

追加関連論文(その2)

(リン酸一水素マグネシウム)

- 1 Council for Responsible Nutrition(CRN). Vitamin and mineral safety, 2nd Edition, (2004).

. . . P 1

米国の CRN によって行われた 28 種のビタミン及びミネラル類の安全レベルに関する評価。リンについては、カルシウムとの摂取量比が適切な範囲内に収まることを考慮し、Upper Level for Supplement (ULS) を 1,500 mg/日としている。マグネシウムについては、健康な成人に対し ULS を 400 mg/日としている。

- 2 Bashir Y, Sneddon JF, Staunton HA, Haywood GA, Simpson IA, McKenna WJ, Camm AJ. Effects of long-term oral magnesium chloride replacement in congestive heart failure secondary to coronary artery disease. *The American journal of cardiology*. (2003) 72: 1156-1162.

. . . P 31

マグネシウムの経口摂取による効果を調査するため、うっ血性心不全、2 次的な冠動脈血病を有する患者を含めた 21 名に、二重盲検・プラセボ投与方法を用いて塩化マグネシウム (15.8 mmol/日：マグネシウム換算) を 6 週間投与した。その結果、無症候性の心室性不整脈の頻度が減少、副作用については約 3 分の 1 の患者で胃腸症状がみられたが、重大な副作用はみられなかった。

- 3 Expert Group on Vitamins and Minerals(EVM), UK. Safe Upper Levels for Vitamins and Minerals. (2003): 287-298.

. . . P 39

英国の EVM によって行われたビタミン及びミネラル類の安全上限レベルに関する評価。リンについて NOAEL を 750 mg/日、UF を 3 とし、サプリメントからの摂取量について Guidance Level (GL) を 250 mg (成人 60 kg 体重で 4.2 mg/kg 体重/日に相当) としている。また、通常の食事からの摂取 (約 2,100 mg) も含めた 1 日の総摂取量の GL を 2,400 mg (成人 60 kg 体重で 40 mg/kg 体重/日に相当) としている。