

食品添加物の危険性について

食に関連する予防医学と豆知識

日本には、現在約 450 種類の食品添加物が認可されております。米国は約 130 種と言われておりますし、もっと基準の厳しいヨーロッパでは、ドイツ 32 種、イギリス 21 種と言われております。また日本人の 1 日当たりの食品添加物消費量は 40g といわれております。通年では 15kg になっております。もちろん、科学的に安全性が確立されているのですが、ここから先は皆さん自身で御判断して頂かなければなりません。日本ほど基準がゆるく、食品添加物が多い国は他に無いことは事実になります。例のアスベストと同様に、他国では予防原則に従って使用しないように国が規制をかけておりました。ところが、日本は危険性が確立するまでは使用を許しているのです。他国で危険といわれているものが、果たして本当に安全に使えるのでしょうか。ちなみに、アルツハイマー病の原因ではないかといわれているものに、アルミニウムがございます。そのため、アルミの鍋やフライパンは使わないようにといわれているのですが、食品添加物には何とアルミニウムが認可されているのです。硫酸アルミニウムとして使われておりますが、添加物表示では「膨張剤、ベーキングパウダー、ふくらし粉」と書かれております。脳にアルミニウムが蓄積することによってアルミニウム脳症という重病を引き起こすことが知られております。

一般に私たちは 1 日に数十種類の添加物を摂取していると言われております。1 つ 1 つの添加物の安全基準が守られていたとしても、複数の添加物を同時に摂取した時の影響は、現段階でほとんど解明不可能です。食品添加物以外にも、ダイオキシン、ホルムアルデヒド、環境ホルモン、化粧品や化学薬品からも化学物質が体内に入ってきてまいります。これらの複合汚染を考えたとき、私たちが自分の体、大切な子供たちの体を少しでもガンやアレルギーの危険から守るためには、やはりできる限り食品添加物を摂らないに越したことはありませんね。

妊娠された女性の方は、決して薬を飲もうとはしません。胎児に対する影響を考えるからです。そのため、私たち医師が処方する薬に対して非常に強い警戒心を抱いております。しかしながら、食品がこれだけ薬漬けになっていることに、どれだけの国民が関心を抱いているのでしょうか。ヨーロッパの人の中には、防腐剤などの取り過ぎで日本人は死んでも腐らずにミイラになると思っている人たちがいるようです。ひどい話ですね。でも、他国よりもはるかに多い食品添加物に囲まれて生活している現状を知ったとき、仕方が無いことに気づきました。国や企業も目を向けてきてはおりますが、現状国民の一人一人が日々気をつけていくことが大切になっております。



医療法人 照燈会

あかね台 眼科脳神経外科クリニック

Akanedai Clinic of Ophthalmology and Neurosurgery