

“すべての物質は毒であり、薬である？”

食品安全委員会 委員  
小泉 直子  
2009年3月4日

## 毒と薬のことわざ

- 毒薬変じて薬となる
- 薬も過ぎれば毒となる
- 薬ひとを殺さず薬師ひとを殺す
- 毒にも薬にもならぬ
- 薬より養生

毒も薬も使いかいたしだい

パラケルスス  
「全ての物質は毒にも薬にもなる」

- ニトログリセリン  
爆薬——狭心症治療薬
- 硼素  
発がん性——梅毒治療薬(有機砒素化合物)
- カリドマイド  
催奇性——抗がん剤(多発性骨髄腫)
- 覚醒剤  
中毒(幻覚)——抗うつ剤

## 食べ物のリスク・ベネフィット

蛋白質、炭水化物、脂肪、ミネラル、ビタミン

摂り過ぎ → 肥満、糖尿病、心疾患

摂る量が不足 → 免疫力低下、筋・骨格の発育不全、月経異常

すべて食べものは食べる人の選び方と食べ方が重要

□ 選び方(バランスの良い食べ物)  
□ 食べ方(適切な量)

病気を予防することが最も大事

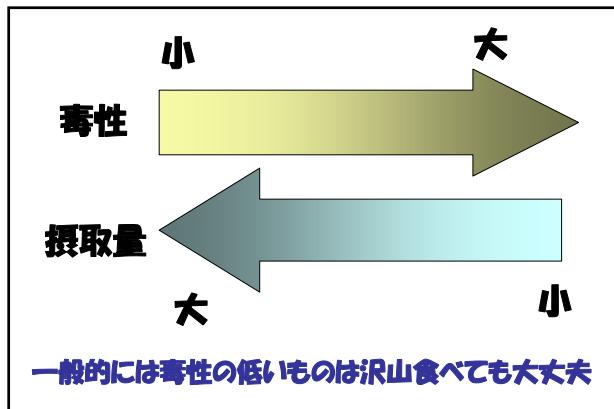
食品に含まれるかもしれないもので、自分で選択したり、排除できないものがある

□ 空気中の粉じん、自動車排ガスなど  
□ 食品中に残存する農薬、添加物など

口から入る有害物質が健康に悪影響を与える場合とは？

↓

口から入る量によって決まる



口から入る量に影響する要因は？

1. 口から入ったものは全てが吸収されて体内に入るわけではない → ものによって吸収される割合が異なる
2. 腸管から吸収されたものがそのまま影響を与えるわけではない → 無害なものに変えたり、尿や便とともに体外に出ていく
3. すなわち、現在体内に存在して影響を与える量と存在している臓器が問題

