

くすりと健康のはなし

## 薬包紙

第148回

薬局機能委員会委員

佐口 弥



一般社団法人岐阜県薬剤師会

今年に入り、ある企業が製造した「紅麴」の成分を含むサプリメントを摂取した方が、腎臓の病気などを発症した問題がありました。健康被害に遭われた方におかれましては、心よりお見舞い申し上げます。

5月、国の調査機関は、問題の原因を工場内の青カビが培養段階で混入してつくられた「アベルル酸」などの化合物と推定しました。健康被害がクロロズアツプされたこともあり、原因が明らかになるまでは不安は拭えず、「紅麴の色素を使った食品や青カビを使ったブルーチーズなども控えた方がよいのだろうか」と戸惑われた方もいらつしやうかと思えます。

結局のところ、今回の問題を引き起こした原因は、青カビであって、青カビそのものではないということですから。さてこれはどういう意味なのでしょう。その謎を紐解いていきます。

ブルーチーズには青カビが付着していますが、食べられます。それぞれ種類は違いますが、ヨーグルトにも納豆にも菌がありますが食べられます。なぜでしょう。それは、いずれも、人体に毒となる菌や物質がそれら食品

## 青カビは潔白か？

の中に存在しないからです。では、なぜブルーチーズは有害物質に侵されていないのでしょうか。それは、熱成されるチーズの中に含まれるアンモニアが有害物質を分解してしまうからだそうです。

一方、パンやミカンなどに生える青カビはどうでしょうか。有害物質を分解できる環境に無いため、口にするのを避けるべきです。「それなら、菌は熱を通せば大丈夫？」と考えるかもしれませんが、それも危険です。確かにカビ菌そのものはある温度に達すれば熱で死にますが、有害物質（カビ毒）は熱をかけても残るものが多く、茹でる、焼くなどの通常の調理条件では分解されません。

菌は、見た目では有害か無害か判断できないため、不安に思うのは当然です。しかし、そもそも私たちの体の表面、口内や腸内にはたくさん常在菌が存在しており、有害な菌から健康を守ってくれています。私たちにとって有害である菌は、実のところ、地球上に存在する菌の一握りに過ぎないと言われます。菌を知るところで、多少なりとも不安を取り除く一助となれば幸甚です。