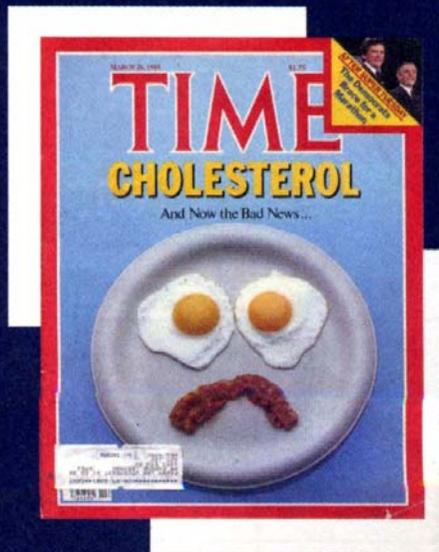


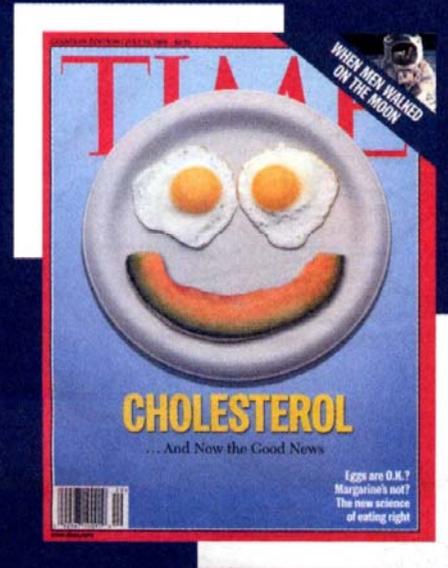
卵のコレステロールは心臓病のリスクを高めない
(2002年、卵は約30年ぶりに名誉回復をはたした。)

1984年



1968年アメリカ心臓協会は一週間に卵は3個までの食事勧告を出した。

1999年



卵のコレステロールは心臓病の原因ではないことが疫学研究で実証

2003年

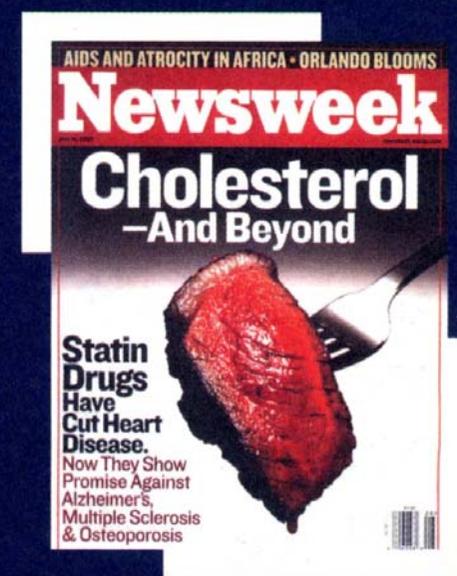


図1 卵はもはやコレステロールのシンボルではない。