

膝痛の原因と対策！

これを知らなきゃ致命傷！



膝痛の原因と対策！

グルコサミンやコンドロイチンで膝の痛みが治らなかったのは、
なにも不思議なことではなかったのです！

神仙堂薬局

薬剤師・心理カウンセラー 鈴木邦昭

グルコサミンやコンドロイチンで膝痛が治らなかったのは
何も不思議なことではなかったのです。

Copyright © Sinsendo Inc. 2002～2011 All Right Reserved.

膝痛の原因と対策！

これを知らなきゃ致命傷！

膝が痛んだらグルコサミンやコンドロイチンだ。

もし、あなたがそう思われているのなら、このレポートはとても重要なものになるでしょう。

膝の痛みにグルコサミンやコンドロイチンという習慣だけではありません。

たとえば、骨粗しょう症という病気がありますが、これは、体内からカルシウムが奪われ骨が弱くなるために発症する病気です。そしてこの骨粗しょう症は、フィンランド、スウェーデン、イギリス、アメリカなど、乳製品の摂取量の多い国々で多い病気。

逆に、シンガポール、香港、南アフリカの黒人社会では、乳製品の摂取量は非常に少なく、かつ骨粗しょう症がほとんど見られません。つまり、乳製品をとればカルシウムが補える。骨が丈夫になるという話は迷信なのです。

「栄養学は足し算ではない」ということです。

このように、世の中では“ズレタ”常識がまかり通っています。そしてそれは、このグルコサミンやコンドロイチンも同じであり、私からすれば「なぜ、膝が痛むのにこれらを飲むのか？」それが理解できません。

このレポートをお読みいただければ、それがお解りいただけます。

また、膝の痛みの原因がご理解いただけるはずです。

そして、痛みの原因がわかれば、その対策もご理解いただき実行していただけるでしょう。

最後までお読みいただき、お役立ていただければ幸いです。

鈴木邦昭

グルコサミンやコンドロイチンで膝痛が治らなかったのは
何も不思議なことではなかったのです。

Copyright © Sinsendo Inc. 2002～2011 All Right Reserved.

膝痛の原因と対策！

これを知らなきゃ致命傷！

ひざが痛くなる原因は？

きっとあなたも、次のようなことでお悩みだと思います。

- ・ 動きはじめの痛み
- ・ 動かさないときの膝のコワバリ
- ・ 天気が悪いときの痛み（天気が悪くなる前の日から）

歩き始めや階段の上り下り、立ち上がる時にひざ関節が痛む。正座ができなかったり、ひざの内側を押すと痛いという方もいらっしゃると思います。

こういった症状について、一般には次のように説明がなされています。

~~~~~  
骨と骨がつながっている関節には、骨同士のつなぎ目に弾力のある関節軟骨があり、これがクッションの役目をしています。この関節軟骨は、加齢とともに弾力性が失われ、次第にすり減り変形していきます。その結果、骨と骨が直接ぶつかり合うようになり、痛みが生じます。

~~~~~  
こんな話を聞くと、誰もが「じゃあ、軟骨成分をとろう！」と思われるでしょう。そして、ほとんどの人は「軟骨」＝「グルコサミン」や「コンドロイチン」と思い込んでいますから、それに飛びつくのは仕方がないことです。

ひざの痛みの原因は、たしかに軟骨が弾力性をなくすことが原因です。

~~~~~  
軟骨が弾力をなくし、つぶれたり傷ついたりする。

すると、関節が動いたとき、軟骨の上下にある骨（硬骨）にいつもと違う刺激が伝わります。それで硬骨の組織が異常な増殖をおこしてしまいます。

そのため、骨が大きくなったり刺（とげ）をはやしたりと変形をおこすことになる。

~~~~~  
このように、ひざの痛みは、マチガイなく**軟骨の病気**であると言えます。

グルコサミンやコンドロイチンで膝痛が治らなかったのは
何も不思議なことではなかったのです。

Copyright © Sinsendo Inc. 2002～2011 All Right Reserved.

膝痛の原因と対策！ これを知らなきゃ致命傷！

以下、次のような目次になっております。

- ・ 年をとると背は縮む！
- ・ 骨も生まれ変わっている！
- ・ 丈夫(完全)なコラーゲンができるには？
- ・ 軟骨の構造は？
- ・ ヘチマタワシとこんにやく
- ・ ひざの痛み。その本当の原因は？
- ・ じゃあ、それだけでいいの？
- ・ 終わりに

たとえば、家を建てる時「基礎」と「柱」、「屋根」、「壁」が必要です。

「柱」と「壁」だけでは意味がありません。もちろん、「屋根」と「基礎」だけでもそれは同じです。「基礎」と「壁」でも役に立ちません。家を建てるには、これらすべてが必要。このことに異論がある人はいらっしやらないでしょう。

そして、グルコサミンやコンドロイチンとはそんなことだったのです。

最後になりますが、念のためまとめたいと思います。

ひざの痛みのために必要なこと。それは、

1. じゅうぶんな□□と△△をとる
2. ○○も不可欠
3. ✕✕をしないと軟骨に栄養は届かない
4. ※※が足りないと、軟骨に負担がかかるのは当然

ぜひ、参考にさせていただき、今すぐ取り組んでください。

きっと元気になります。

~~~~~

「参考にしてみたい」

そう思われた方は、パスワードをご請求ください。

グルコサミンやコンドロイチンで膝痛が治らなかったのは  
何も不思議なことではなかったのです。

Copyright © Sinsendo Inc. 2002～2011 All Right Reserved.