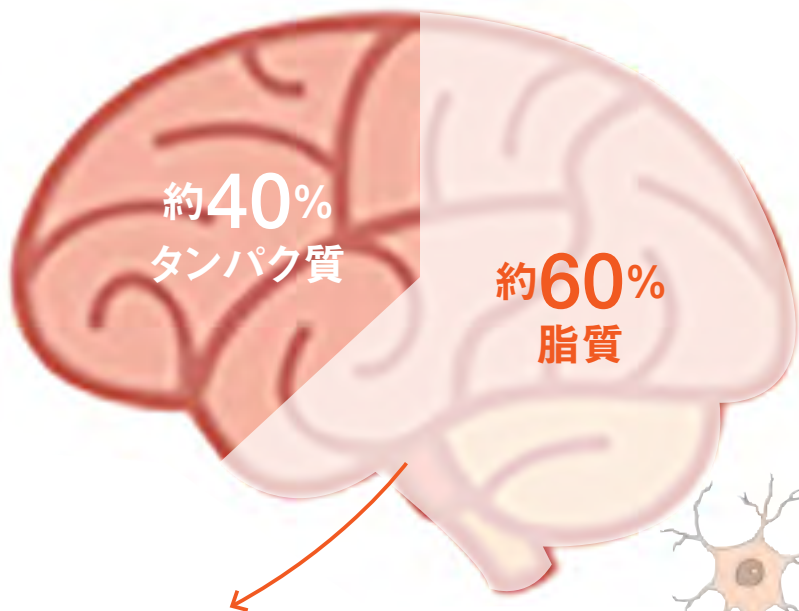


脳の成分



**脳は脂質の50%が
コレステロールでできている。**

ヒトの脳は、たんぱく質約40%、脂質約60%で構成されているが、脂質の約50%はコレステロール。DHAとともに脳神経の「軸索」を形成する材料となる。脳神経細胞はこの軸索を伸ばしなから成長し、シナプスと呼ばれる結合部位によって繋がっていくことで働きが活発になる。その原料となるのがコレステロールと卵黄に含まれるレシチン。これによって神経伝達物質であるアセチルコリンの分泌量が増え、記憶力の増強や認知症予防に役立つ。

