

今のうちから飲み始めれば大丈夫!

あきらめないで……



■ 軟骨は、自分で再生・修復できる!

何年か前までは、軟骨はいったん磨り減ると治らないと言われていました。しかし最近になって、軟骨の原料をバランスよく補うことで軟骨が修復再生されていることが分かってきました。

私たちの体は、日々古いものは壊し新しいものに作り変えています。軟骨であっても例外ではなく、磨り減ってしまっている場合は一生懸命、元に戻そうと頑張って修復・再生しているのです。

■ じゃあ、なぜ治らないの?

軟骨が磨り減って痛みが出ている方は、本来体は治そうとしているにもかかわらず、軟骨自体の原料が毎日食事からバランスよく十分な量が入ってこないため、修復再生ができていない場合がほとんどなのです。



■ 軟骨の原料って何?

人の軟骨は、実は「プロテオグリカン」と「II型(関節専用)コラーゲン」で構成(94%)されています。(残り6%が糖質・タンパク質・脂質などです)

軟骨は、骨と骨がぶつかり合わないようにクッションのような役割をしていますので、その弾力性を保つために「水分」を多く含んでいます。実に何と軟骨の80%は水分なのです。この80%もの水分を吸い上げ保持して、ゼリーや寒天のようにプルプルの弾力性・柔軟性を維持しているものが「プロテオグリカン」です(水分を吸って82%となります)。

そしてこのプルプルのゼリー状のプロテオグリカンが失われないように、丈夫な枠組みを作って軟骨の強度を高め、様々な圧力や負荷から関節を守っているものが「II型(軟骨専用)コラーゲン」です(12%)。

■ プロテオグリカンを取るには・・・

軟骨の柔軟性・弾力性を保つ「**プロテオグリカン**」は、**コンドロイチン**(サメ軟骨)、**グルコサミン**、**ヒアルロン酸**の3つが、バランス良く混ざり合うことで作られます。**バランスが悪く、何か欠けていたりするとプロテオグリカンになれません。そうすると、いつまで経ってもなかなか軟骨が効率的に修復再生されないのです。**



プロテオグリカンの摂取に!

ツルガ薬局の**歓節粒** 360粒入
5800円(税込み6090円)

■ II型コラーゲンを取るには・・・

軟骨にかかる様々な**圧力**や**負荷**に耐えられるような**伸縮性**や**強度**を高める、軟骨専用のコラーゲン「**II型コラーゲン**」。



関節の痛みには、**軟骨**だけでなく**筋肉**や**骨**も大きく関わっています。軟骨の磨り減りが進んでいる人は、同じくらい**骨も老化**しているとも言われています。骨を丈夫にするコラーゲン・**カルシウム**、細胞の代謝を高める**プラセンタ**の力などを同時に補うことが、より効果を高めます。



1日分で、コラーゲン総量約5000mgも補うことができ、細胞代謝を高めるプラセンタ、そしてカルシウム、ビタミン、核酸、コンドロイチンをバランスよく配合

ツルガ薬局の**II型コラーゲン** 60袋入 5800円(税込み6090円)

■ 健康食品を飲んでくれるけど、良くならない・・・

あなたのお飲み頂いているものは、「プロテオグリカン」と「II型コラーゲン」ですか？
成分のバランスは良い商品ですか？ 十分な量が入っている商品ですか？



元東京大学医学部教授で医学博士、健康科学研究所所長の大島正光先生は、『**軟骨をつくっている主な構成成分は、プロテオグリカンとII型コラーゲンであり、この状態のもので補うことが効果的である**』とされています。