

本品、ネットルプラスの特徴についてご説明申し上げます。

まず、本品の原材料についてお話をさせていただきたいと存じます。

この商品は、名前の通り「ネットル」という植物が中心的な原材料になっています。

ネットルは、日本では「イラクサ」とよばれるシソ科の植物で、山間部などでは時折限にすることが出来る（ハーブ）です。しかし、この「ネットルプラス」に含有されております「ネットル」は厳密には日本の「イラクサ」ではなく「西洋イラクサ」といわれる同属別種の植物です。

ネットルの薬草としての歴史は古く、ヨーロッパではローマ時代から血液浄化作用と豊富なミネラル源として用いられてきました。このハーブは、薬効が顕著なだけでなく、きわめて安全なハーブで、妊娠中の栄養補給にも適しているハーブです。（注意：妊娠中の栄養補給の場合には、ハーブティーの形態がおすすです）

最近ヨーロッパでは、ハーブの臨床研究が盛んで、このネットルも花粉症の諸症状に効果があることが実証されました。しかし、ネットルならば何でもいいということではありません。臨床結果は、ネットルの「フレッシュフリーズドライ」の製剤で得られた実験データです。

\*摂取した58%の人に何らかの改善があったというデータがあります。（Mitman, 1990）

フレッシュフリーズドライというのは、名称のとおり、収穫後まもなくフリーズドライ加工された粉末のことを言います。ここで重要なのは、①新鮮な原材料を用いているということ②水分以外の全体の植物全体が摂取可能であるということです。また、本品に使用されているネットルは、これらの条件に③アメリカオーガニック団体 QAI 認証オーガニック原材料であるという特徴がプラスされています。

これからのサプリメントは、効果があるだけでなく、安全であることが求められることはいうまでもありません。

花粉症がアレルギーの一種であるということは異論はないと思います。

今回のネットルにプラスした2つのビタミンがあります。ひとつはカムカム由来のナチュラルビタミン C とピオチン（ビタミンH）です。

花粉症は、とにかく体内からの分泌物の排出を促進して、体内にあるアレルギーの素、アレルゲンを外に出そうとします。そうした分泌物と一緒に外に出してしまうビタミンが、ビタミンCなのです。

ビタミンCを豊富に含む植物に共通しているのは、赤い果実だということです。アセロラ、イチゴ、ローズヒップ、そしてカムカムみんな小さな赤い果実です。これには理由があって、ビタミンCという栄養素はこの赤色の色素であるアントシアニンやフラボノイドといっしょに摂取されるときにその効果を発揮します。自然には無駄がないとよくいわれますが、ナチュラルビタミンCという考え方は、できるだけこの

自然の恵みをそのままサプリメントとして摂取できるようにという考えに基づいています。ネットルプラスには、一粒あたり 100mg の野生種無農薬栽培カムカムの濃縮エキスが入っています。ここから 20mg のナチュラルビタミン C の摂取が可能です。日本の所定栄養所要量ではビタミン C は一日あたり 100mg の摂取が最低基準になっています。このネットルプラスをお飲みいただくだけで、一日のビタミン C 所要量の 60% をカバーすることができます。

参考までですが、最近の研究では、ビタミン C は一日 250mg 程度の摂取が望ましいといわれています。それも一回にとるのでなく、一定の時間内（8 時間程度を目安に）均等に摂取するのが望ましいとされています。全てをサプリメントで摂取するという考え方は基本的には好ましくありません。3 度の食事がベースであることはいうまでもありません。しかし、最近の食物栽培事情の悪化から、野菜や肉類にしてもかつての栄養素を含んでいないというのも現実です。そこでその足りない部分と現代のストレス社会で失われがちな栄養素を補うために開発されたのがサプリメントです。

当社では、ローズヒッププラスというナチュラルビタミン C を一粒あたり 40mg 含んだサプリメントがあります。この製品をネットルプラスに合わせてお使いいただくことで失われがちなビタミン C を上手に補給することができます。

さて次はビオチンです。ビオチンは最近の研究で、アレルギー全般に効果があることが証明されています。アトピー性皮膚炎、掌跖膿疱症、そして花粉症です。ビオチンの不足は、これらに共通しているのは代謝障害に由来する自己免疫疾患であるという点です。

すなわち、代謝のシステムに障害が起こり、本来体内において害がないものに対して、排出しようという信号が過度に体内でであるという状況です。

結論としては、ネットルプラスは、ネットルで花粉症の症状を抑え、失われがちなビタミン C を補い、花粉症体質の方に不足しがちなビタミン H、ビオチンを補うというものです。

本製品に含まれている原材料はみな、上限摂取量がありません。ビタミン C もビオチンも水溶性ビタミンですから体内に使用されない分は外に排出されます。また、上記にも書いたようにネットルはきわめて安全なハーブです。

しかし、サプリメントは飲めば飲むほどに効果があるというものではありません。むしろ、一日 3 回、8 時間おきにきちんと摂取することの方が大事です。どうしても症状が収まらない、花粉症の症状がひどい方は、一回に飲む分量を、2 粒～3 粒を上限に摂取してみてください。この際に、十分な水分とともに摂取することも大切なことです。