけません。 5-ヒドロキシトリプトファンのその他の潜在的な副作用としては、胸やけ、胃痛、吐き気、嘔吐、下痢、脱気、性的障害、筋肉障害などがあります。 - 妊娠中および母乳授乳期: 妊娠中および母乳授乳期の摂取は、おそらく安全ではありません。使用は避けてください。 - ダウン症候群: ダウン症候群の場合、人によっては5-ヒドロキシトリプトファンの摂取により発作が起るとする複数の報告があります。あるグループの研究では、長期の5-ヒドロキシトリプトファンによる治療を受けたダウン症候群患者の15%に発作が起った経験が
-	7-α-ヒドロキシ-DHEA	この成分を含んだ商品
-	安全性	- 十分な情報は得られていないので、安全であるかどうかは不明です。 - 妊娠中、母乳授乳期は使用してはいけません。

全体的詳細表示、非表示を切り替えます。

各成分の詳細表示、非表示を切り替えます。

4. 成分名をクリックすると、NMDB 情報の「安全性・使用量」タブが表示され、安全性の詳細が確認できます。

7-o-ヒドロキシ-DHEA

この成分を含んだ商品

安全性

- 十分な情報は得られていないので、安全であるかどうかは不明です。
- 妊娠中、母乳授乳期は使用してはいけません。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

7-o-ヒドロキシ-DHEA

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

安全性

- 十分なデータは得られていないので、安全であるかどうかは不明です。
- 妊娠中および母乳授乳期
- 妊娠中および母乳授乳期の使用の安全性についてはデータが不十分です。安全性を考慮し、摂取は避けてください。

使用量の目安

標準使用量に関するデータがありません。

ここに示す使用量の情報は、あくまで目安であって必ずしも、使用量の推奨や使用量に関する安全性と効果性を示唆するものではなく、臨床試験の結果、一般のおよび慣習的な使用量、栄養補助食としての一般的な摂取量が掲載されています。また、一般的な使用量であっても、データベース掲載のナチュラルメディシンの多くは、まだその安全性と効果が確定的ではないことを十分考慮してください。

8. 有効性から検索する

有効性検索では、身体の部位や症状等を有効性の検索キーワードとして、有効性のある成分名リストを抽出し、その成分の有効性情報（NMDB 情報）を表示します。

有効性に「糖尿病」が含まれるもので検索します。

1. 検索キーワードに「糖尿病」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。

有効性検索 病状別ナチュラルメディシンの有効性を検索します。
病状名や身体部位を入力し、検索してください。

糖尿病

検索

症状、疾病々索引

2. 「糖尿病」に有効性のある成分名リストが表示されます。

* 有効性レベルと体内での働きのいずれかに、検索キーワードの「糖尿病」があるものが抽出されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

有効性検索 病状別ナチュラルメディシンの有効性を検索します。
病状名や身体部位を入力し、検索してください。

糖尿病

検索

有効性レベル
① 効きます
② おそらく効きます
③ 効果の可能性が科学的に示唆
④ 効かないかもしれません
⑤ おそらく効きません
⑥ 効きません

検索件数：166件

体内での働きに検索キーワードが含まれている場合は、赤色表示されます。

成分名	有効性レベル	体内での働き	この成分を含んだ商品
AHCC			
CoQ-10	② ③ ⑤	体内での働き	
DHA(ドコサヘキサエン酸)	③ ④	体内での働き	

有効性レベル①～⑥において、検索キーワードが含まれる場合、赤色表示されます。

3. 成分名をクリックすると、NMDB 情報の「有効性」タブが表示され、有効性の詳細が表示されます。

DHA(ドコサヘキサエン酸) ③ ④ 体内での働き この成分を含んだ商品

DHA(ドコサヘキサエン酸)

すべて 成分名 安全性・使用量 医薬品との相互作用 ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

有効性レベル ① 効きます ② おそらく効きます ③ 効果の可能性が科学的に示唆 ④ 効かないかもしれません ⑤ おそらく効きません ⑥ 効きません

有効性

有効性レベル③

- 冠動脈性疾患の患者の死亡率を低下、この場合食事から摂取してください。
- 眼病である加齢黄斑変性症の予防
- 乾癬。EPAと一緒に静脈注射により投与した場合。
- 加齢黄斑変性。食事に含まれるDHA(ドコサヘキサエン酸)の量の多さは、加齢による視力低下が進行するリスクの低さに関連しています。
- 高コレステロール血症。研究により、高コレステロール血症患者が、1日に1.2～4gのDHA(ドコサヘキサエン酸)を摂取することにより、トリグリセリドの値が低下するおそれ示唆されています。DHA(ドコサヘキサエン酸)は、総コレステロールを減少させることはない一方で、高比重リポ蛋白(HDLまたは善玉)コレステロールおよび低比重リポ蛋白(LDLまたは悪玉)コレステロール値のどちらも増加する可能性があることが示唆されています。

有効性レベル④

9. 医薬品との相互作用から検索する

医薬品との相互作用検索では、医薬品一般名・薬効区分名を検索キーワードとして、相互作用のある成分名リストを抽出し、成分の医薬品との相互作用（NMDB 情報）を表示します。

🔍 医薬品名「ワルファリン」で検索します。

1. 医薬品との相互作用に「ワルファリン」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

☐ 「高」のみを表示

* 検索キーワードには、漢字・カタカナ・ひらがな・英文を利用できます。

2. 「ワルファリン」と相互作用のある成分名リストが表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

ワルファリン ☐ 「高」のみを表示

検索件数：246件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

+ DHA(ドコサヘキサエン酸) この成分を含んだ商品

+ DMSO(ジメチルスルホキシド) この成分を含んだ商品

+ EPA(エイコサペンタエン酸) この成分を含んだ商品

+ L-アルギニン この成分を含んだ商品

+ L-カルニチン この成分を含んだ商品

3. [詳細表示] ボタンをクリックすると、医薬品との相互作用の危険度を「高」、「中」、「低」の3つのレベルで表示します。検索キーワード「ワルファリン」は赤字表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

ワルファリン ☐ 「高」のみを表示

検索件数：246件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

▲ **DHA(ドコサヘキサエン酸)** この成分を含んだ商品

高 血液凝固を抑制する医薬品(抗凝固薬/抗血小板薬)
DHAのみを摂取すると、血液凝固に影響を及ぼさないようです。しかし、DHAはよくEPA(エイコサペンタエン酸)と組み合わせで使用されます。EPAは血液凝固を抑制する可能性があります。DHAとEPAの組み合わせで、血液凝固を抑制する医薬品と併用すると、紫斑および出血のリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アスピリン、シロスタゾール、クロピドグレル硫酸塩、シクロフェナクナトリウム、イブプロフェン、ナプロキセン、ダルテパリンナトリウム、エノキサパリンナトリウム、ヘパリン、**ワルファリン**、カリウムなどがあります。

— **DMSO(ジメチルスルホキシド)** この成分を含んだ商品

中 血液凝固を抑制する医薬品(抗凝固薬/抗血小板薬)
DMSO(ジメチルスルホキシド)は血液凝固を抑制する可能性があります。DMSOと血液凝固を抑制する医薬品を併用すると、紫斑および出血のリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アスピリン、シロスタゾール、クロピドグレル硫酸塩、シクロフェナクナトリウム、イブプロフェン、ナプロキセン、ダルテパリンナトリウム、エノキサパリンナトリウム、ヘパリン、**ワルファリン**、カリウムなどがあります。

— **EPA(エイコサペンタエン酸)** この成分を含んだ商品

中 血液凝固を抑制する医薬品(抗凝固薬/抗血小板薬)
EPA(エイコサペンタエン酸)は血液凝固を抑制する可能性があります。EPAと血液凝固を抑制する医薬品を併用すると、紫斑および出血のリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アスピリン、シロスタゾール、クロピドグレル硫酸塩、シクロフェナクナトリウム、イブプロフェン、ナプロキセン、ダルテパリンナトリウム、エノキサパリンナトリウム、ヘパリン、**ワルファリン**、カリウムなどがあります。

全体的詳細表示、非表示を切り替えます。

各成分の詳細表示、非表示を切り替えます。

4. 成分名をクリックすると、NMDB 情報の「医薬品との相互作用」タブが表示され、相互作用の詳細が確認できます。

ナチュラリズム・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用
健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)、薬効区分名を入力し、検索してください。

フルファリン ☐ 「高」のみを表示 検索

検索件数: 246件 [1] [2] [3] [4] [5] > >>

+ **DHA(ドコサヘキサエン酸)** この成分を含んだ商品

ナチュラリズム・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

DHA(ドコサヘキサエン酸)

すべて 成分名 安全性・使用量 **医薬品との相互作用** ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

高 この医薬品と併用してはいけません **中** この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください **低** この医薬品との併用には注意が必要です

医薬品との相互作用

中 血液凝固を抑制する医薬品(抗凝固薬/抗血小板薬)
DHAのみを摂取すると、血液凝固に影響を及ぼさないようです。しかし、DHAはよくEPA(エイコサペンタエン酸)と組み合わせて使用されます。EPAは血液凝固を抑制する可能性があります。DHAとEPAの組み合わせで、血液凝固を抑制する医薬品と併用すると、紫斑および出血のリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アスピリン、クロピドグレル酸塩、シクロフェナクナトリウム、イブプロフェン、ナプロキセン、ダルテパリンナトリウム、エノキサパリンナトリウム、ヘパリン、フルファリンカリウムなどがあります。

中 降圧薬
DHAは血圧を低下させる可能性があります。DHAと降圧薬を併用すると、血圧が過度に低下するおそれがあります。このような降圧薬には、カプトプリル、エナラプリルマレイン酸塩、ロサルタンカリウム、バリエサルタン、シルチアゼム塩酸塩、アムロジピンベシル酸塩、ヒドロクロロチアジド、フロセミドなど数多くあります。

中 糖尿病治療薬
DHAは血糖値を上昇させる可能性があります。糖尿病治療薬は血糖値を低下させるために用いられます。DHAが血糖値を上昇させることにより、糖尿病治療薬の効果が弱まるおそれがあります。血糖値を注意深く監視してください。糖尿病治療薬の用量を変更する必要があるかもしれません。このような糖尿病治療薬には、グリメシリド、グリベンクラミド、インスリン、メトホルミン塩酸塩、ピオグリタゾン塩酸塩、マレイン酸ロシグリタゾン(販売中止)などがあります。

🔍 医薬品名「アンフェタミン」を危険度レベル「高」のみで検索します。

1. 医薬品との相互作用に「アンフェタミン」と入力し「高」のみを表示にチェックを入れて、[検索] ボタンをクリックします。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用
健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

アンフェタミン ☒ 「高」のみを表示 検索

2. 「アンフェタミン」と相互作用のありで、危険度が高レベルに該当する成分名リスト表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用
健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

アンフェタミン ☒ 「高」のみを表示 検索

検索件数: 6件 [1]

+	イエルバ・マテ	この成分を含んだ商品
+	ウーロン茶	この成分を含んだ商品
+	ガラナ豆	この成分を含んだ商品
+	コーラノキの種	この成分を含んだ商品
+	プーアール茶	この成分を含んだ商品
+	緑茶	この成分を含んだ商品

3. [詳細表示] ボタンをクリックすると、医薬品との相互作用の危険度が「高」レベルのみ表示します。
検索キーワード「アンフェタミン」は赤字表示されます

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用
健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

アンフェタミン ☒ 「高」のみを表示 検索

検索件数: 6件 [1]

イエルバ・マテ

高 アンフェタミン類【販売中止】
興奮薬(アンフェタミン類など)は神経系を亢進させます。興奮薬が神経系を亢進させることにより、神経が過敏になり、心拍数が上昇する可能性があります。イエルバ・マテに含まれるカフェインも神経系を亢進させる可能性があります。イエルバ・マテと興奮薬を併用すると、重大な問題(頻脈や高血圧など)を引き起こすおそれがあります。イエルバ・マテと興奮薬を併用しないでください。

ウーロン茶

高 アンフェタミン類【販売中止】
アンフェタミン類などの興奮薬(覚醒薬)は神経系を刺激して過敏にし、心拍数を増加させます。ウーロン茶に含まれるカフェインも神経系を刺激することがあります。カフェインと興奮薬を同時に摂取すると、頻脈や高血圧などの重篤な症状を引き起こすおそれがあります。興奮薬とカフェインを同時に摂取しないでください。

ガラナ豆

高 アンフェタミン類【販売中止】
アンフェタミン類などの興奮薬は神経系を亢進させます。そのため、神経が過敏になり、心拍数が上昇する可能性があります。ガラナ豆に含まれるカフェインもまた神経系を亢進させる可能性があります。ガラナ豆と興奮薬を併用すると、頻脈や高血圧などの重大な問題を引き起こすおそれがあります。カフェインと興奮薬を併用しないでください。

4. 全体の、詳細表示、非表示を切り替えます。

各成分の、詳細表示、非表示を切り替えます。

成分名をクリックすると、NMDB 情報の「医薬品との相互作用」タブが表示され、相互作用の詳細が確認できます。「高」、「中」、「低」の3つのレベルで表示されます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索
医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

アンフェタミン ☒ 「高」のみを表示 検索

検索件数: 6件 [1]

イエルバ・マデ この成分を含んだ商品

高 アンフェタミン類【販売中止】
興奮薬(アンフェタミン類など)は神経系を亢進させます。興奮薬が神経系を亢進させることにより、神経が過敏になり、心拍数が上昇する可能性があります。イエルバ・マデに含まれるカフェインも神経系を亢進させる可能性があります。イエルバ・マデと興奮薬を併用すると、重大な問題(頻脈や高血圧など)を引き起こすおそれがあります。イエルバ・マデと興奮薬を併用しないでください。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

イエルバ・マデ

すべて 成分名 安全性・使用量 **医薬品との相互作用** ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

高 この医薬品と併用してはいけません **中** この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください **低** この医薬品との併用には注意が必要です

医薬品との相互作用

中 Felbamate
Felbamateは抗てんかん薬です。イエルバ・マデに含まれるカフェインはFelbamateの作用を減弱させる可能性があります。イエルバ・マデとFelbamateを併用すると、人によっては、Felbamateの作用が減弱し、痙攣発作のリスクが高まるおそれがあります。

低 Tiagabine
イエルバ・マデにはカフェインが含まれます。カフェインとTiagabineを長期間併用すると、体内のTiagabine量が増加する可能性があります。そのため、Tiagabineの作用および副作用が増強するおそれがあります。

中 アデノシン
イエルバ・マデにはカフェインが含まれます。イエルバ・マデに含まれるカフェインはアデノシンの作用を妨げる可能性があります。アデノシンは心臓の検査に頻用されます。この検査は薬剤負荷心筋シンチグラフィと呼ばれます。検査前の少なくとも24時間はイエルバ・マデなどのカフェイン含有製品を摂取しないでください。

低 アルコール
イエルバ・マデに含まれるカフェインは体内で代謝してから排泄されます。アルコールはカフェインの代謝を抑制する可能性があります。イエルバ・マデとアルコールを併用すると、血中のカフェイン濃度が過剰に上昇し、カフェインの副作用(神経過敏、頭痛、動悸など)が現れるおそれがあります。

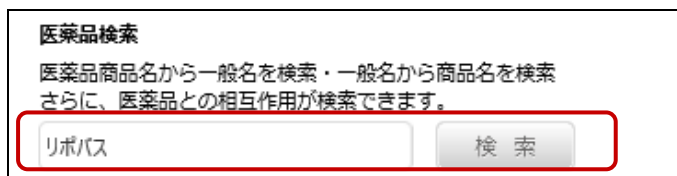
高 アンフェタミン類【販売中止】
興奮薬(アンフェタミン類など)は神経系を亢進させます。興奮薬が神経系を亢進させることにより、神経が過敏になり、心拍数が上昇する可能性があります。イエルバ・マデに含まれるカフェインも神経系を亢進させる可能性があります。イエルバ・マデと興奮薬を併用すると、重大な問題(頻脈や高血圧など)を引き起こすおそれがあります。イエルバ・マデと興奮薬を併用しないでください。

10. 医薬品名から検索する

医薬品名検索では、医薬品名を検索キーワードとして医薬品リストを抽出し、そのリストに表示される医薬品（一般名）から相互作用のある成分名を表示します。

🔍 医薬品名「リポバス」と相互作用のある成分を検索します。

1. 医薬品検索に「リポバス」と入力して、[検索] ボタンをクリックします。



医薬品検索

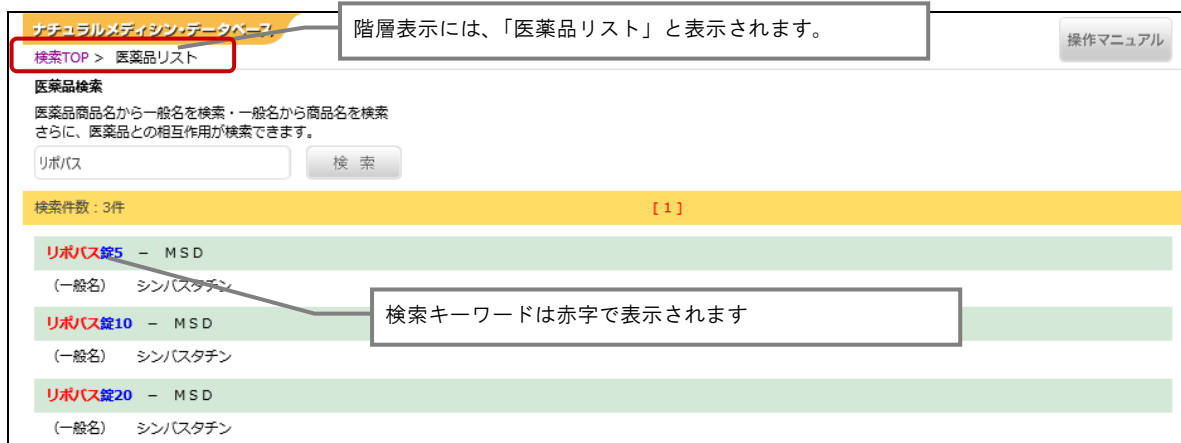
医薬品商品名から一般名を検索・一般名から商品名を検索
さらに、医薬品との相互作用が検索できます。

リポバス 検 索

* 検索キーワードには、漢字・カタカナ・ひらがな・英文を利用できます。

* 医薬品検索では、サジェスト機能により、入力した文字列で始まる候補が最大 10 行表示され、候補から選択することができます。

2. 「リポバス」のつく医薬品リストが表示されます。



ナチュラルメディスンデータベース

検索TOP > 医薬品リスト

階層表示には、「医薬品リスト」と表示されます。

操作マニュアル

医薬品検索

医薬品商品名から一般名を検索・一般名から商品名を検索
さらに、医薬品との相互作用が検索できます。

リポバス 検 索

検索件数：3件 [1]

リポバス錠5	-	MSD
(一般名)		シンバスタチン
リポバス錠10	-	MSD
(一般名)		シンバスタチン
リポバス錠20	-	MSD
(一般名)		シンバスタチン

検索キーワードは赤字で表示されます

3. 一般名をクリックすると、一般名と相互作用のある成分名リストが表示されます。

検索件数：3件 [1]

リボス錠5 - MSD

(一般名) シンバスタチン

ナチュラルメディシン・データベース 操作マニュアル

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索

医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

シンバスタチン ☐ 「高」のみを表示 検索

検索件数：41件 [1]

+	アフリカン・ワイルド・ボテト	この成分を含んだ商品
+	イチョウ	この成分を含んだ商品
+	オスタリン	この成分を含んだ商品
+	オナモミ	この成分を含んだ商品

4. [詳細表示] ボタンをクリックすると、医薬品との相互作用の危険度を「高」、「中」、「低」の3つのレベルで表示します。

ナチュラルメディシン・データベース 操作マニュアル

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索

医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

シンバスタチン ☐ 「高」のみを表示 検索

検索件数：41件 [1]

▲	アフリカン・ワイルド・ボテト	この成分を含んだ商品
中	細胞内のポンプによって輸送される医薬品(有機アニオン輸送の基質となる医薬品(OAT1)) 特定の医薬品は細胞内のポンプによって輸送されます。アフリカン・ワイルド・ボテトは、ポンプの働きを変化させ、このような医薬品が体内に留まる量を増加させる可能性があります。そのため、場合によっては医薬品の副作用が現れるリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アシクロビル、アデホビルビドキシル、セファロスポリン系薬、Cidofovir、シメチジン、シプロフロキサシン、フロセミド、ヒドロクロロチアジド、非ステロイド性抗炎症薬、オセルタミビルリン酸塩、プラバスタチンナトリウム、プロベネシド、シンバスタチン、ジドブジンなどがあります。	
－	イチョウ	この成分を含んだ商品
中	シンバスタチン シンバスタチンは体内で代謝されてから排泄されます。イチョウはシンバスタチンの排泄を促進する可能性があります。しかし、血清コレステロール値に対するシンバスタチンの作用を減弱させるようではないため、このことが大きな問題であるかについては明らかではありません。さらに明らかになるまでは、慎重に使用してください。	
－	オスタリン	この成分を含んだ商品
中	肝臓を害する可能性のある医薬品 オスタリンは肝臓を害する可能性があります。オスタリンと肝臓を害する可能性のある医薬品を併用すると、肝障害のリスクが高まるおそれがあります。肝臓を害する可能性のある医薬品を服用中にオスタリンを摂取しないでください。このような医薬品には、アセトアミノフェン、アミオダロン塩酸塩、カルバマゼピン、イソニアジド、メトトレキサート、メチルドパ水合物、フルコナゾール、イトラコナゾール、エリスロマイシン、フェニトイン、Lovastatin、プラバスタチンナトリウム、シンバスタチンなど数多くあります。	

5. 成分名をクリックすると、NMDB 情報の「医薬品との相互作用」タブが表示され、相互作用の詳細が確認できます。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト

医薬品との相互作用

健康食品成分と医薬品の相互作用を検索

医薬品(一般名)・薬効区分名を入力し、検索してください。

シンバスタチン ☐ 「高」のみを表示 検索

検索件数: 41件 [1]

アフリカン・ワイルド・ボテト この成分を含んだ商品

中 細胞内のポンプによって輸送される医薬品(有機アニオン輸送の基質となる医薬品(OAT1))
特定の医薬品は細胞内のポンプによって輸送されます。アフリカン・ワイルド・ボテトは、ポンプの働きを変化させ、このような医薬品が体内に留まる量を増加させる可能性があります。そのため、場合によっては医薬品の副作用が現れるリスクが高まるおそれがあります。このような医薬品には、アシクロビル、アデホビルドボキシル、セファロスリン系薬、Cidofovir、シメチジン、シプロフロキサシン、フロセミド、ヒドロクロロチアジド、非ステロイド性抗炎症薬、オセルタミビルリン酸塩、プラバスタチンナトリウム、プロベネシド、シンバスタチンジドブジンなどがあります。

ナチュラルメディシン・データベース

検索TOP > 成分名リスト > NMDB情報

操作マニュアル

アフリカン・ワイルド・ボテト

すべて 成分名 安全性・使用量 **医薬品との相互作用** ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用 有効性 健康食品 健康被害事例

高 この医薬品と併用してはいけません **中** この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください **低** この医薬品との併用には注意が必要です

医薬品との相互作用

中 肝臓で代謝される医薬品(シトクロムP450 3A4(CYP3A4)の基質となる医薬品)
特定の医薬品は肝臓で代謝されます。アフリカン・ワイルド・ボテトはこのような医薬品の代謝を抑制する可能性があります。アフリカン・ワイルド・ボテトと肝臓で代謝される医薬品を併用すると、医薬品の作用および副作用が増強するおそれがあります。肝臓で代謝される医薬品を服用している場合には、医師や薬剤師に相談することなくアフリカン・ワイルド・ボテトを摂取しないでください。このような医薬品には、Lovastatin、ケトコナゾール、イトラコナゾール、フェキソフェナジン塩酸塩、トリアゾラムなど数多くあります。

中 糖尿病治療薬
アフリカン・ワイルド・ボテトは糖尿病患者の血糖値を低下させる可能性があります。糖尿病治療薬も血糖値を低下させるために用いられます。アフリカン・ワイルド・ボテトと糖尿病治療薬を併用すると、血糖値が過度に低下するおそれがあります。血糖値を注意深く監視してください。糖尿病治療薬の用量を変更する必要があるかもしれません。このような糖尿病治療薬には、グリメピリド、グリベンクラミド、インスリン、ピオグリタゾン塩酸塩、マレイン酸ロシグリタゾン(販売中止)、クロロプロバミド、Glipizide、トルブタミド(販売中止)などがあります。

中 肝臓で代謝される医薬品(シトクロムP450 1A2(CYP1A2)の基質となる医薬品)
特定の医薬品は肝臓で代謝されます。アフリカン・ワイルド・ボテトはこのような医薬品の代謝を抑制する可能性があります。理論的には、アフリカン・ワイルド・ボテトと肝臓で代謝される医薬品を併用すると、医薬品の作用および副作用が増強するおそれがあります。肝臓で代謝される医薬品を服用する場合には、医師や薬剤師に相談することなくアフリカン・ワイルド・ボテトを摂取しないでください。このような医薬品には、アミトリプチリン塩酸塩、ハロペリドール、オンダンセトロン塩酸塩水和物、プロプラノロール塩酸塩、デオフィリン、ペラパミル塩酸塩などがあります。

ナチュラルメディシン・データベース
操作マニュアル（Ver1.2）

発行
一般社団法人日本健康食品・サプリメント情報センター

2016年12月 初版発行
2021年 6月 改訂版（ver1.1）発行
2023年 4月 改訂版（ver1.2）発行

ご 注 意

- ① 本書の著作権は、一般社団法人日本健康食品・サプリメント情報センターにあります。
- ② 当社は、当社が著作権を有する本書の内容の一部または全部を無断転記することを許可しておりません。
- ③ 本書に記載されている事柄は、将来予告なしに変更することがあります。