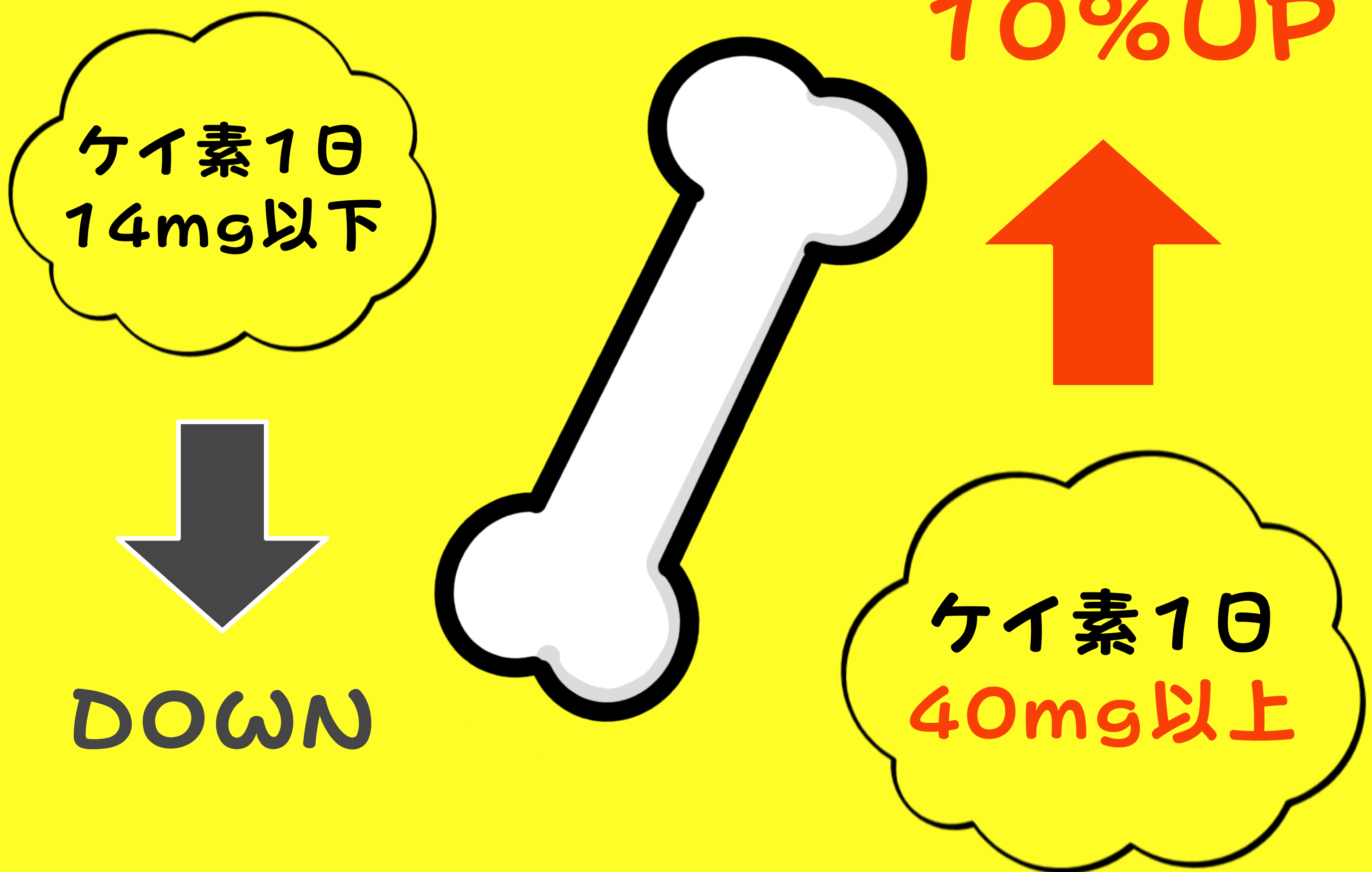


ケイ素と骨密度の関係

アメリカフラミンガム研究

調査対象：フラミンガム子孫研究の参加者2846名



カルシウムでの同じ実験では骨密度の差は5%だった

食事によるケイ素摂取量の骨密度への影響は
カルシウムよりも大きいことが判明しました!