



現代人の食事では作られにくい脂肪酸

# ガンマリノレン酸 (GLA)

ガンマリノレン酸 (GLA) は、食事から摂取できる必須脂肪酸 (リノール酸) が体内で代謝され、作り出されます。さらに代謝が進むと、最終的にホルモンのような働きをするプロスタグランジン E1 になります。このホルモン様物質が炎症を抑え、アトピーやニキビの炎症を和らげます。ところが、マーガリン (水素添加された油) や、加工食品に含まれる一部の油は、この代謝を妨げてしまいます。



栄養機能食品 (ビタミン E) **60カプセル ¥2,000 (税別)**

## ガンマリノレン酸の代謝経路

マーガリンやショートニング、加工食品に含まれる一部の油が、この代謝を阻害します。



リノール酸

ガンマリノレン酸

プロスタグランジン E1

←リノール酸は、食事からとる必須脂肪酸の一種で、サフラワー油、ひまわり油、綿実油、大豆油、コーン油などに含まれます。

←炎症をおさえる働きがあります。

## こんな方におすすめ

食生活が気になる方、油の摂り過ぎが気になる方、肌の調子が気になる方は、ガンマリノレン酸をサプリメントで摂ると効果的です



GLAとは“ガンマリノレン酸”の略で、からだにとって大切な脂肪酸です。ポラージ草の種からとれるオイルで作りました。

配合成分：2カプセルあたり ・ガンマリノレン酸：120mg ●1日摂取量目安：2カプセル

natumetica

フリーダイヤル：0120-814-585 受付9:00～17:00 (土・日・祝日、年末年始を除く)