

# イノシトールB3



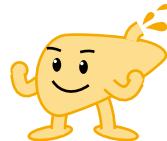
イノシトールは、体内でも合成されるビタミンB様成分です。細胞の正常な発育に不可欠であり、初乳に多く含まれます。牛乳、野菜、果物などに多く含まれていますが、偏食やストレスが多い場合は、積極的な補給が必要です。抗脂肪肝因子としても知られており、脂肪肝の予防と治療の両方に効果が認められています。また、神経伝達物質の細胞内セカンドメッセンジャーとして働くことから、特定の精神疾患に効果を示すことも報告されています。主成分として、イノシトールとナイアシン（ビタミンB3）を組み合わせたサプリメントです。

## こんな方にお勧めします

- ▶ 脂肪肝が気になる
- ▶ 動脈硬化が気になる
- ▶ LDLコレステロールが高い
- ▶ 成長期である
- ▶ パニック障害、うつ、強迫神経症の経験がある
- など

## 不足すると脂肪肝に

肝臓は各組織に中性脂肪を供給しているため、通常4～5%の脂肪を含みます。イノシトールは肝臓から脂肪の排出を促進する働きがあるため、不足すると脂肪肝の原因になります。肝臓の代謝機能を正常に保つためにイノシトールは不可欠な栄養素です。



## Topics

### ～精神疾患にはナイアシンも！～



体内的イノシトールは、必要に応じて種々のフォスファチジルイノシトールに生合成され、様々な機能を発揮します。脳神経系を含む細胞膜成分としてのPIP2（フォスファチジルイノシトール4,5-二リン酸）はセカンドメッセンジャーとしての働きにも関与しています。そのため、SSRI（選択的セロトニン再取り込み阻害剤）に反応する特定の精神疾患に効果を示すことが報告されています。（パニック障害、うつ、強迫神経症）

ナイアシンは、トリプトファンからセロトニン⇒メラトニンを代謝するのに不可欠です。充分なトリプトファンとナイアシンの摂取が不足すると、セロトニンとメラトニンの血中濃度のバランスが崩れ、気分が不安定になったり日内リズムの乱れが生じます。進行すると、自律神経失調症やうつなどの精神疾患を引き起こすことがあります。

イノシトールとナイアシンを合わせて補給することは、精神疾患の改善に大きく期待できます。

## 原材料

イノシトール、ニコチン酸アミド、ルチン、ステアリン酸カルシウム、クエン酸、ビタミンB1、ビタミンB6、酸化ケイ素、ビタミンB2、還元麦芽糖、酵母エキス

## 標準成分<1粒(240mg)中>

イノシトール	100.0 mg
ナイアシンアミド	100.0 mg
ビタミンB1	1.0 mg
ビタミンB2	1.0 mg
ビタミンB6	1.0 mg
ルチン	5.0 mg
酵母エキス	6.7 mg (含硫ペプタイド 1.0 mg)

## サプリメントハイライト

イノシトール及びナイアシンアミドを主成分として、生体利用に欠かせない含硫トリペプタイドを豊富に含む精製酵母エキスとルチン（ビタミンP群）を組み合わせました。また、他のビタミンB群（B1、B2、B6）を組み合わせることで、生体内で効率よく働きます。ハードカプセルを採用したことにより、ナイアシンの特有の匂いが苦手な方やお子様にも、飲みやすくしています。