

# ナチュラループラス 健康まなび通信

## ～食物アレルギーについて～



食物アレルギーとは？

からだを守るはずの免疫反応が、食べ物に対して過剰に働いてしまうこと。

人間のからだには、ウイルスや細菌などの異物が侵入してきたときに、それらを攻撃・排除するという働きがあります。

これを**免疫反応**といいます。

ところが、**食物など、本来はからだに害を与えない物質も異物と判断し、免疫反応が過剰に働いてしまうことがあります。**その結果、じんましんやかゆみ、咳などが引き起こされます。これがアレルギーです。



### Q.アレルギーと間違えやすい症状は？

**A.**牛乳を飲むと下痢や腹痛を起こすのは、牛乳に含まれる乳糖が分解できないために起こる“乳糖不耐症”というもので、食物アレルギーではありません。また、野菜や果物には食物アレルギーと似た症状を引き起こす成分が含まれていることがあります。細菌やウイルスなどによる急性胃腸炎や、毒キノコやフグなどの毒性成分による中毒症状も食物アレルギーではありません。**何かを食べて何らかの症状が出た場合は、自己判断せず必ず医師に相談してください。**

### これって好転反応??

健康食品を取って不快な症状が出ても、それを「好転反応」などと称して、効果の証と説明しているものがあります。

好転反応に関する表示は、法律（医薬品医療機器等法）違反になります。好転反応に科学的根拠はありませんので、“好転反応”の言葉や内容を聞いたら、注意してください。

からだの不調が食物アレルギーに起因する場合、症状を悪化させる危険性もあるので十分に注意が必要です。

## アレルギー表示の食品表示 27 品目

人によっては、食べるとアレルギー症状を起こす可能性のある食品があります。アレルギーの原因となることが知られている食品が使われたかどうか分かるように原材料の表示をしてあります。「食物アレルギー」を持っている方は、原因となる食品を避けるため、注意して原材料の表示を見ましょう。

### 表示の義務があるもの

(特定原材料 7 品目)

**かに・えび・卵・乳・落花生  
(ピーナッツ)・小麦・そば**

この7品目は、食品アレルギーの頻度が高かったり、重い症状が現れやすいため、使用した場合は必ず表示されています。



### 表示が推奨されるもの

(特定原材料に準ずるもの 21 品目)

**アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン**

この21品目は、これらが使われたことが分かるよう、表示することが勧められています。



表示の指定はない成分でも、アレルギーの原因となることも…初めて食べる食品には注意しましょう。

裏面で確認  
してきましょう。












ナチュラループラスの製品には特定原材料は入っているかしら？



Q.食物アレルギーがあります。ナチュラルプラスの製品で食べてはいけない製品はありますか？

A.食物アレルギーの原因物質は人により異なります。製品のパッケージや製品ガイドブックに原材料が全て表示されておりますので、召し上がる前に必ずご確認ください。

製品名	特定原材料 7品目							特定原材料に準ずる 21品目		表示指定以外の成分					その他
	卵	乳	小麦	落花生 (ピーナッツ)	えび	そば	かに	大豆	ゼラチン	魚 (まぐろ)	フルーツ	野菜	菜種	ひまわり 種子	
 スーパー・ルテイン ミルトプラス															松樹皮エキス※1
 スーパー・ルテイン								ビタミンE	ゼラチン	DHA	濃縮 カシスエキス うんしゅう みかん	リコピン	ビタミンE	ひまわり油	
 IZUMIO															
 OLEMIO															オリーブ葉抽出物※2
 スーパー・ユグレナ パラミロンARX		○ フローラ ペプチド													ユグレナ※3 キシロオリゴ糖※4
 AND								○ 大豆 ペプチド			○ 5種の ベリー※5				
 ビュリフィカ FIRE			○ 燕麦 ファイバー								○ ゴールドキウイ ○ ライチ ○ アフリカンマンゴー 種子	○ とうもろこし ○ 山ゴージャ ○ チリペッパー			
 ビュリフィカ BB		○ C P P													乳酸カルシウム※6
 ラクトエア		○ ラクトフェリン													松樹皮エキス※1

※1 松樹皮エキス（ピクノジェノール®）・・・アレルギーの報告はありませんが、ご心配な場合はかかりつけの医師へご相談ください。

※2 オリーブ葉抽出物（オレアビータ）・・・アレルギーの報告はありませんが、ご心配な場合はかかりつけの医師へご相談ください。

※3 ユグレナ（ミドリムシ）・・・微量のたんぱく質が含まれています。

※4 キシロオリゴ糖・・・アレルギーではありませんが、多量に摂取すると体質によりおなかの緩くなる方がいます。

※5 5種のベリー・・・マキベリー、シーベリー、リンゴンベリー、ブラックカラント、ラズベリー。

※6 乳酸カルシウム・・・高カルシウム血症で治療中の方は、かかりつけの医師へご相談ください。

製品に関してご不明な点は製品相談室をご利用ください。

製品相談  0120-936-329

平日10時～17時（土・日・祝日休み）



株式会社ナチュラルプラス 〒106-6035 東京都港区六本木1-6-1 泉ガーデンタワー35階

TEL 0120-989-329 FAX 03-6230-3011 <http://www.naturally-plus.com>

※参照資料：農林水産省HP、知っておきたい健康食品の基礎知識、食物アレルギーを正しく知ろう。/食物アレルギーのすべてがわかる本