

免疫力アップ（アルコール・ストレス対策）



コロナ禍において、外出を控える一方で、家飲みが増加しアルコール摂取量がかえって増えてしまった人が多いようです。さらに引き続きウイルス感染の脅威も続き、ストレスもつものばかりです。そのような中、**今月注目するミネラルは亜鉛です！**

亜鉛は成人の体内に約2g存在し、約200種類以上の酵素の構成成分であり、大変重要なミネラルです。近年、亜鉛不足が指摘されています。平成25年の国民健康・栄養調査でも男女ともに推奨量を下回っています。

**亜鉛は免疫機能に関わりのある細胞の働きに影響があります。**不足すると免疫力が低下し、肺炎などの感染症にかかりやすくなります。感染症だけではなく自己免疫疾患も亜鉛の低下に関わることがわかっています。

亜鉛の摂取量不足だけでなく、亜鉛の吸収を阻害する食品添加物（ポリリン酸など）を含む加工食品やレトルト食品を多く利用することも、亜鉛不足を招きます。

感情のコントロールや、記憶力を保つには神経伝達物質が正常に作られ、働く必要があります。うつ状態は脳の機能が低下し、神経細胞の刺激伝達がスムーズにいかないためと考えられています。

この**神経伝達物質を作るのに必要なのが亜鉛**です。

亜鉛が十分にあることで、精神安定や脳の機能を高め、うつ状態の緩和に効果があると考えられています。

お酒をよく飲む方も注意が必要です。アルコールの代謝に関わる酵素は、亜鉛を材料としています。お酒を飲むことで体内の亜鉛が使用されるだけでなく、アルコールは尿中への亜鉛の排泄を促します。（グリコHP参照）

亜鉛不足で：

- 消化管の働きが悪くなることや、腸の粘膜の免疫機能が低下することから、下痢を起こしやすくなります。
- 口腔内の免疫力や、たんぱく質合成能力が低下して、その結果粘膜が弱くなることで、口内炎が起きやすくなります。
- 胃や腸など消化管の働きが悪くなり、食欲が低下します。食べる量が減るために亜鉛がさらに足りなくなり、悪循環を招いてしまいます。

（帝京平成大学健康メディカル学部健康栄養学科 学科長・教授 児玉浩子先生 監修）

ナチュラルミネラルエンザイムは、通常吸収されにくいと言われるミネラルの吸収率を上げるため、乳酸発酵酵母を同時に摂取できるよう設計されています。

亜鉛だけ単体で摂っても身体には吸収されづらいので御注意を！

**Natural Mineral Enzyme 毎日が安心。まずは「ミネラル・エンザイム」。**

**イメディス・オリジナルサプリメント**

- 医師の監修のもと78種類ものミネラルがバランス良く含まれ、吸収を高めるため発酵乳酸菌を配合。
- さらにリラックス効果がある新生児の脳波と同じ周波数を転写済みです。

**天然由来成分のみを使用**

- 天然由来のイオン化有機ミネラル
- 無農薬玄米の複合活性酵素（乳酸菌&酵母菌）
- サンゴカルシウム



アメリカ・ウエバーステート大学の分析によるミネラル成分一覧

水素	カリウム	セレン	バリウム	ハフニウム
リチウム	カルシウム	臭素	ランタン	タンタル
ベリリウム	スカンジウム	ルビジウム	セリウム	タングステン
ホウ素	チタン	ストロンチウム	プラセオジム	レニウム
炭素	バナジウム	イットリウム	ネオジム	白金
窒素	クロム	ジルコニウム	サマリウム	金
酸素	マンガン	ニオブウム	ユウロピウム	水銀
フッ素	鉄	モリブデン	カドニウム	タリウム
ナトリウム	コバルト	銀	カドミウム	鉛
マグネシウム	ニッケル	銅	スズ	ビスマス
アルミニウム	亜鉛	アンチモン	テルビウム	トリウム
ケイ素	カリウム	テルルウム	ホルミウム	ウラン
リン	ゲルマニウム	ヨウ素	エルビウム	
硫黄	ヒ素	セシウム	ツリウム	
塩素			イッテルビウム	
			ルテチウム	

希ガス成分（ヘリウム、ネオン、アルゴン、クリプトン、キセノン、ラドン）

9,000円（税別）  
180粒入（約1ヶ月分）

飲み方

通常	1日6粒（朝3粒、夕3粒） 体重60kgの成人目安
ストレスの多い日	通常+朝3粒、夕3粒

製造元 西川製薬  
販売元 株式会社イメディスジャパン  
BRTサロン

