

EPA & DHA+E

【乳化型】

- 内容量：80.1g[1335mg(内容量 940mg) × 60 粒]
- 形状：カプセル
- 価格：6,400 円(税込 6,912 円)
- お召し上がり方：1 日 2～4 粒を目安に。
- 【栄養成分表示：1 粒(1335mg) 当たり】

ビタミン E	d-αトコフェロール・・・67.1mg (100IU)
	総トコフェロール・・・135mg
EPA	・・・200mg
DHA	・・・85mg

EPA/DHA は、魚に多く含まれます

厚生労働省では、魚由来の「サラサラ成分」である EPA/DHA の摂取目安量として、1 日 1000mg 以上の摂取を推奨しています。そのためには、クロマグロのお刺身…約 9 人前相当を毎日食べる必要があります。



又、魚は加熱処理すると EPA/DHA は 20~50 % 脂とともに失われてしまいます。

ビタミンEと、一緒に摂りましょう

EPA/DHA は酸素と結びつきやすく、体内で過酸化脂質(しみ)になりやすい性質を持っています。従って、抗酸化力の高い「ビタミンE」と一緒に摂ることが大切です。「EPA & DHA + E」は 1 粒あたり、ビタミン E (d-αトコフェロール) 100 IU も配合されています。

乳化型だから吸収がよい

EPA & DHA は乳化して吸収されやすく作られています。油ぎらいの人や高齢者でも、一般的な物より、**吸収率**が大変すぐれています。

脳の働きに

EPA と DHA は、サバ・イワシ・マグロなどに含まれる多価不飽和脂肪酸で、常温では液体で血液をサラサラにさせます。“海馬”の DHA 量が“記憶力”に關係すると云われています。



「DHA」は体内では「EPA」から作られ、「脳」や「神経組織」に必須の脂肪酸です。

心筋梗塞・脳梗塞が少ないエスキモー

アザラシなどの海獣の肉や魚を常食しているエスキモー人に、動脈硬化等による循環器系の病気(心筋梗塞・脳梗塞)が殆どみられません。その理由はエスキモー人の血液には魚油由来の「EPA」が多いからです。一方、肉食中心のデンマーク人の血液には、「EPA」が少なく循環器系の病気が多く発症しています。

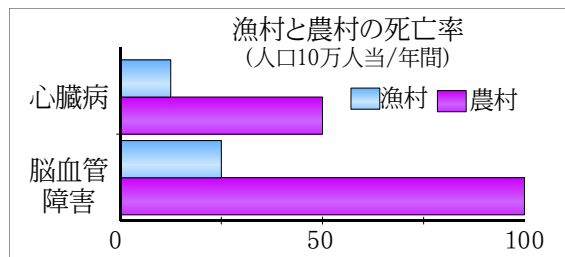


⇒ 日本でも魚介類を多く食べている漁村は、農村より循環器系の病気の発症が少ないです。「EPA」の働きが注目されています。



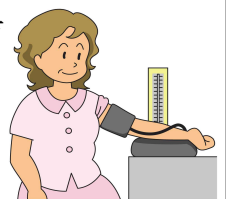
漁村は、心臓病・脳血管障害が少ない

千葉大学の熊谷教授(現在富山医科薬科大)のグループが、千葉県下の農村と漁村の食生活と健康状態を研究した結果、**漁村には心臓病・脳血管障害が少ない**と発表(下図参照)。



こんな方に、お勧めします

- * 動物食品を好んで食べる方
- * 血液の流れが心配な方
- * 妊婦、授乳期
- * 高齢者
- * 受験生など頭脳を使う方



注：ゼラチン・大豆アレルギーの方はお控えください。