

質問 ②

グルコサミンは効くの？



(回答)



飲んだグルコサミンがそのまま軟骨になる事はありません。

膝や腰の治療に通っているお年寄りから、ときどき聞かれるのがこの質問です。「効くと思って飲めば効くと思いますが、お勧めはしません」これが、わたしの答えです。グルコサミンが体に吸収される段階で、**軟骨成分はすべて分解されます**。そのまま軟骨になると勘違いしている方が多いようです。CMには、必ず小さな文字で（これは個人の感想であり、**効能を証明するものではありません**）と書いてあるはずですが。あれだけ宣伝にお金をかければ、高い薬になるのも無理はないですね。