

今月のスタッフインタビューは「2020年の目標！」

Keep on dieting (岩田)

Speed up! (朝日)

Keep regular hours (千秋)

Have to lose weight (東野)

Calm mind (植西)

Safe delivery (影廣)

Get in shape (安食)

Become thin (小泉)

Develop oneself (阪口)

Cut off (輝夫先生)

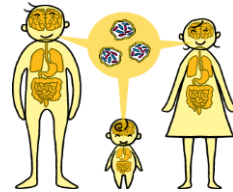
Take it easy!! (寺田)

Choose a good one (院長)

To challenge (事務長)

口は全身の入り口

だから口の中の「菌質」は、
全身の菌質を大きく左右します。

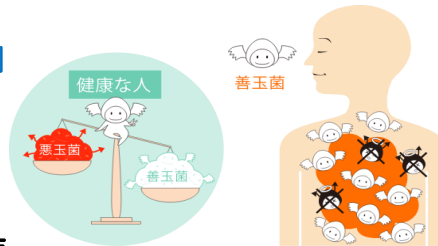


ヒトの体には約500種500兆個以上、重さに換算すると約2kgにもなる膨大な量と種類の菌が生息しています。体内菌のバランスが悪玉菌に優位な状態になってしまうと、様々な病気を引き起こすことがわかっています。

特に口は空気や水分・食物とともに様々な「菌」の入り口となる重要な部位です。口の中の歯周病菌という悪玉菌によって引き起こされる歯周病は心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病のリスクを高める深刻な病気だということも明らかになりました。口口の衛生と健康を悪玉菌から守ることが、全身の健康を守ることに繋がります。

そこで今話題の「バクテリアセラピー」

乳酸菌などの善玉菌を補給することで
体内菌のバランスを整え、歯周病などの
病気の治療や予防を行う医療技術です。



生きたロイテリ菌の特長

当院で取り扱っている**バイオガイアのロイテリ菌**は「細菌の指揮者」「スーパー乳酸菌」などと呼ばれることもある、特別な乳酸菌です。

ヒトの体にとって有害な悪玉菌を感知した時だけロイテリンという天然の抗菌物質を産生し、ビフィズス菌などのヒトにとって有益な常在菌に対してはこのロイテリンを産生しないため、体内菌の多様性を維持しながらカラダの善玉菌と悪玉菌のバランスを整えることができます。

ロイテリ菌がその力を発揮するには「**生きている**」ことがとても大切な条件になります。



バイオガイアが特許を保有し、日本で販売されているロイテリ菌の菌株には、プロテクトイス (DSM 17938)、ガストラス (DSM 17936、ATCC PTA 6475)、プロデンティス DS M 17938、ATCC PTA5289) の3種類があります。
その製品の全てが生きた乳酸菌を手軽に摂取できるようパッケージや商品形状などにこだわって製造され、WHO (世界保健機関) が認める「プロバイオティクス」の定義を満たしています。



カンタンでおいしいズ

七草がゆもいけど
ごはんできつみのついた
「ゴボウスープ」

主材料

ゴボウ…100g
タマネギ…80g
ごはん…50g
だし汁…450cc
白味噌…30g
バター…10g
青菜(チンゲン菜など)…適量
柚子…少々
鶏挽き肉…100g
酒…50cc
A 赤味噌…5g
みりん…少々
薄口しょうゆ…少々
卵黄…1/2個分
刻みネギ…15g
シウガ(搾り汁)…少々

作り方

- ①ゴボウとタマネギは荒みじん切りにしておく。
- ②鍋にバターを溶かしてタマネギを炒め、色が変わったら、さらにゴボウを入れて炒める。
- ③ゴボウに火が通ったら、ごはんのだし汁の半量弱 (200cc) を入れ、煮詰める。
- ④3に白味噌を入れ、ひと煮立ちさせてミキサーにかける。
- ⑤4を残りのだし汁と豆乳でのばして味を調える。
- ⑥鶏団子は材料をすべて混ぜ合わせて丸め、ゆでしておく。
- ⑦器に鶏団子、青菜、柚子を盛り、温めた5のスープを張る。



今月のおすすめは、
バイオガイア社

ロイテリ菌 (プロデンティス)

通常2,808円 ⇒税込2,527円!

