



どうしてリンが高いといけないの??

秋もようやく深まってまいりました。
今号では、リンについて紹介します。



体の中での『リン』の働き

体内のリンのうち約 80%は歯や骨に存在しています。そして残り約 20%のうちほとんどが筋肉などに存在しています。

血液検査で『リン』はどのくらいだったらいいの??

目標値：3.5～5.0

血液中の『リン』が高いのを放っておくと…

リンが高いと副甲状腺ホルモン（骨からカルシウムを溶かして、体に不足しているカルシウムを補う働きがあります。）の分泌が過剰になり、骨が融解され（骨がもろくなります）、血管に沈着・石灰化を起こします。その為、心筋梗塞や脳梗塞になりやすくなります。

