

3

ファクトシートについて

食品安全委員会では、食品の安全性に関するテーマについて、ファクトシート(科学的知見に基づく概要書)を作成し公表しています。これらのファクトシートは、掲載時における研究結果等を整理して作成したものです。

カフェイン(Caffeine)

■ 概要

カフェインは、コーヒー豆、茶葉、カカオ豆、ガラナ等に天然に含まれている食品成分の一つです。また、コーヒーや茶葉から抽出されたカフェイン(抽出物)については、清涼飲料水(コーラ等)などに苦味料等の用途で食品添加物として使用されています。

カフェインを多く含む主な食品は、コーヒー及び茶類です。また、清涼飲料水のいわゆるエナジードリンクや眠気覚まし用のドリンクは、コーヒーや茶類よりも更に多くのカフェインが含まれているものがあります。

■ 症状

カフェインには、適量を摂取することにより、頭が冴え眠気を覚ます効果があります。他方、過剰に摂取した場合は、急性作用として、めまい、心拍数の増加、興奮、不安、震え、不眠、下痢、吐き気をもたらすこともあります。なお、カフェインの一日摂取許容量(ADI)は、感受性の個人差が大きく、健康に及ぼす影響を正確に評価することが難しいため、国際的にも設定されていません。

■ 摂取上の注意

カフェインを含む食品を摂取する際は、まず、自分がカフェインをどれくらい摂取しているかを把握することが大切です。エナジードリンク等を飲む際に、成分表示を見て、カフェイン量を確認してください。

また、エナジードリンクと合わせて他のカフェイン入り食品を摂る場合、カフェインの摂取量は上乗せになることに注意してください。特に、錠剤、カプセル等の形態の食品は、一度に容易に、多量のカフェインを摂ってしまう可能性があります。

さらに、アルコールとカフェイン入りのエナジードリンクを一緒に飲むと、アルコールの酔いをカフェインによる興奮作用が覆い隠してしまい、お酒を飲みすぎる可能性があります。

また、カフェインとアルコールにはどちらにも利尿作用があり、気がつかないうちに脱水状態になってしまう可能性がありますので、この点にも注意が必要です。



食品中のカフェイン ファクトシート http://www.fsc.go.jp/factsheets/index.data/factsheets_caffeine.pdf



鹿慢性消耗性疾患(Chronic Wasting Disease : CWD)

■ 概要

鹿慢性消耗性疾患(CWD)は、シカ科の動物がかかる伝達性海綿状脳症(TSE)※ の一種です。

これまで、日本での発生は確認されていません。一方、諸外国では、米国、カナダ、韓国、ノルウェー及びフィンランドの5カ国で発生しており、近年、シカ科動物間における感染拡大が報告されています。

なお、ヒトへ感染することを示す証拠は確認されていません。各国の機関の多くも、「疫学的にはCWDがヒトに伝達した証拠はない、またはヒトへの伝達リスクは低い」という見解を示しています。

※伝達性海綿状脳症(TSE)：異常プリオンたん白質(PrP^{Sc})を原因とするヒトを含む動物の疾病の総称で、牛の牛海綿状脳症(BSE)のほか、ヒトに発病するクロイツフェルト・ヤコブ病(CJD)、変異型クロイツフェルト・ヤコブ病(vCJD)、クールー、めん羊等に発病するスクレイビー等がある。

■ 症状

感染した動物は、数年の潜伏期間の後、痩せる、衰弱する、よだれを垂らす等の症状がみられるようになり、3~4カ月で死に至ります。

■ 予防策

農林水産省では、家畜防疫の観点から、CWD発生国からのシカ科動物及びシカ科動物由来畜産物の輸入停止措置を講じています。また、厚生労働省でも関係事業者に対し、CWD発生国からの輸入を行わないよう指導しています。



鹿慢性消耗性疾患(CWD) ファクトシート http://www.fsc.go.jp/factsheets/index.data/factsheets_cwd.pdf

A型肝炎(Hepatitis A)

■ 概要

A型肝炎は、A型肝炎ウイルス(HAV)の感染によって引き起こされる一過性の急性肝炎を主症状とする疾患です。

HAVは、酸に強く、アルコールなどの有機溶媒に耐性で、不活化には十分な加熱、紫外線照射、塩素処理などが必要です。

ヒトは、主にHAVに汚染された飲食物等を介して経口感染しますが、原因食品不明の事例が多く、明らかとなっているのは、二枚貝であるウチムラサキ貝(大アサリ)とにぎりずしによる事例だけです。

■ 症状

慢性肝炎にはならないため死に至ることはほとんどありませんが、衰