

# ビタミンB群、足りていますか？

ビタミンB群のメンバーたち



ビタミンB群は、心と身体の健康を維持し、生きる為のエネルギーを作ります！

**不足すると・・・!!**

疲労感の増大・不眠・イライラ・うつ症状・集中力の低下・食欲不振  
・肌荒れ・皮膚炎・口角炎・口内炎・にきび・・・等々



そうなる前に、症状に合わせて効率的な補給をしましょう！



**疲労回復ビタミン！**

炭水化物（糖質）をエネルギーに変える。アルコールの代謝も助ける。昔は、これが足りずに『脚気（かっけ）』に。欠乏するとイライラしたり、精神不安定になったりすることもある。

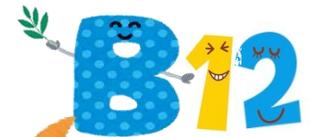


**発育のビタミン！**

糖質・脂質・たんぱく質からエネルギーを作り、細胞の再生を助け、健康な皮膚や髪・爪を作る。免疫力もアップ。成人病や肥満・糖尿病の予防にも。欠乏すると、口内（角）炎や肌荒れ。



タンパク質の代謝を促進することで皮膚の新陳代謝が活発になり、ハリ・つや・潤いのある若々しい肌になる助けをする。皮膚炎の予防にも。お酒を飲む人の脂肪肝予防や、女性の月経前症候群の改善にもオススメ！



**造血ビタミン！**

赤血球の減少による悪性貧血を防ぐ。神経機能の働きを助け、睡眠リズムを正常化する。欠乏すると集中力の低下やイライラ。また、食事が野菜に偏りがちな方に。

ビタミンB群は、単体では効果を発揮しにくく、まとめて摂取することで互いに助け合って機能します。

また、水溶性ビタミン（水に溶けやすい）は、体内の代謝で消費されなかった分は尿として排出されてしまい蓄積されませんので、継続して摂取することが大切です。



荒田ひふ科クリニック セレクト **ビタミンB**

**ビタミンB群配合 \*ノイロピタン錠**

**新規  
取扱い  
開始!!**

30日分 90錠  
(1回1錠 1日3回毎食後)

**1,080円(税込)**



《 定番の内服薬 》

ビタミンB1 \*アリナミンF錠

ビタミンB2 \*FAD錠

ビタミンB6 \*ピロキサーール錠



30日分 90錠

(1回1錠 1日3回毎食後)

**各 1,080円**  
(税込)

《 早い効き目は注射で 》

ビタミンB1 \*アリナミン注射

ビタミンB1・6・12 \*ジアイナミックス注射



1A(アンプル)

**各 2,160円**  
(税込)