

第1回企画等専門調査会(平成23年11月21日)資料
 「<平成23年度>食品安全委員会が自ら行う食品健康影響評価の案件候補について(案)」抜粋

評価課題／危害要因	危害要因に関する概要等	国内外における評価状況、管理状況等
カリウム	<p>・独立行政法人国立健康・栄養研究所 http://hfnet.nih.go.jp/contents/detail575lite.html</p> <p>カリウムは必須ミネラルで、自然界に広く分布する。生体内では主要な陽イオンで、大部分は細胞内に存在し、浸透圧の調整、筋収縮や神経伝達などに重要な役割を担っている。野菜、じゃがいも、果実に豊富に含まれている。一般に、「血圧を正常に保つ」、「筋肉の働きをよくする」などといわれている。ヒトでの有効性については、低カリウム血症の治療と予防に経口摂取で有効である。安全性については、適切に摂取すれば、おそらく安全と思われるが、腎機能が低下している人では注意が必要である。</p>	<p><国内></p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品安全委員会による評価状況:なし。 ・厚生労働省:食事摂取基準(2010年) http://www.mhlw.go.jp/shingi/2009/05/dl/s0529-4ab.pdf <p>3. 目標量 アメリカ高血圧合同委員会第6次報告33)では高血圧予防のために、3,500 mg/日を摂取することが望ましいとしている。高血圧を中心とした生活習慣病の一次予防を積極的に進める観点からは、この値が支持される。今後5年間における実現可能性を考慮すれば、現在の日本人の摂取量(中央値)とアメリカ高血圧合同委員会第6次報告の値の中間値を目標とすることが適当と考えられ、この考え方に基づいて目標量(18~29歳の場合、男性2,800mg/日で女性2,700mg/日)を算定した。</p> <p>4. 耐容上限量 腎機能が正常であれば、普段の食事からのカリウム摂取によって代謝異常(高カリウム血症)を起こすことはない。したがって、耐容上限量は設定しない。</p>