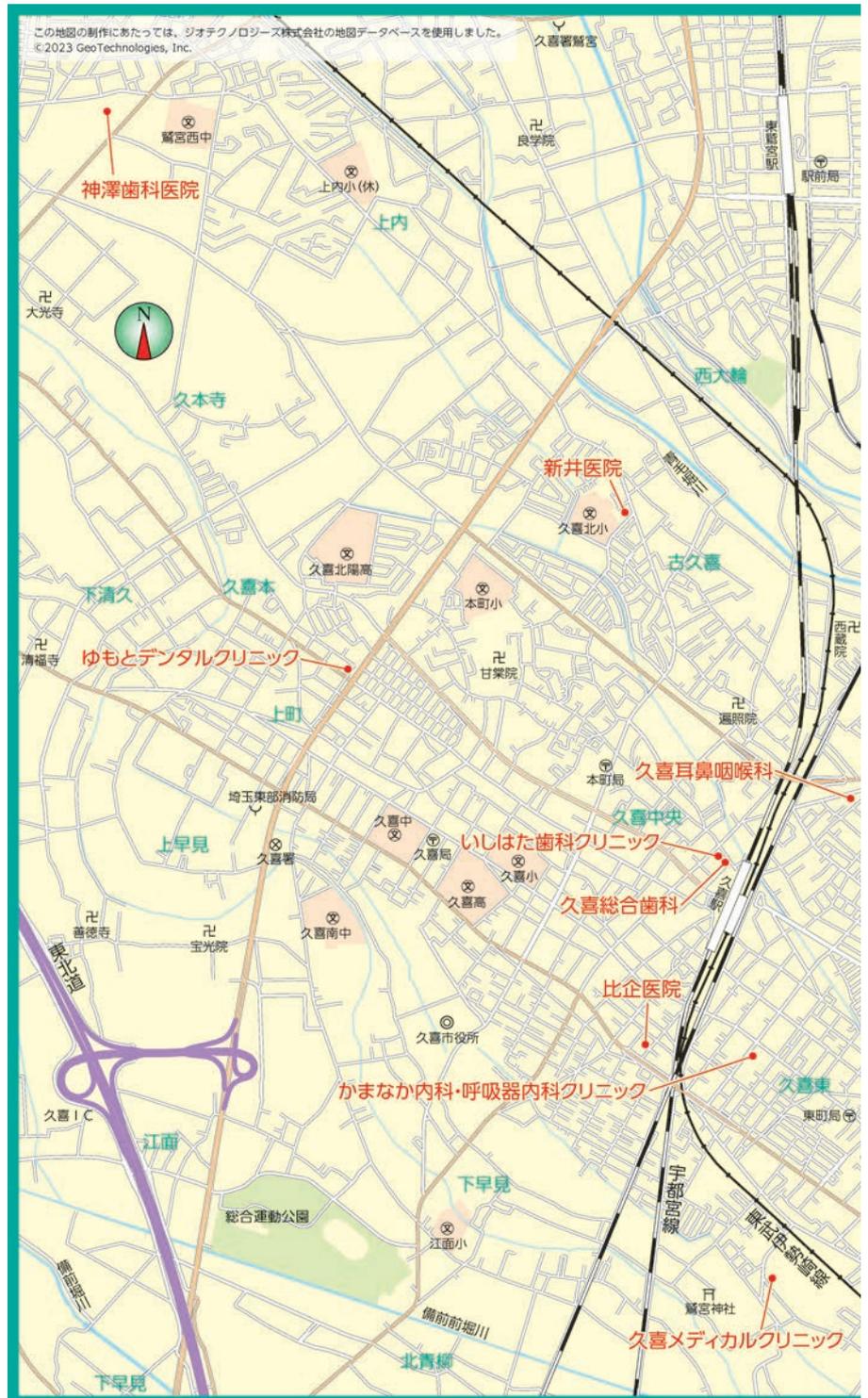




# 医療マップ (久喜エリア全体図)





# 医療マップ(久喜エリア全体図)

このページは医療施設の有料広告ページです

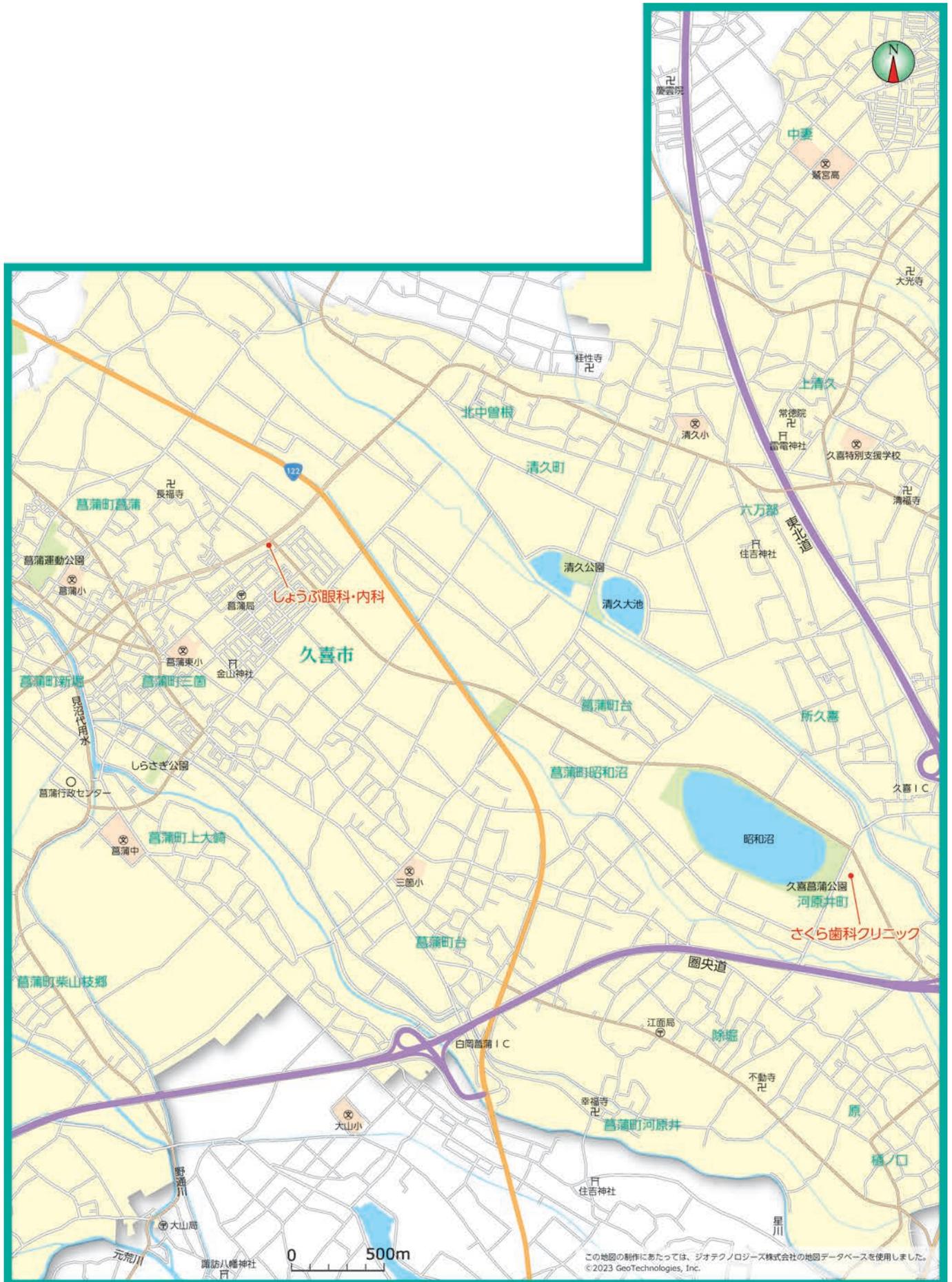


暮らしの広告





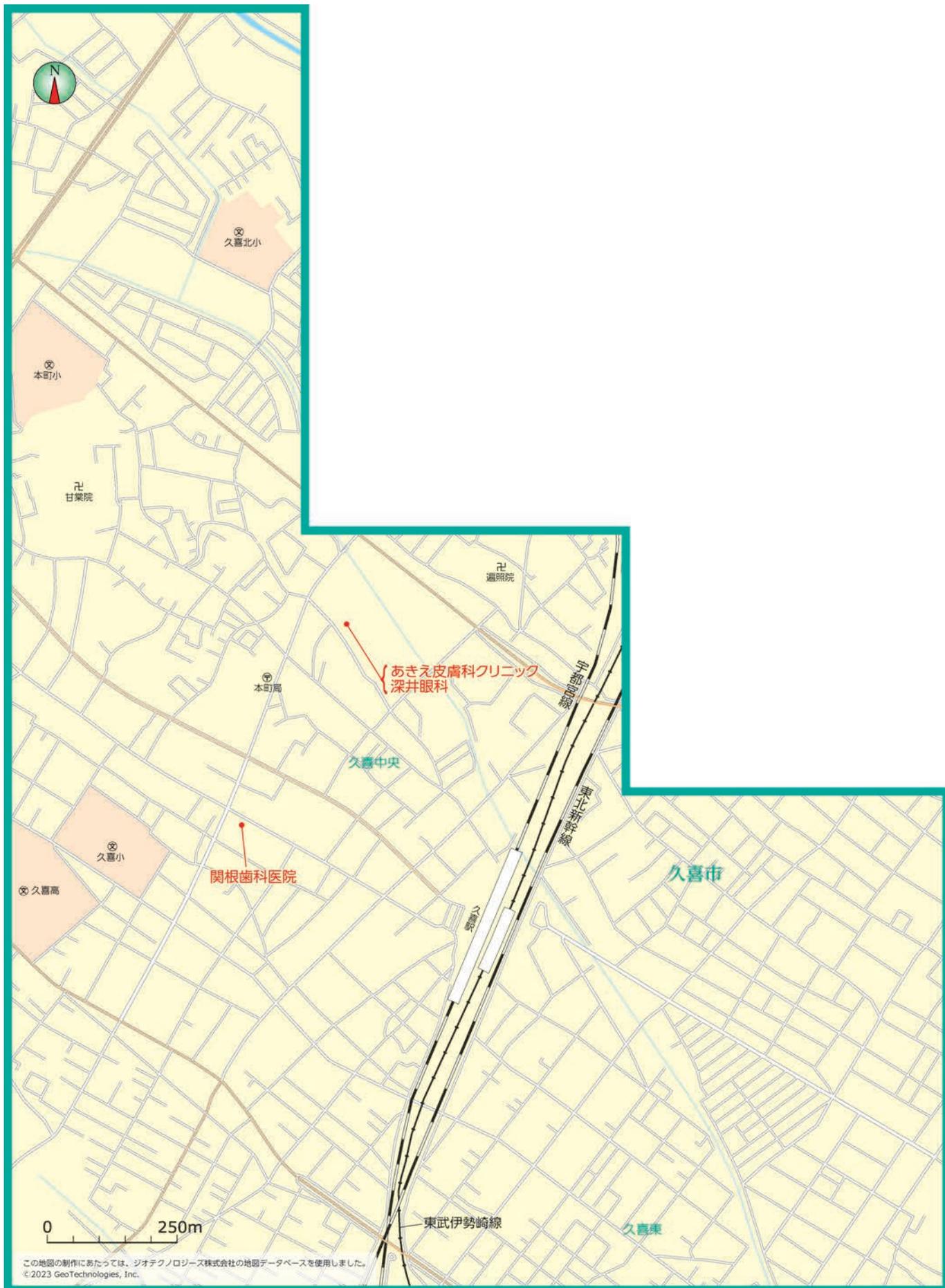
# 医療マップ(菖蒲エリア)





# 医療マップ (久喜駅エリア拡大図)

このページは医療施設の有料広告ページです





# 医療マップ(鷺宮エリア)





# 医療マップ(栗橋エリア)

このページは医療施設の有料広告ページです



## 脂質異常症

### ドロドロになった血液が病気を招く

血液中の脂質が増えすぎて血液がドロドロした状態になるのが「高脂血症」です。高脂血症を放置すると、コレステロールが血管の内側に蓄積して動脈硬化を進行させます。

### 動物性脂肪などの食べすぎが血管の老化を早める

HEALTH ADVICE

- ▶ 動物性脂肪やコレステロールを多く含む食品の取りすぎに注意しましょう。(卵、魚卵、霜降りの牛肉や、バター、マヨネーズ、チーズ、ラードなどは控えめに)
- ▶ コレステロールの吸収を抑え、排泄を促す食物繊維を積極的にとりましょう。
- ▶ 不飽和脂肪酸 (EPA,DHA) を積極的にとりましょう。(アジやサバ、イワシなどの青魚、エゴマ油、シソ油など)

