

幸野レター



2015.7月 第20号

◆トランス脂肪酸アメリカで使用禁止へ

悪玉コレステロール上昇の原因とされるトランス脂肪酸の食品への使用がアメリカで全面禁止となります。トランス脂肪酸はマーガリン、ケーキなどに使用される固まりにくい人工的な油です。(幸野レター第5号掲載) 以前より悪玉コレステロール(LDLコレステロール)の上昇には卵などよりトランス脂肪酸が関係していると言われていました。

アメリカでは特に使用が多く、LDLコレステロールの上昇から動脈硬化を起こし、心筋梗塞を発症する人が増加しています。一部ファーストフードなどには日本でもトランス脂肪酸が使われており、今後摂取を控える必要が高まりそうです。

◆健康・介護相談を開始しています

ご家族の足腰が弱ってしまって歩けない、物忘れが強くなった、介護保険に入るにはどうすればいいの？薬を続けなくてはいけないのに通院がつらくなった、など身近な困り事もお気軽に声をかけて下さい。予約対応ですが急ぎの場合はその場でもご相談に応じます。

発行 幸野メディカルクリニック
Tel03-3483-1808 (代表)
Tel03-3483-8976 (ドック・健診)