

毎日聴いているラジオで「これを飲んだらすぐ痩せた」「中性脂肪やコレステロール値が下がった」などと宣伝する、健康食品のコマーシャルが流れる。誰にでも効果があるかのような紛らわしい広告に問題はないのか。

(40 歳代 男性)

事例のように、体質や健康状態を問わず当該商品を服用するだけで痩せるかのような表現や、「必ず治る」「すぐ効く」といった表現は、健康食品に関する法律の一つである医薬品医療機器等法において誇大表現として禁止されています。また、健康状態の改善効果などをうたう表示は、裏付けとなる合理的な根拠がなければ、優良誤認表示を禁止する景品表示法にも抵触するおそれがあります。事例のような健康食品を購入し、トラブルに遭った場合は、お住まいの自治体の消費生活相談窓口にご相談ください。

昨今、健康や美容への効果をうたうさまざまな健康食品が売られていますが、無数にある健康食品の中から安全な商品を選ぶことは意外と難しいものです。一般的に安全というと、「副作用がなく害がない」とイメージされやすいですが、健康食品の安全性は、個人個人の体質やアレルギー歴、使用方法などによって異なります。

「天然成分」「無添加」「自然」といった消費者の関心を引く広告も、必ずしも「安全」を意味するものではありません。

錠剤やカプセル状の健康食品は、外見上医薬品と誤認されがちですが、医薬品並みの品質管理まではなされないものが多数あります。過去には、品質や安全性に問題がある商品が流通した事例もあります。

健康食品は医薬品ではありません。また、食品といっても 100%安全とは限りません。大量に摂取することで逆に健康を害するケースもあります。利用する際には、表示などをよく確認し、病気の治療や症状の改善などの目的での使用は避けましょう。特に常用薬がある人は、必ず医師や薬剤師に相談するようにしてください。