

— 6月のいちおし —

E-CLINIC ONE

「ビタミンD」 (60粒入)



6月末まで
ポイント2倍
キャンペーン!!



・摂取目安
1~2粒/日

・1粒あたり
ビタミンD
25μg
(1,000IU)
含有

¥1,890 (税込)

♡ 52ポイント

今さら

♡ 104ポイント = 104円



※次回のお買い物に使えます。

★ 骨の代謝 だけではない!!

← 抗がん効果・感染防御効果も期待できる☆
← 1日25~50μgの摂取を多くの研究者が推奨しています。

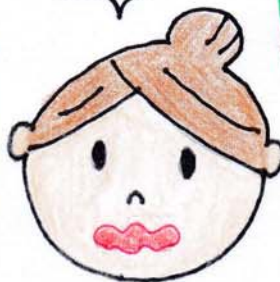


Q 食事と日光浴でなんとかなりませんか?

ビタミンDを多く含む食物は

・キノコ類・魚のきも など限られています。
また日光を浴びて がんばって ビタミンDを作る~
となると【UVB】が必要なため ガラス越しの
日光浴ではNGです。戶外でUVケアをせず
夏なら10分くらい (晴天の場合) ですが
冬は札幌なら76.4分、関東地方 約20分...
現実的でしょうか?

日焼け
しちゃうよ~



Q ビタミンD不足かどうか
分かりませんか?

採血検査でビタミンDの
血中濃度が測れます。
血中濃度 30ng/ml以上
ならOK 30ng/ml未満なら
サプリメントで補いましょう

Q ビタミンDのお薬を服用しています。

お薬のビタミンDは、血清カルシウム濃度を高めるので
注意して下さい。(医師の指導のもと服用)
一方サプリメントのビタミンDは肝臓で貯蔵
必要に応じて腎臓で代謝され利用されるので
安全性が高いと言えます。

