

2011 年 6 月 29 日のNHKで放送された「ためしてガッテン」の番組内容について

2011 年 6 月 29 日の NHK で放送された「ためしてガッテンー肝臓の健康を守れSPー」の番組で、「C 型肝炎患者、NASH(非アルコール性脂肪肝炎)の方は鉄分の過剰摂取に要注意、ウコンの意外な落とし穴と題してウコンの健康食品には鉄分が多く含まれているものがある」との放送がございました。

C 型肝炎などの患者さんは、健康な人に比べて鉄が肝臓にたまりやすく、ウコンの健康食品には鉄分が多く含まれているものもあり、肝臓の炎症が悪化することがあるとの内容でした。

C 型肝炎患者、NASH(非アルコール性脂肪肝炎)の方に関して、鉄分の摂取推奨量は 1 日当たり上限 6 mg を目指すとされています。

当社の「3 倍力ウコン」には、秋ウコンから有効成分であるクルクミンだけを抽出して 60mg 配合しています。秋ウコンそのものは 10mg しか配合していないため、鉄はわずか 0.00243mg (3 粒中) しか含まれていません(分析して確認した数値です)ので安心してご使用いただけます。

※ 弊社の「3 倍力ウコン」は食品であり医薬品ではございません。

※ 肝機能に障害をお持ちの方は、医師にご相談下さい。

鉄を多く含む食品と比較いたしましたのでご確認下さい。

	3 倍力ウコン	鉄を多く含む食品 (ホウレン草)
	1 日量(3 粒)	1 食分(80g)
秋ウコン	10mg	
クルクミン	60mg	
鉄	0.00243mg	1.6mg

※ ホウレン草を一口食べて得られる鉄より少ない量になります。

鉄の摂取量に関する参考値としまして、

成人健常者 男性 : 7.0 mg/日 (推奨値) 50 mg/日 (上限値)

女性 : 6.0 mg/日 (推奨値) 40 mg/日 (上限値) となっています。

※ 上記は 20 歳以上の方を対象にしています。年齢によって摂取量は異なります。特に妊娠中の女性、育ち盛りの年代(20 歳未満)は鉄欠乏が体に悪い影響を与えることがありますので正しい摂取量を推奨いたします。