

<一般>

- ・通常の食事に含まれる量を摂取する場合はおそらく安全である (94)。

<妊婦・授乳婦>

- ・サプリメントなど濃縮物として摂取する場合の安全性に関して信頼できる十分な情報が見当たらない。

<小児>

- ・サプリメントなど濃縮物として摂取する場合の安全性に関して信頼できる十分な情報が見当たらない。

<病者>

- ・良性消化管狭窄がある患者の摂取は、腸閉塞のリスクを高める可能性がある (94)。
- ・血糖値に影響をおよぼす可能性があるため、外科的手術の 2 週間前までに摂取を中止した方がよい (94)。
- ・種子と油は高エネルギーなので、肥満者には勧められない (20)。
- ・高コレステロール血症の男性 (12 名、日本) にセサミン 32.4 mg/日を 3 回に分けて 4 週間、その後 64.8 mg/日を 3 回に分けて 4 週間の計 8 週間摂取させた条件で、有害事象は認められなかった (PMID:8724120)。
- ・正常高値および軽症高血圧者 (日本) に、ゴマ蛋白質分解物 (ゴマペプチド含有) を 500 mg 含有する茶飲料 (35 名)、または 1,000 mg 含有するカプセル (14 名) を 1 回/日 12 週間摂取させた条件で、有害事象は認められなかった (101) (2004222712)。

- ・アトピー性皮膚炎患児 126 名 (日本) のゴマアレルギーの頻度を調査したところ、生後 6 ヶ月～1 歳未満児で 21%、1 歳～1 歳 6 ヶ月未満児で 44%、2 歳児および 3 歳以上では約 50%であり、ゴマアレルギーの陽性率は食物中で卵に次いで高かった (2001239143)。

<その他>

- ・ゴマの摂取に伴う過敏症が報告されている (特に喘息の既往歴がある場合、またはアナフィラキシーの場合) (22)。

<被害事例>

- ・44 歳女性が (日本)、ゴマ入り調味料を 5 日程度多量に摂取したところ、水様性下痢、心窩部痛、腹部膨満感を訴え、ゴマ特異的 IgE が高値だったため、調味料中のゴマによる好酸球性胃腸炎と診断された (1999199689)。
- ・66 歳男性 (日本) が、8 ヶ月間にわたって毎日ゴマ油で鼻うがいを行っていたところ、空咳を生じ、発症 3 ヶ月後の検査で肺の陰影、捻髪音、肺胞洗浄液に脂質を含むマクロファージの浸潤が認められた。ゴマ油の吸入を原因とする外因性リポイド肺炎と診断され、加療によって回復した (PMID:26518258)。
- ・38 歳女性 (日本) が、6 ヶ月間にわたって毎日ゴマ油でうがいを行っていたところ、息切れを繰り返し経験し、健康診断で肺に陰影が認められた。肺胞洗浄液に脂質を含むマクロファージの浸潤がみられ、ゴマ油の吸入を原因とする外因性リポイド肺炎と診断され、うがいの中止によって回復した (PMID:26518258)。

■参考文献

(94) Natural Medicines

(20) ハーブ大百科 誠文堂新光社 デニ・バウン

(PMID:8724120) Atherosclerosis:122,135-136(1996)

(101) 健康・栄養食品研究.2004;7(1):49-64

(2004222712) 薬理と治療. 2004;32(4):239-49.

(2001239143) 小児科臨床.2001;54(5):903-8

(22) メディカルハーブ安全性ハンドブック 第2版 東京堂出版 林真一郎ら

監訳

(1999199689) 山形県立病院医学雑誌.1999;33(1):20-3

(PMID:26518258) BMC Pulm Med. 2015 Oct 30;15:135.