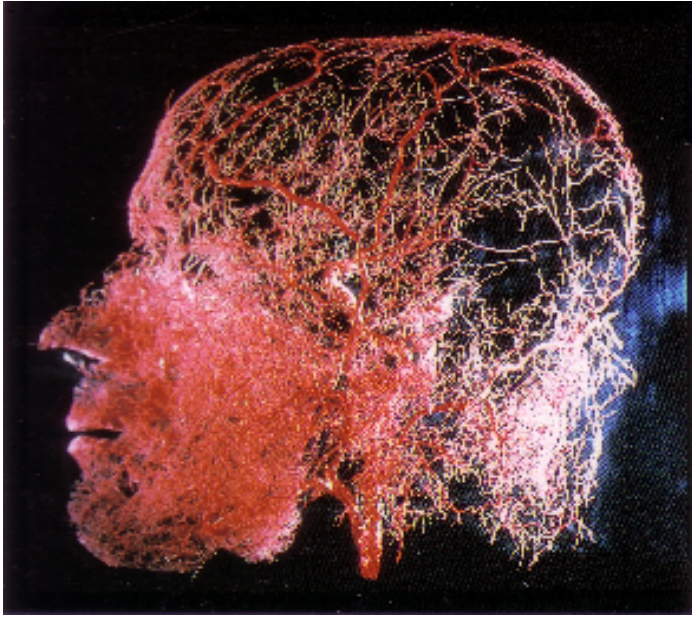


要注意!

「冬は血管が切れやすい」
ことご存知でしたか?



脳梗塞・脳出血 認知症(物忘れ)

←左の図のように、脳には無数の血管が張り巡らされていて、脳の細胞や神経に絶えず栄養や酸素を送っています。

この脳の血管は、大部分が髪の毛よりも細い「毛細血管」であることはご存知でしょうか?

冬の寒い季節は、血管が縮まりやすく、血流が悪くなり血管にかかる圧力(血圧)が高くなりやすい時期です。この圧力に血管が耐えられないと破れてしまうのです。血管の弾力性が衰えている人(動脈硬化)は、要注意です!

**血管が
破れやすい!?**

血管を柔らかく、しなやかにする
ツルガ薬局の「シーアルパ100」をお勧め致します。



高血圧だと…
寒い冬が
特に危険!?

血管が硬くなる(動脈硬化)原因として、高血圧・タバコ・ストレス・不健康な食事・糖尿病・運動不足・肥満などがあります。中でも「高血圧」は、血管が詰まる脳梗塞にも、血管が破れる脳出血にも大きく関与していることが分かっています。ある程度年をとると血圧は高くなってきて当然ですが、その高まった圧力に対して耐えることができる柔軟でしなやかな血管であることが必要不可欠です。

- 新鮮な青魚を毎日2匹は食べていますか?
- 週に数回、汗をかく運動をしていますか?
- 毎日しっかりと緑黄色野菜・酢の物・海草類・きのこ類食べていますか?
- お酒やジュース、甘いもの、タバコ、もちやあられ、塩辛いものなど取り過ぎていませんか?

不安な方には、血管を柔らかく、しなやかにする
ツルガ薬局の「シーアルパ100」をお勧め致します。

シーアルパ100の魚油は
日本一の品質です!



ツルガ薬局のシーアルパ100