

# 説 明 書

# Pincta-Cal 500mg

NASA宇宙飛行士用に開発

## ピンクタ カルシウム栄養機能食品

1錠に カルシウム500mg + ビタミンD<sub>3</sub> 5μg

▲NASAも認めた高信頼性:  
米国航空宇宙局(NASA)  
の宇宙飛行士用に開発

△南太平洋の黒真珠の母貝  
「黒蝶貝(クロチョウガイ)」  
を使用した超高品質天然カルシウムと豊富なミネラル

▲一粒に高品質カルシウム  
500mgとビタミンD<sub>3</sub> 5μg

▲食べやすい「バニラ風味」

南太平洋の豊富な栄養とミネラルを含んだ  
黒真珠の母貝「黒蝶貝」(英語名 *Pinctada margaritifera*)から生まれた天然カルシウム



日本総輸入販売代理店

## エネックス LLC

## Pincta-Cal™



# Pincta-Cal™

organic source of calcium

maintains bone health

engage in more activities

## Calcium

Learn more about calcium and bone health

## Space

Astronauts suffer bone mass loss, too

## Safety

FAQ for calcium supplements

## Contact us

Welcome to NASA Research Park



<http://www.pincta-cal.com/>

## Healthcare Professionals

Information for physicians and researchers

## Pincta-Cal™

Product Details and Order Information



## Bone Health

Understand your bones and keep healthy



人体の骨はカルシウムの貯蔵庫です。血中のカルシウムが少なくなると骨密度が低下し、骨粗鬆症(こつそしょうしょう)の可能性が増します。

宇宙の無重力状態では宇宙飛行士の体内のカルシウム量が減り、1ヶ月に約1パーセントの割合で骨量が少なくなります。このことにより骨粗鬆症と似た症状を引き起こします。

この問題への対策として、宇宙飛行中に運動器具を使用して運動をしています。運動をすることでカルシウム量低下が緩和できるからです。しかし、根本的な解決策ではありません。

ピンクタカルシウムは宇宙飛行中のカルシウム量低下の対策として、宇宙飛行出発前に体にカルシウムを十分吸収させるために使用されています。NASAはピンクタが体内のカルシウム吸収力に優れ、骨からカルシウムが溶け出さないための効果も高いと認めたため、宇宙飛行士のカルシウム補給剤として採用しています。

(注：現在、宇宙飛行中にピンクタカルシウムを食べているわけではありません。)



開発元

米国 Changen Lab

米国航空宇宙局 (NASA) との共同研究開発企業



## ピンクタ カルシウムの特徴

### ■天然有機カルシウム

一般に市販されている安価なカルシウム栄養機能食品（サプリメント）は、石灰石や化学製品、一般の貝殻、卵の殻、食用のカキ等の安価なカルシウム原材料を使用しています。「ピンクタ」は、南太平洋の豊富な栄養素と豊富なミネラルを多く含む黒真珠の母貝「黒蝶貝」（*Pinctada margaritifera*）を使用。安全で吸収力に優れています。

チャンジェネ研究所、ハワイ大学、スタンフォード大学、ハーバード・メディカル・スクールの研究者が「黒蝶貝」のサンプルを採取し成分を化学分析した結果、カルシウムサプリメントとして優れた成分で安全性も極めて高いことが判明。また、骨折治癒機転促進のための生体材料として優れていることが判明しました。



### ■宇宙飛行士用のNASA処方製剤

世界で最も基準が厳しいNASA（米航空宇宙局）が認めた高品質なカルシウム栄養機能食品です。

### ■米国FDA（食品医薬品局）医薬品適正製造基準（cGMP）をクリア

世界で最も厳しい米国の製造、包装、表示および保管基準をクリア。高い信頼性が認められています。

### ■Prop65（Proposition65）の要求条件をクリア

世界で最も厳しい米カリフォルニア州の食品関連有害化学物質基準をクリア。高い安全性が認められています。

### ■ビタミンD<sub>3</sub>との理想的な配合による高いカルシウム吸収率

ビタミンD<sub>3</sub>との理想的な配合で高いレベルのカルシウム体内吸収率を達成します。

### ■低いアルミニウム含有率

不純物であるアルミニウムの含有率は16ppmと極めて低率です（大手製薬会社製類似製品OS-CALには300ppm）。しかもNASA標準値の50ppmを大きく下回っています。（アルツハイマー病に関係するとの懸念があるアルミニウムの含有量が極めて少ない製品ですので安心です。）

### ■バニラの香りでお年寄りにも食べやすいチュアブルタイプ

1錠丸ごと飲み込んでも、口の中で噛み砕いても食べれる「チュアブル錠」方式ですので、飲み込むことが苦手なお年寄りや幼児にも食べやすくなります。

よくお読みになってからお召し上がり下さい。

## ●ピンクタ カルシウムのお召し上がり方

☆1回1錠、1日1回から2回程度を目安にしてお召し上がり下さい。

☆そのまま飲み込むか、口の中で完全に噛み砕いてから飲み込んで下さい。喉に詰まるような感じに違和感を感じられる場合は、大きじ2～3杯程度の水かジュースと一緒に飲み込んで下さい。

☆食後1時間から1時間半後にピンクタカルシウムを食べますと、もっとも効果的にカルシウムが体内に吸収されます。ただし、医師や健康管理専門家の指示がある場合はそれに従って下さい。

☆塩酸欠乏症の場合は空腹時にピンクタカルシウムを食べてもカルシウムは体内に吸収されませんので、食後に服用して下さい。

☆1日の摂取目安量を守ってください。目安量以上の多量摂取により、疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありませんので、過剰摂取にご注意下さい。また極端に多量摂取しますと副作用の危険性が増しますのでご注意ください。

### 原材料名

二枚貝（黒蝶貝）パウダー

ビタミンD<sub>3</sub>

バニラ香料

安定剤（カルボキシメチルセルロースナトリウム）

ステアリン酸マグネシウム

### 1粒（1.339g）当たり成分表

カルシウム	500mg
ビタミンD <sub>3</sub>	5μg（2001.U.）
エネルギー	0.75kcal
たんぱく質	0g
脂質	0.05g
炭水化物	0.09g
ナトリウム	0.32g
糖類	0g



## ●ピンクタ カルシウム使用中の注意

☆定期的に診察を受けている医師或は健康管理専門家からピンクタカルシウム摂取を勧められ、長期間継続的に摂取している場合は、カルシウムが適切に効果を上げていることを確認するために、定期的に専門家の診察を受けて下さい。

☆他の経口医薬品を服用した場合、その効果が適切に機能するために、1～2時間後にピンクタカルシウムを摂取してください。

☆以下に注意してピンクタカルシウムを摂取してください。ただし、医師或は健康管理専門家の指示がある場合はそれに従って下さい

\*多量のカルシウム、マグネシウム、ビタミンDを含む他の医薬品や栄養機能食品と一緒に摂取しないよう注意してください。

\*特に低カルシウム血症の治療を受けている場合、ぬかや全粒のシリアル（穀類加工食品）やパンといった多量の繊維質を含んだ食物を食べている場合は、1～2時間後にピンクタカルシウムを摂取してください。

\*多量のアルコールやコーヒー（通常1日8杯以上）は避けてください。また禁煙も心がけてください。



## ●ピンクタ カルシウムを食べる前に

処方せんが無い状態で栄養機能食品を摂取している方は、説明書とラベルを注意深くお読みなってから摂取してください。

カルシウム栄養機能食品を摂取する場合は下記に注意する必要があります。

※**妊婦**—妊娠中は十分なカルシウムを摂取し、妊娠期間中を通して適量のカルシウムを摂取することが最も重要です。胎児の健全な成長と発育には、母胎から十分な栄養補給が安定して与えられる必要があります。ただし、妊娠中に過度の栄養機能食品の摂取は母子にとって良いことではありませんので避けるべきでしょう。

※**授乳婦**—母乳を与えている場合、乳児が健康に成長するためには、必要なカルシウムを摂取することが大変重要です。ただし、多量の栄養機能食品を摂取することは母子にとっても良いことではありませんので避けるべきでしょう。

※**子供**—子供について推奨されているカルシウムの量を日常的に摂取することで、問題が発生した事例は公表されていません。注射器のような注入式カルシウム摂取は刺激が強すぎる危険がありますので避けるべきでしょう。

※**青少年及び成人**—青少年及び成人について推奨されているカルシウムの量を日常的に摂取することで、問題が発生した事例は公表されていません。

一般的には高齢層は若年層よりもカルシウムの吸収量が少ないために、より多めのカルシウムを摂取する必要があります。もし毎日摂取すべきカルシウム量を知りたい場合は医師などの健康管理専門家にご相談してください。



## ●他の医薬品や栄養機能食品と合わせて摂取する場合の注意

一部の医薬品や多種多様な栄養機能食品を同時に摂取することは避けるべきです。以下の場合には医師や健康管理専門家にご相談ください。

※カルシウムを含む医薬品を摂取する場合--過度のカルシウム摂取は、血中や尿に含まれるカルシウム量を急激に増加させるため、健康を害する可能性があります。

※リン酸ナトリウムセルロース（カルシバインド：Calcibind等）--カルシウム栄養機能食品と一緒に摂取すると、リン酸ナトリウムの効果が減少する可能性があります。

※ジギタリス配糖体（心臓用薬品）--注射によるカルシウムの補充と併用すると、不整脈を起こす可能性が増します。

※エチドロネート（骨吸収抑制剤：ダイドロネル等）--カルシウム栄養補助食品と併用すると、エチドロネートの効果が減少する可能性があります。カルシウム健康補助食品を摂取後2時間以内にはエチドロネートを服用しないでください。

※硝酸ガリウム（抗悪性腫瘍薬、免疫抑制薬等）--カルシウム栄養機能食品と併用する場合は、ガリウム硝酸塩が適切に作用しなくなる可能性があります。

※硫酸マグネシウム（注射による注入）--カルシウム栄養機能食品と併用する場合は、両方とも効果が低下する可能性があります。

※フェニトイン（女性ホルモン：ディランティン等）--カルシウム栄養機能食品と併用する場合は、フェニトインの効果が低下する可能性があります。カルシウム栄養機能食品はフェニトイン投与後1時間から3時間後に摂取してください。

※経口投与されたテトラサイクリン（抗生物質）--カルシウム栄養機能食品と併用する場合は、テトラサイクリンの効果が低下する可能性があります。カルシウム栄養機能食品はテトラサイクリン投与後1時間から3時間後に摂取してください。

## ●ピンクタカルシウムの副作用

通常の摂取ではピンクタカルシウムの副作用の可能性は極めて低いです。しかしながら以下の条件に該当する場合は可能性が高まります。

- \*ラベルに記載されている摂取量よりも多量に摂取した場合
- \*長期間、多量の摂取を続けた場合
- \*腎臓病を患っている場合

以下の副作用が発生した場合は、すぐに医師或は健康管理専門家にご相談ください。

- \*極稀に発生する可能性：痛みを伴う排尿、居眠り、吐き気、連続した嘔吐、虚弱
- \*過重摂取の初期兆候：重度の便秘、口の乾燥、連続した頭痛、のどの渇き、神経過敏、食欲不振、精神の抑うつ、金属味、疲労度、虚弱
- \*長期過重摂取による兆候：混乱、激しい居眠り、高血圧、光への視覚と皮膚感覚の過剰反応、不規則或は異常心拍、尿の量或は排尿回数の極端な増加

これ以外で考えられる副作用も一部には起こりえます。何らかの異常な兆候を感じましたら、すぐに医師または健康管理専門家に相談してください。

## ●補足

高リン酸血症の方にもピンクタカルシウムはお奨めです。

## ●通常のスケジュールの摂取を忘れた場合

通常の摂取のスケジュールに戻り、摂取を続けてください。

## ●保存方法

- ・子供の手の届かない場所に置いて下さい。
- ・熱や直射日光を避けてください。
- ・浴室や台所流し等の湿気と熱の近くに長期間保存することは避けてください。
- ・賞味期限を過ぎた製品は破棄してください。

## ●その他の薬品に関する注意

現在、次のような症状がある場合は、カルシウム栄養機能食品の摂取が医学的問題に影響を及ぼす可能性があります。そのような場合は医師や健康管理専門家に確認してください。

- ・下痢
- ・胃腸周りの内臓疾患
- ・心臓病--不整脈の原因となる可能性があります。
- ・高カルシウム血症
- ・高カルシウム尿症
- ・副甲状腺機能亢進症
- ・サルコイドーシス（肉芽腫）--カルシウム機能補助食品を同時に摂取すると高カルシウム血症になる可能性が高くなります。
- ・副甲状腺機能低下（症）--リン酸カルシウムと併用すると副作用の可能性が増加し、高リン血症を引き起こす可能性があります。
- ・腎臓病、或は腎臓結石--多量のカルシウム摂取により腎臓結石の可能性が増加します。



## ●カルシウムについて

カルシウム栄養機能食品「ピンクタ カルシウム」は、通常の食事では十分なカルシウムを摂取できない方や、より多くのカルシウムを必要とする方に向けて販売されているカルシウム栄養機能食品（サプリメント）です。

カルシウムサプリメントは、カルシウムが不足している血液の状態、つまり低カルシウム血症を予防したり、原因を改善するために使用されます。また、骨粗鬆症（こつそしょうしょう）の予防に使用されません。

体はより強固な骨格を作るためにカルシウムが必要です。同時にカルシウムは心臓、筋肉、神経システムが正常に機能するために必要な成分です。

骨は体全体のカルシウムを保存する役目を担っています。骨は常にカルシウムを血中に補給し、日々必要となるカルシウムの量を調整しています。

心臓や他の器官に流れる血液に含まれるカルシウムが不足の時は、体は骨から自動的にカルシウムを摂取します。

カルシウムが豊富な食物を食べると、カルシウムは骨に蓄積され、血液と骨のバランスがちょうど良い具合に調整されます。

妊婦、授乳婦、子供、青年は、通常の食事から摂取するカルシウムよりも多くのカルシウムが必要です。

成人女性にとって十分なカルシウムは骨粗鬆症と呼ばれる骨の病気の予防になると考えられています。

## ●骨粗鬆症（こつそしょうしょう）について

**骨粗鬆症**とは、骨が薄くて空隙が多く多孔性の状態になる病気で、骨格が崩壊したり骨がもろくなり、骨折しやすくなります。女性に多い病気ですがときには年配者の男性にも発症します。



更年期後の女性の骨粗鬆症は、女性ホルモンの一つである卵巣のエストロゲンの量が減少することによって引き起こされると考えられています。特に、若いときに低カルシウムの食事を続けていた女性は、骨粗鬆症に襲われる危険性が高いと言われています。

米国骨粗鬆症財団は、骨粗鬆症対策としてガンなどの危険性のあるHRT等のホルモン補充療法よりも、吸収力の高いカルシウム摂取による予防がもっとも安全で有効であるとして推奨しています。

子供や成人の骨に関する病気はカルシウムを補給することで治療が行われています。

カルシウム栄養機能食品は、医師や健康管理専門家が指摘する骨粗鬆症以外の症状にも使用することが可能です。

## ●食事の重要性

健康を維持するためには、バランスのとれた食事をとることで。医師や健康管理専門家の意見に従い、注意深いダイエットプログラムに従うことをお奨めいたします。

食事から摂るビタミンやミネラルが不十分とお考えの時は、栄養機能食品をお奨めいたします。1日に必要なカルシウム摂取量にはいろいろな基準が有り、年齢によって異なります。また妊婦や母乳を与える授乳婦は多めの摂取量が必要とされています。

1日の必要カルシウム摂取量は個人によって異なります。表に示した数値は一般的に推奨されている平均的なカルシウムの摂取量を示しています。

中高年になって骨粗鬆症を予防するためには、35歳ぐらいまでに適切なカルシウムの量を摂取し、散歩や自転車、エアロビクス、ジョギングなどの運動を行なって、十分密度の高い骨を作り、維持することが重要です。

#### 日本の場合

(厚生労働省「食事摂取基準」)

1歳～5歳--1日500mg

6歳～8歳--600mg

9歳～11歳--700mg

12歳～14歳--男子900mg、女子700mg

15歳～17歳--男子800mg、女子700mg

18歳～29歳--男子700mg、女子600mg

30歳以上--600mg

#### 妊婦

18歳以上--900mg

#### 授乳婦

18歳以上--1100mg

#### 米国の場合

(DRI : Dietary Reference Intakes)

1歳～3歳--1日500mg

4歳～8歳--1日800mg

9歳～13歳--1300mg

14歳～18歳--1300mg

19歳～30歳--1000mg

31歳～50歳--1000mg

50歳～70歳--1200mg

70歳以上--1200mg

#### 妊婦

18歳以下--1300mg

19歳～30歳--1000mg

31歳～50歳--1000mg

#### 授乳婦

18歳以下--1300mg

13歳～30歳--1000mg

31歳～50歳--1000mg



## ●ビタミンD<sub>3</sub>について

ビタミンD<sub>3</sub>は骨からカルシウムが溶け出すことを防ぎます。ビタミンDは「サンシャインビタミン」とも呼ばれ、皮膚が日光に照らされることで体内に生成されます。また、ビタミンD<sub>3</sub>はカルシウムの体内吸収に重要な役割を果たします。

毎日15分から30分間日光を浴びると一日に必要とされるビタミンDが体内に生成されます。ビタミンDは食事や総合ビタミン剤を飲むことでも摂取可能です。牛乳を飲むことでもビタミンDは増えます。

ビタミンD<sub>3</sub>は体内のカルシウムとリンの平衡を維持し、骨や歯へのリン酸カルシウムの沈着を促進する生理作用も果たします。

ピンクタのビタミンD<sub>3</sub>はカルシウムの吸収を高めるために、最適なバランスで配合されています。

## ●バニラ味について

ピンクタカルシウムでは、香料として天然バニラを使用しています。バニラ味の栄養機能食品はアイスクリームに似た味で、どなたにも馴染みがあり食べやすくなっています。

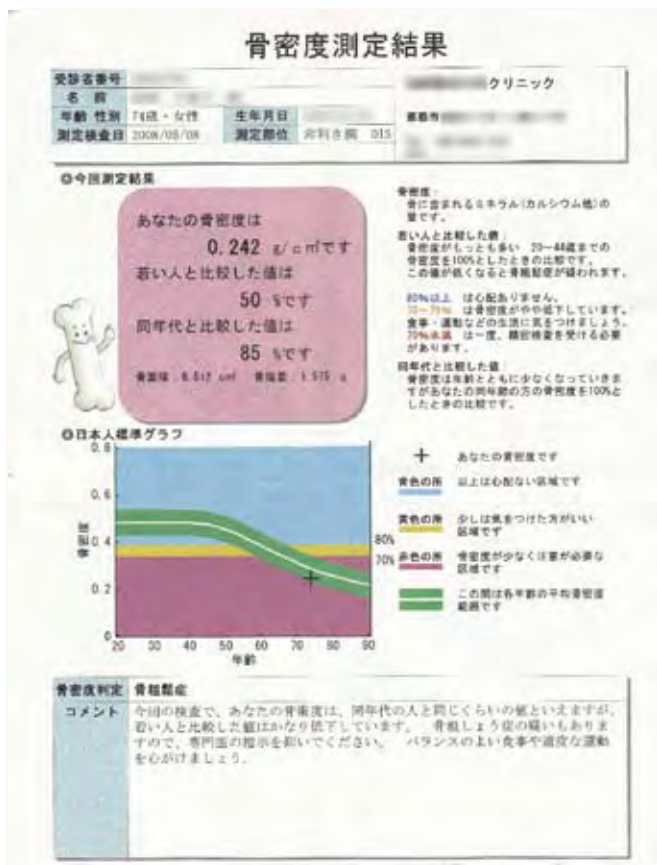


## ご利用者の声から：

沖縄にお住まいのKさんのお宅では、74歳のお母様の骨密度を近所のクリニックで測定してもらいました。その結果、6ヶ月間で1パーセント低下していることが判明したため、慌てて対策を検討しました。

これ以上骨密度が低下することを防ぐためにピンクタカルシウムを食べ始めました。

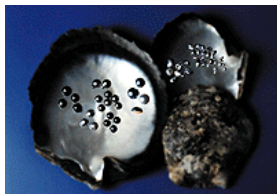
ほぼ毎日1錠のペースで食べ始めて半年が経ち、再度骨密度の測定を行いました。その結果、3パーセントもアップしていました。



メ モ

A large rectangular area with a dashed border, intended for writing or drawing. The area is empty and occupies most of the page below the header.

販 売



開発元  
Changen Lab,  
NASA Research Park,  
Moffet Field, California, USA  
[www.pincta-cal.com](http://www.pincta-cal.com)

日本総輸入代理者及び発売元  
エネックス LLC  
神奈川県逗子市池子3-14-25  
[www.ennex.jp/pincta/](http://www.ennex.jp/pincta/)  
お問い合わせ : 046-872-1692