



「健康食品」を食べるか？⑨… プロポリスは食べものか？

【ハチからの贈り物】・・・人は古来、ハチの産生するものを食品としていただけてきました。

はちみつ、ローヤルゼリー、ハチの子……。そして近年、ハチからの第4の贈り物？“プロポリス”が人気です。贈り物とはいってもハチが人間のために作っているわけではないので、利用するには知恵と注意がいるようです。

プロポリスとは・・・ミツバチが樹木の特定部位、主として新芽、蕾および樹皮から採取したガム質、樹液、植物色素系の物質および香油などの集合体に、ミツバチ自身の分泌物、蜜蝋などを混合して作られた暗褐色等呈した粘着性のある樹脂状の固形天然物とされている。

プロポリスに期待される効果とは・・・ギリシャ、古代ローマなどで外傷や炎症、感染症に用いられたという。以来各地で民間薬として利用され、抗菌作用、活性酸素消去作用、抗酸化作用、免疫増強・賦活作用、抗潰瘍・抗腫瘍作用、肝保護作用などが期待されているが、ヒトが食べたときの効果については、今日まで信頼すべき十分な検証はされていない。

プロポリスの品質・・・産地、ミツバチの種類、ハチが利用する樹木の種類によって原塊の成分組成や含有量が異なる上に、抽出法や商品化の段階でのさまざまな添加物など品質はまちまちである。

プロポリスの成分・・・成分は主にポリフェノール類であるが、種類や組成は産地やハチの種類によってブラジル産系と中国産（日本産も）系に大きく分かれるそうだ。

プロポリスの安全性・・・安全性に関する信頼できるデータは十分ではない。プロポリスに含まれる物質は300種以上といわれ、アレルギーの原因物質も含まれる。

プロポリスの危険情報・・・*副作用：経口摂取でアレルギー反応、プロポリスを含むトローチで口内炎が起きた。*外用で用いた場合（化粧品を含む）接触性皮膚炎が起きた例が報告されている
*がん患者が2週間の摂取で急性の重篤な腎障害を起こした報告がある *使用を避けるべき人：妊娠中、授乳中の人。ぜんそく患者、ハチの生産物（ハチミツなど）、針葉樹、ポプラ、薬物にアレルギーのある人：アレルギー症状などを悪化させる

プロポリスの抗がんサプリメントとしてのヒトでの評価・・・厚生労働省がん研究助成金による「がん代替療法の科学的検証と臨床応用に関する研究」報告書（2006）では、▼がんへの直接的治療効果（がんの縮小や延命効果）、▼抗がん剤や放射線治療の副作用軽減効果などを臨床試験で検証したものはなかった

【プロポリスは食品か？】・・・ヒトでの効果も害もまだまだ明らかではなく、品質の保証もないけれど、プロポリスへの期待は大きいようです。リスクを承知で試す場合もあるかと思いますが、食品は安全が第一！

ところで、ハチの巣の建材って、食品でしょうか？

