

## ● 改訂版からへの改訂版2刷への変更 ●

## ■P6 LESSON4「メディカルハーブを使う」1行目

ハーブから有用成分を取り出して・・・

⇒ハーブから機能成分を取り出して・・・

## ■P37 17行目

さらに、有効成分には水に溶けやすい・・・

⇒さらに、機能成分には水に溶けやすい・・・

## ■P65 \*おすすめのレシピ\*

①エルダーフラワーのティー 手順

～熱湯で3分間程度抽出し・・・

⇒～熱湯で3分間抽出し・・・

②ネトルのティー 手順

～熱湯で3分間程度抽出し・・・

⇒～熱湯で3分間抽出し・・・

## ■P92 用語辞典 ナ行

ナチュラルメディスン 自然療法のこと。

⇒ナチュロパシー 自然療法。

## ● 改訂版2刷から3刷への変更 ●

## ■P62 Memo

安全性については『メディカルハーブ安全性ハンドブック』(東京堂出版)を参考としており

『メディカルハーブ安全性ハンドブック第2版』の発行に伴い、下記表記を改訂いたしました。

Memoは試験範囲に含まれませんので、試験には影響いたしませんが、大切な項目です。

Memo																	
ハーブの安全性																	
ハーブの中には、含まれている成分によって特定の医薬品との併用が制限されたり、特定の体質や体調によって使用制限されるものがあります。これについては、米国ハーブ製品協会が約650種類のメディカルハーブを評価した安全性のクラス分類があり、専門家の間で活用されています。日本国内で食品として販売されているハーブはおおむね安全ですが、クラス分類の意味を理解していれば、多種類の中からハーブを選択するときの目安になります。																	
メディカルハーブの安全性の分類																	
<table border="1"> <thead> <tr> <th>クラス分類</th><th>分類の意味</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■クラス1</td><td>適切に使用する場合、安全に摂取できるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス2a</td><td>外用のみに使用するハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス2b</td><td>妊娠中に使用しないハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス2c</td><td>授乳期間中に使用しないハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス2d</td><td>特定の使用制限があるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス3</td><td>医療従事者の監督下でのみ使用するハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス4</td><td>分類のための十分なデータが入手できないハーブ</td></tr> </tbody> </table>		クラス分類	分類の意味	■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取できるハーブ	■クラス2a	外用のみに使用するハーブ	■クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ	■クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ	■クラス2d	特定の使用制限があるハーブ	■クラス3	医療従事者の監督下でのみ使用するハーブ	■クラス4	分類のための十分なデータが入手できないハーブ
クラス分類	分類の意味																
■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取できるハーブ																
■クラス2a	外用のみに使用するハーブ																
■クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ																
■クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ																
■クラス2d	特定の使用制限があるハーブ																
■クラス3	医療従事者の監督下でのみ使用するハーブ																
■クラス4	分類のための十分なデータが入手できないハーブ																

Memo																												
ハーブの安全性と医薬品との相互作用																												
ハーブの中には、含まれている成分によって特定の医薬品との併用が制限されたり、特定の体質や体調によって使用制限されるものがあります。これについては、米国ハーブ製品協会が約500種類のメディカルハーブを安全性の観点から評価を行い、クラス1からクラス3に分類しました。また、薬物相互作用の観点からもクラスAからクラスCに分類しました。日本国内で食品として販売されているハーブはおおむね安全ですが、クラス分類の意味を理解していれば、多種類の中からハーブを選択するときの目安になります。																												
メディカルハーブの安全性と相互作用の分類																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>安全性 クラス分類</th><th>分類の意味</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■クラス1</td><td>適切に使用する場合、安全に摂取することができるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス2</td><td>記載された植物含有成分の使用に関する資格のある専門家による特別な指示がない限り、以下の使用制限が適用されるハーブ</td></tr> <tr> <td>クラス2a</td><td>外用のみに使用するハーブ</td></tr> <tr> <td>クラス2b</td><td>妊娠中に使用しないハーブ</td></tr> <tr> <td>クラス2c</td><td>授乳期間中に使用しないハーブ</td></tr> <tr> <td>クラス2d</td><td>特定の使用制限があるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラス3</td><td>資格のある専門家監督下でのみ使用することができるハーブ 特定のラベル表示が推奨されている</td></tr> <tr> <td colspan="2">相互作用 クラス分類</td></tr> <tr> <td colspan="2"> <table border="1"> <thead> <tr> <th>相互作用 クラス分類</th><th>分類の意味</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■クラスA</td><td>臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスB</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスC</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ</td></tr> </tbody> </table> </td></tr> </tbody> </table>	安全性 クラス分類	分類の意味	■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取することができるハーブ	■クラス2	記載された植物含有成分の使用に関する資格のある専門家による特別な指示がない限り、以下の使用制限が適用されるハーブ	クラス2a	外用のみに使用するハーブ	クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ	クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ	クラス2d	特定の使用制限があるハーブ	■クラス3	資格のある専門家監督下でのみ使用することができるハーブ 特定のラベル表示が推奨されている	相互作用 クラス分類		<table border="1"> <thead> <tr> <th>相互作用 クラス分類</th><th>分類の意味</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■クラスA</td><td>臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスB</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスC</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ</td></tr> </tbody> </table>		相互作用 クラス分類	分類の意味	■クラスA	臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ	■クラスB	臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ	■クラスC	臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ
安全性 クラス分類	分類の意味																											
■クラス1	適切に使用する場合、安全に摂取することができるハーブ																											
■クラス2	記載された植物含有成分の使用に関する資格のある専門家による特別な指示がない限り、以下の使用制限が適用されるハーブ																											
クラス2a	外用のみに使用するハーブ																											
クラス2b	妊娠中に使用しないハーブ																											
クラス2c	授乳期間中に使用しないハーブ																											
クラス2d	特定の使用制限があるハーブ																											
■クラス3	資格のある専門家監督下でのみ使用することができるハーブ 特定のラベル表示が推奨されている																											
相互作用 クラス分類																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>相互作用 クラス分類</th><th>分類の意味</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>■クラスA</td><td>臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスB</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ</td></tr> <tr> <td>■クラスC</td><td>臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ</td></tr> </tbody> </table>		相互作用 クラス分類	分類の意味	■クラスA	臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ	■クラスB	臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ	■クラスC	臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ																			
相互作用 クラス分類	分類の意味																											
■クラスA	臨床的に関連のある相互作用が予測されないハーブ																											
■クラスB	臨床的に関連する相互作用が起こり得ることが生物学的に妥当であるハーブ																											
■クラスC	臨床的に関連する相互作用が起こることが知られているハーブ																											



※改訂版3刷～6刷は修正なし

● 改訂版6刷から改訂版7刷への変更 ●

■P30 マテの学名

*Ilex paraguayensis*

⇒*Ilex paraguariensis*

■ [おわりに]

下記、日本のハーブセラピスト紹介文を掲載

日本の長い歴史の中で、日常生活や行事などで使用されてきたハーブに関する歴史的、科学的な知識を身につけます。30種類の日本のメディカルハーブと、生活圏や山野などで見かけることのある16種類の日本の有毒植物を詳しく学びます。

日本で利用してきたハーブの特徴や有用性、さらに法制度と安全性を理解し、正しい知識をもってご自身やご家族の健康維持、増進に役立てることができる専門家です。

また、協会の認定を受けた認定校で日本のハーブセラピストコースの講師を務めることができます。

\*ハーバルセラピスト有資格者で、かつ、認定校で日本のハーブセラピストコースを受講・終了し、認定試験に合格した方が取得できます。

● 改訂版8刷から改訂版9刷への変更 ●

テキスト全体での統一変更事項

1. 「剤型」 ⇒ 「剤形」

該当ページ

■P43 LESSON4 メディカルハーブを使う 3、4行目

■P44 ハーブを利用するためのさまざまな方法 2行目

■P46 ハーバルバス 2行目

■P58 ハーブ以外の材料 1、4行目

■P61 器具の消毒は入念にする 1、2行目

■P82 強壮 5行目

■P91 用語辞典サ行 1行目

2. 「カロチノイド」 ⇒ 「カロテノイド」

■P54 浸出油 1行目

● 改訂版9刷から改訂版10刷への変更 ●

■P9 INTRODUCTION

メディカルハーブ検定について

検定概要（試験の日時・実施場所）

⇒協会HPのQRコード追加

● 改訂版7刷から改訂版8刷への変更 ●

■P8 組織図 国際情報委員会の削除

■P62 保存上の注意点

「密閉」 ⇒ 「密封」