オメゴールド

DHAとEPAをたっぷり配合した、オメガ3系脂肪の特別製品

オメゴールドの利点とは

オメゴールドには循環器系の健康維持と脳の認知能力に役立つ重要な栄養素、オメガ３系脂肪酸がたっぷりと含まれています。◊ オメゴールドは家族全員で使えて、安全かつ効果的に必須栄養素のオメガ３系脂肪酸が摂取できる優れた製品です。

オメゴールドは脂溶性の抗酸化物質各種を豊富に含むオイルサプリメントです。植物から抽出した特製オイルを独自の配合でブレンドし、DHAとEPA、オメガ３系脂肪酸のほか、ビタミンDと一緒にソフトカプセルに詰めた、比類のないサプリメントです。

長鎖構造のオメガ３系脂肪は、世界的な注目を集める優れた栄養素です。ことの発端は、1970年代にデンマークの研究者 (Bang & Dyerburg) が行った脂肪摂取量と循環器系疾患の関係についての 研究でした。彼らは脂肪分の多い魚やアザラシ、クジラの皮下脂肪などを常食とする、イヌイットやグリーンランドの人々を研究対象に選びました。

その結果、驚くべき事実が分かりました。イヌイットの伝統的な食生活では、毎日15〜20gの脂肪を 摂取することになります。これほど脂肪分の多い食事をしながら、デンマーク人と比べて循環器系の病気になる確率がずっと低かったのです。

これには何か重要な鍵がある、と考えた研究者は血液検査を行いました。すると、エイコサペンタエン酸(EPA)とドコサヘキサエン酸 (DHA)の２種類の珍しいタイプの脂肪酸が血中に多く認められました。いずれもオメガ３系に属する長鎖構造の脂肪酸です。

循環器系の疾患による死亡率が高いのは、デンマークだけでなく、ヨーロッパの大半の地域も同様で す。彼らが摂取する脂肪はオメガ６系のポリ不飽和脂肪 (コーン油、ひまわり油、大豆油、ごま油、ピーナツ油、グレープシードオイルなどの植物油や穀類に 含まれる脂肪分) と、乳製品や肉類に由来する飽和脂肪が中心です。

同じヨーロッパでも、南の地中海側にはまた別の食文化が存在します。特にクレタ島の人々は比較的脂肪分の多い食事をしますが、健康で長生きする傾向があります。ある有名な研究 (Seven Countries Study) では、循環器系を含むあらゆる疾患で病死する確率が最も低いのは、クレタ島の男性であるという結果が 報告されています。

さらに東洋に目を向けると、長寿の国として世界的にも有名な日本があります。日本人の食事内容は脂肪の量は少ないものの、摂取量の大半が海産物に由来するオメガ３系脂肪です。

脂肪の摂取量に着目した場合、上にあげた３つの例には明らかな違いがあります。摂取量の多いイヌイット、中程度のクレタ島在住者、少ない日本人。しかし、オメガ３系脂肪酸のEPAやDHAをしっかり摂取しているという点では共通しています。

1970年代以降、世界中の科学者がオメガ３系脂肪酸の健康効果に関する研究を重ねてきました。オメガ３系脂肪の豊富な食生活は、心臓、関節、目、免疫系、皮膚、神経系の健康に役立つだけでなく、明るく健康的な気分と高齢期の認知能力を維持し、炎症に対する体の抵抗力を保ち、ひいては寿命を長くすると考えられています。◊

亜麻や麻、紅花、ヒユなどの実には、アルファリノレン酸(ALA)という短鎖構造のオメガ３系脂肪酸が含まれています。これも体に良い脂肪ですが、鎖構造の長いEPAやDHAほど持続的な有効性は備わっていません。体内でALAからEPAやDHAを生成する機能にも限界があるため、長鎖型のものを食

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

事から摂取するのが一番です。

オメガ３系脂肪酸の実力が続々と報告されていますが、総じて、出生前の胎児からお年寄りまで、どの世代でも健康維持に欠かせない栄養素であると言えるでしょう。◊

DHA—脳と心臓のためのオメガ３系脂肪酸

ライフプラスは1980年代の初頭から高品質の海産物由来のオメガ３系サプリメントを提供してきました。近年のさらなる研究で、オメガ３系でも最も鎖構造の長いDHAだけに備わっている特性が明確になりつつあります。人間の脳の60%は脂質から成り、その４分の１から３分の１はDHAが占めています。DHAは脳の細胞膜を構成する主要成分なのです。現代の食生活では、他のタイプの脂肪は過剰なほど摂取していても、DHAは不足する傾向があります。本来脳に存在するべき量のDHAが摂取できていない人はたくさんいます。DHAは、長い一生の始まりでも終盤においても、人間が人間たる能力、つまり認知能力の保護と維持に重要な要素となっています。◊

母乳にはDHAが含まれています。その含有量は、母親が食事から摂取するDHAの量と密接に関連しています。2004 年に発行された専門誌(Child Development, 7･8月号)　掲載のある研究によると、出生時に母親の血中DHA濃度が高かった子どもは、生後２年間の反応性の発達が通常より良好であったということです。

一方、高齢者では、血中のDHA濃度の低さが記憶力の低下と深く関わっています。2006年の専門誌 (Archives of Neurology, 10月号) で発表されたある介入試験では、健康状態の良好な高齢者層の記憶力維持にDHAの補給が明らかに有効であったという結果が報告されています。◊

就学期にある子どもたちや10代の青少年にも、勉学の成果を最大限に引き出すうえで、オメガ３系脂肪酸は欠かせません。魚が頭によい、という有名な迷信は、魚にDHAが含まれていることを考えれば、あながち的外れではないかも知れません。一方、ADHD (注意欠陥多動性障害) のある子どもについては、通常よりも血中のDHA濃度がかなり低いことも分かっています。

脳だけでなく、心筋にもEPAよりはるかに多くのDHAが存在します。DHAとEPAを補給すると、いずれも心筋内の濃度が高まります。血中のDHAは正常な状態にあるC反応性タンパク質(循環器系など体内の炎症を示す物質）や脂質の濃度、心拍などの維持に寄与しています。◊

実は、EPAは体内のDHAから生成できますが、EPAからDHAを作るのは非常に困難です。ライフプラスが他のどの製品よりも豊富なDHAにこだわり、海産物由来のオメガ３系脂肪サプリメントを開発した理由はここにもあります。

ビタミンDの重要性

オメゴールドはビタミンDがたっぷりと配合されている点でもユニークです。健康的な水準のビタミンDを確保することは大切ですが、実際子どもならどの程度、大人ならどの程度のビタミンDが必要なのかについては、まだまだ盛んな研究が続いています。というのも、従来ビタミンDは骨のために必要という認識が一般的でしたが、近年になって、細胞分化や良好な心理状態、関節や筋肉、免疫系の健康維持など、多様な機能に関与していることが指摘されているためです。◊

今から100年ほど前、くる病（ビタミンD不足による骨の病気）の予防に小さじ１杯のタラの肝油がよいとされていた頃、ビタミンDの必要量は400IUと言われていました。当時は体内のビタミンDの大部分が日光を浴びた皮膚で生成されていることは知られていませんでした。人間は夏場に日光を受けるだけで10,000～20,000IUのビタミンDを得ることができるのです。ところが、肌の老化や皮膚がんのリスクといった日焼けの弊害の方が先に知られるようになったため、日焼け止めを使う習慣が定着し、ビタミンD不足が問題となりました。食品から摂取できるビタミンDは少ないので、解決策としてはサプリメントの使用が適切です。オメゴールド１カプセルには800IUのビタミンD(同量のタラの肝油の８倍相当）が含まれています。今日の専門家によると、適切なビタミンDレベルを維持するには、大人でも子どもでも１日1600IU以上の摂取が必要とする意見が主流です。特に、夏に直射日光を避けている人や、冬の間は注意が必要です。ビタミンDはカルシウムの吸収と骨を支えるだけでなく、関節や循環器系、心理状態(特に冬期)を健康的に保つためにも欠かせない栄養素です。

強力な脂溶性抗酸化物質をブレンドした　ユニークな成分がオメガ３系脂肪酸とあなたの体を守ります！

オメゴールドにはさらに特筆すべき利点があります。それは、植物から抽出した脂質を独自の配合でブレンドした、特製オイルを使用していることです。この特別なブレンドオイルには、脂溶性の抗酸化物質がたっぷりと詰まっています。しかも、一般的に知られているものよりも格段に強力な抗酸化物質を選んであります。特製ブレンドオイルには、脂溶性抗酸化物質を含む様々な抽出オイルが使われています。それぞれ個別にビタミンEと比較すると、最低でも50倍、最高で5000倍にあたる効力を有します。また、オメゴールドに脂溶性の抗酸化物質を配合したのは、私たちの体が水に溶けるものと油に溶けるもの、この2種類の物質でできているからです。水と油が互いに溶け合うことはありません。ですから、全身に抗酸化物質を行き渡らせるには、水溶性と脂溶性の両方のタイプが必要です。例えば、プロアンセノルズは水溶性の抗酸化物質なので、水を介して体内の各所に運ばれます。

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

特製ブレンドオイルのような脂溶性の抗酸化物質は、油脂に溶けこむ必要があります。オメガ３系脂肪が主成分のオメゴールドにブレンドオイルを溶かしこんだのも、そのためです。さらに、抗酸化物質（一般的なビタミンEなどよりはるかに強力なタイプ）の存在によって、オメゴールドの鮮度も保たれるのです。特製オイルの原材料には、ごく少量で必要な抗酸化力を得られる優れたスパイスを使っています。クローブ、オレガノ、セージ、タイム、シナモンなど、どれも古くから伝統医療に使われてきた価値あるものばかりです。オメゴールドを守るブレンドオイルの抗酸化物質は、純度100％のビタミンEの６倍以上の効力を有します（ブランズウィック・ラボラトリーズ調べ、酸素ラジカル吸収能で比較）。

オメゴールドを２カプセル摂取しても、料理の味付けに使うスパイスそのものの抗酸化力を超過するほどではないので安心です。もちろん、アロマセラピーに使われるエッセンシャルオイルよりもはるかにマイルドです。

REFERENCES:

1. Helland IB et al. Maternal Supplementation With Very Long Chain n-3 Polyunsaturated Fatty Acids During Pregnancy and Lactation Augments Children's IQ at 4 Years of Age. Pediatrics. Vol. 111, pp. e39-e44, 2003.
2. Mori TA et al. Docosahexaenoic Acid but Not Eicosapentaenoic Acid Lowers Ambulatory Blood Pressure and Heart Rate in Humans. Hypertension. 1999; 34:253-260.
3. Kyle DJ et al. Low serum docosahexaenoic acid is a significant risk factor for Alzheimer's dementia. Lipids. 1999;34:S245.
4. Makrides M et al. Erythrocyte docosahexaenoic acid correlates with the visual response of healthy, term infants. Pediatr Res. 1993; 33(4 Pt 1):425-427.
5. Stordy BJ. Dark adaptation, motor skills, docosahexaenoic acid, and dyslexia. Am J Clin Nutr. 2000;71(1 Suppl):323S-326S.
6. Colombo J et al. Maternal DHA and the Development of Attention in Infancy and Toddlerhood. Child Development. 2004; 75 (4); 1254-1267.
7. ω-3 Fatty Acid Treatment in 174 Patients With Mild to Moderate Alzheimer Disease: OmegAD Study. A Randomized Double-blind Trial. Freund-Levi Y et al. Arch Neurol. 2006;63:1402-1408.
8. Kromhout D, et al. Food consumption patterns in the 1960s in seven countries. American Journal of Clinical Nutrition (1989) 49:889-894.
9. Bang HO and Dyerburg J: Lipid metabolism and ischemic heart disease in Greenland Eskimos. In: H.H. Draper (ed). Advances in Nutrition Research. Plenum Press, New York, 1980, pp. 1–22.

Supplement Facts

Serving Size	1 Softgel Capsule
Servings Per Container	60

Amount Per Serving		% Daily Value*
Calories	10	
Total Fat	1 g	1%*
Saturates	1 g	5%*
Trans Fat	0 g	
Cholesterol	4 mg	1%
Vitamin D	20 mcg	100%
Total Omega-3 Fatty Acids (Minimum)	600 mg	**
EPA (Eicosapentaenoic Acid)	90 mg	**
DHA (Docosahexaenoic Acid; Minimum)	430 mg	**
Mixed Tocopherols	11 mg	**
E-32 Essential Oil Blend	32 mg	**

*Percent Daily Values are based on 2,000 calorie diet.
**Daily Value not established.

INGREDIENTS: Fish Oil Concentrate (Anchovy, Sardine, Chub Mackerel), Capsule Shell (Gelatin, Glycerin (Vegetable), Water), E32 Essential Oil Blend (Oregano Oil, Clary Sage Oil, Spanish Thyme Oil, Clove Oil, Cinnamon Oil), Mixed Tocopherols (from Soy, including D-Alpha, D-Beta, D-Gamma, and D-Delta Tocopherols), and Vitamin D (Cholecalciferol; in Corn Oil).

オメガ3系脂肪酸のEPAおよびDHAの摂取が冠状動脈性心疾患のリスクを低減する可能性については、確証には至っていないものの支持的な研究が行われています。

US.SF2. MOD 1K

オメガ3系脂肪酸のEPAおよびDHAの摂取が冠状動脈性心疾患のリスクを低減する可能性については、確証には至っていないものの支持的な研究が行われています。

オメガ3系多価不飽和脂肪の豊富な高品質魚油濃縮物使用、EPA（エイコサペンタエン酸、1カプセルあたり60mg以上）およびDHA（ドコサヘキサエン酸、1カプセルあたり430mg以上）含有。

オメガ3系脂肪酸（特定の比率のDHAとEPA）、ビタミンD、抗酸化物質の豊富な特殊ブレンドオイルをソフトジェルカプセルに詰めました。

オメガ3系脂肪酸には発達上望ましい利点が多数ありますが、妊娠中期に入るまでは本品の使用はお避けください。妊娠中もしくは妊娠を希望している方、授乳中の方、医者による治療を受けている方、処方箋を服用されている方は、本品をご利用になる前に必ず担当医にご相談ください。

アレルギー関連情報：また、本品の取り扱い施設では、魚/甲殻類、大豆、乳製品を含む製品も製造されています。

お子様の手の届かないところに保管してください。

ご使用方法：ソフトジェルカプセル1個を1日に2回。

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

Lifeplus International • P.O. Box 3749, Batesville, Arkansas 72503 • 800-572-8446 • www.lifeplus.com

この文書はアメリカ合衆国内で使用・配布することを前提として作成されています。

© 2021 Lifeplus International. All rights reserved.

4999—JA-0521
US.SF2.MOD 1K