

初声歯科新聞 Vol. 52



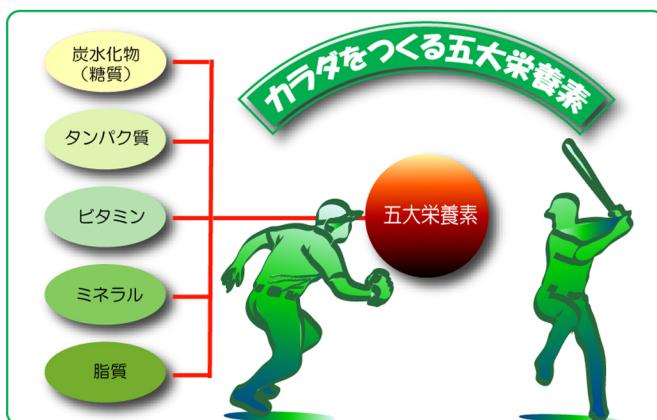
鉱物ミネラル抽出液 「希望の命水」

◆ミネラルは五大栄養素の一つ

私たちが健康であるためには、五大栄養素（炭水化物・タンパク質・脂質・ビタミン・ミネラル）がバランス良くとれていることが必要です。

私たちの身体を構成する元素は、酸素、水素、炭素、窒素が全体の約96%を占めており、それ以外の元素を総称してミネラルと言います。

ミネラルは人体における含有量は微量ですが、生体活動の中心的な働きを行い、身体機能の維持や調整に、無くてはならない栄養素です。



◆ミネラル失調状態の現代

ミネラルが豊富に含まれている食品は、野菜や果物、食塩です。

しかし戦後、農薬や化学肥料を使用した大量生産重視の農法に切り替わって以来、これらに含まれるミネラルの量も種類も激減してしまいました。

例えば人参に含まれる鉄分は、10分の1に激減。

昔と同じ量のミネラル分をとろうとすれば、10倍の量を食べなければ足りません。

人間も植物も、生体内ではミネラルを作り出すことができないため、戦後から親子孫3代にわたってミネラル失調が続いているいます。

◆飽食時代の栄養失調

さらに、精製食品や加工食品、食品添加物などの化学物質の増加が、ミネラル不足に拍車をかけることになりました。

1981年頃から、「現代人は、炭水化物・タンパク質・脂質は過剰摂取なのに對し、それらを代謝するビタミン・ミネラルが不足しており、それが体の不調につながっているのではないか?」という“飽食時代の栄養失調”を指摘する声が学識者の間で出始めました。

◆院長おすすめ「希望の命水」

ミネラル不足は様々な病気を引き起こし、治癒や回復を遅らせたりもしています。

「希望の命水」は医院にて販売中。Amazonや楽天でも売っています。