

サプリメント外来のお知らせ

健康診断では「異常なし」と言われるのに、「頭痛、肩こり、立ちくらみ、めまい、口内炎を繰り返す、朝なかなか起きられない、集中力がない、落ち込みやすい、風邪の治りが悪い」などの症状でつらい思いをされている方はいらっしゃらないでしょうか？

現在の健康診断では、検査値の高値については、「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」「肝機能障害」「高尿酸血症」などの診断名がついてきますが、低値についてはあまりコメントされてきません。しかし、現実には「鉄欠乏」「亜鉛欠乏」「ビタミン欠乏」「葉酸欠乏」などが報告され、上記のような多彩な症状が出現しています。これらの栄養の必要量については、置かれている状況などで個人個人違ってきますので簡単には診断できないのが現状です。

クリニックでは、皆様の「健康自主管理運動」のお手伝いをしたいと考えております。具体的にお手伝いできることは、以下の点です。

1) 栄養不足を早期に知るための健康診断

健康の基本は、「栄養」「運動」「休養」の3つです。運動不足と休養不足は自分自身で気づくことができますが、栄養不足はなかなか自分で気づくことができず、気づいた頃には深刻な栄養欠損になっていることが多いのです。そこで栄養不足があるかどうかの健康診断をお勧めします。

2) 現在の食事内容の栄養分析

デジタルカメラで3日分の食事を撮影してもらいます。この写真をインターネット経由で送信していただくと、管理栄養士がその食事内容を栄養分析し、食事の問題点や改善点などアドバイスをつけてお返しいたします。

3) サプリメントの選択

健診結果、食事内容の栄養分析などの結果をふまえ、総合的に診断し改善点を説明いたします。日常の食事の改善だけでは足りない分はサプリメントの指導もいたします。サプリメントの必要量は、置かれている環境（ストレスの大きさ）、健康状態などにより個人差が大きいため、オーダーメイドの処方が必要です。クリニックでは、安全性が高く、品質の良いサプリメントをそろえております。是非ご相談ください。





サプリメント外来は保険適応にはなりませんので、全額自己負担(自由診療)になります。

診察料；初診 5,400 円

再診 3,240 円

検査料；栄養不足を早期に知るための健康診断

基本健診；10,800 円 (税込)

基礎疾患のある方は追加項目が発生します。

サプリメント外来は予約制で行っております。

ご予約は お電話 03-6219-5688 にて承っております。

