



もしかして私、 ○○不足かも…？

以下の項目の中で、該当するものを チェックしてみましょう。
さまざまな体と心の症状と栄養の状態は、とても関係があります。

- たちくらみ、めまい、耳鳴りがする
- 肩こり、背部痛、関節痛、筋肉痛がある
- 頭痛、頭重になりやすい
- 力が弱くなった
- よくアザができる
- のどに不快感(つかえ感)がある
- 階段を上ると疲れる
- 夕方に疲れて横になることがある
- 生理前に不調になる
- 生理の出血量が多い

3項目以上該当する方は…

鉄不足の可能性大

Fe

- 肉や卵などはあまり食べない
- 野菜中心、あるいは和食中心である
- タンパク質は大豆食品から十分摂れると思う
- ご飯やパン、麺などで食事を済ませてしまう
- 成長期である
- 妊娠、授乳中である
- ステロイド剤を使用している
- スポーツをする、あるいは肉体労働である
- 胃薬をよく使う
- 腕や太ももが細くなった

3項目以上該当する方は…

タンパク質不足の可能性大

Pro

- 風邪をひきやすい
- 洗髪時、髪が抜けやすい
- 食欲不振になりやすい
- 肌が乾燥しやすい
- 傷の治りが悪い、跡が残しやすい
- 爪に白い斑点がある
- 味覚や嗅覚が鈍い
- アルコールをよく飲む
- ネックレスなどで皮膚炎が起こる
- 傷や虫刺されが膿みやすい

3項目以上該当する方は…

亜鉛不足の可能性大

Zn

- アルコールをよく飲む
- 音に敏感だ
- イライラしやすい
- 集中力が続かない
- 記憶力が衰えている
- よく悪夢を見る
- テレビがわずらわしい
- 読書しても頭に入らない、興味がなくなった
- 寝ても疲れが取れない、とにかく疲れる
- 口内炎がよくできる

3項目以上該当する方は…

ビタミンB群不足の可能性大

VB



栄養カウンセリング

あなたの栄養状態について詳しくご説明・アドバイスいたします。

[詳しくは裏面へ](#)



なぜ栄養解析が必要なのでしょう？

A

症状からの判断だけでは把握しきれない身体の状態を
詳細な血液検査から科学的に知る方法が「**栄養解析**」です

どんな栄養素がどのくらい不足しているのかを数値で知ることができます。
栄養の不足が気になる、自分に合った効果的な栄養補給をしたい方におすすめです。
必要な栄養素を的確に補充することで、健康的で美しい身体を目指していきます。

■ 栄養解析の流れ

問診記入・血液検査



現在のお悩みや症状を把握するための
事前チェックリストへのご記入や、
血液・尿の検査を行って頂きます

栄養解析レポート



検査データに基づき医師が作成した、
「**栄養解析レポート**」をご説明致します

あなたに合った サプリメントを処方



「**栄養解析レポート**」に基づき、最適な
サプリメントをご提案します



栄養補給の方法は、他と何が違うのでしょうか？

A

病態 症状の改善・検査データの効果判定が可能な
医療機関のみで取り扱いしているサプリメントを使用します

お食事をしっかり摂っていてもまかないきれない栄養素の補給が必要です。
サプリメントは「どれも同じ」ではなく、医師が使用するサプリメントは明らかに違います。



- 生化学・栄養学はもちろん、生活習慣を踏まえ、**現代人に適した配合を追及**しています。
- 濃度・純度・アレルギー物質の有無など、**確固たる基準を設けて原料を選定**しています。
- 作用効率を高める加工(ミセル加工)や、**飲みやすさを追求した加工(コーティングなど)を行い、ヒトの体にしっかり届くことを重視**しています。

49044/20200710