



USANA
HEALTH SCIENCES



肝臓の疲れが夏バテを引き起こす?!

肝臓は「アルコールを解毒・分解したり老廃物を処理するところ」というイメージが強いのですが、私たちが元気に活動するための大量のエネルギーを生み出すことも、肝臓の重要な役割です。

【～肝臓の疲労が全身の疲労に～“肝臓疲労型”夏バテ】

猛暑による食欲減退や栄養の偏り、冷たいお酒や甘味飲料の飲み過ぎ、寝苦しい夜の寝不足など、夏場は肝臓を疲れさせる要因のオンパレード。肝臓にとって最もストレスの多い季節とされています。肝臓が疲労し、十分なエネルギーを生み出せなくなると「元気が出ない」「疲れがとれない」といった夏バテの症状となって現れます。あなたの漠然とした「疲労感」は肝臓の疲れが原因かもしれません。

過剰な飲酒

アルコールは肝臓で分解されます。過剰な飲酒はそれだけ肝臓に負担をかけます。

脂質過多の食事

脂質を消化するための胆汁は肝臓で作られます。脂質過多の食事は肝臓に負担をかけます。

生活環境による 活性酸素や喫煙

肝臓を疲れさせる 代表的な要因



運動不足

消費されない栄養はエネルギー源として蓄えられますが、その際に肝臓が働きます。

睡眠不足

肝臓は自律神経が働かない夜に休むと言われています。睡眠不足は肝臓にも負担がかかるのです。

活性酸素は紫外線やタバコ、ストレスなどにより発生し、肝臓にもダメージを与えます。タバコのニコチンは肺から吸収され、大部分が肝臓で代謝されるので喫煙も肝臓の負担となります。

40代からの 夏バテ対策

私たちの身体は猛暑や生活習慣に対応するために相当のエネルギーを使っています。コエンザイムQ10はエネルギー産生に関わる補酵素で、活発に活動する心臓、腎臓、肝臓に多く存在します。体内でのコエンザイムQ10生産量は20代をピークに40代では30%以上も減少してしまうことから、40代以上の夏バテ対策には、ヘパシルDTXのパワーに加えて“コキノ30”のサポートも重要です。



■コキノ30
【製品番号】123【内容量】44.8g(56カプセル)/1ボトル
【ポイント】45

ヘパシルDTXで「肝臓疲労型夏バテ」対策を。

シリマリンとブロッコリーの強カタッグで 疲れた肝臓をサポート。

ヘパシルDTXには、シリマリンとブロッコリー濃縮物のコンビだけでなく、緑茶濃縮物、オリーブ濃縮物、ウコン濃縮物などの抗酸化物質が豊富に配合されています。肝臓疲れ対策に、抗酸化物質の宝庫である“ヘパシルDTX”がパワフルサポートします。



シリマリン (マリアアザミ種子成分)

シリマリンとはマリアアザミというキク科の種子成分。肝臓をダメージから守るだけでなく、新しく元気な細胞の成長を促す働きが認められており、古くから西洋ハーブとして肝臓に使われてきました。ドイツでは肝臓の治療補助薬用植物医薬品として使用されています。

シリマリンには身体の内側から紫外線のダメージを軽減する働きもあります。昨今話題の美白サプリ、実はシリマリンが大きな役割を果たしています。明るく、透明感のある若々しいお肌を維持するためにも、シリマリンは積極的に取り入れたい栄養成分です。

ブロッコリー濃縮物

ブロッコリーなどのアブラナ科の野菜には、肝臓などの解毒酵素の分泌を促す成分が多く含まれています。



ヘパシルで 日焼け対策も



■ヘパシルDTX
【製品番号】135
【内容量】51g(84粒)/1ボトル
【ポイント】30

“ユサナニュース8月号を見ました”と言って頂ければ、**今だけ送料無料!**

期間:8/1(月)~9/2(金)

期間中、ヘパシルDTXを通常注文でご購入いただくと、電話・FAXでの注文にかかる送料648円が無料になります!一緒にご購入の製品も送料無料となりますので、どうぞこの機会に「肝臓の強い味方:ヘパシルDTX」をお試しください。

栄養科学の未来：食べ物は情報

人間は、生きている間に60トン~100トンの食べ物を食べると言われています。平均すると年間約1トンは食べている計算になります。食べ物を摂取することは、細胞に情報を提供し、細胞が生き続けるには欠かせません。でも残念ながら、その食べ物の中には、間違った情報を提供するものが含まれます。

不健康な食べ物や有害物質は、誤った情報を送り私たちの身体を混乱させてしまいます。味が濃いファーストフードやハンバーガーは、細胞に悪い影響を与える誤った情報となるわけです。しかし現実には、自分の身体に正しい情報だけを提供することは、正直なところ、現在の食生活では口で言うほど簡単ではありません。だから私たちの多くは、時に栄養価が最適とは言えない食事をして、ストレスが多い環境に対処しながら生活しています。

もし私たちの細胞が間違った情報ばかりを取り入れたら、どう対処すれば良いのでしょうか？ そのような場合、私たちの細胞は賢く、身体に害のある情報を防ぎ、健康を維持するために、細胞自体がカギをかけたようにロックする機能が備わっています。そして、様々な反応を活発にして、細胞はシグナルを送るのです。

ユサナの科学者は、細胞同士が互いにコミュニケーションをとる細胞シグナルについて研究を重ね、どのような栄養素を提供すれば、身体の本来もつ賢さをより効率的に使うことができるか理解を深めてきました。

ユサナの創立以来、ウェンツ博士を筆頭に細胞にこだわる科学者チームが、栄養科学の新しい時代を切り開く時が近づいています。その時代は8月25日の国際コンベンションから始まります。



The future of Nutritional Science; Food as Information

You'll eat between 60 tons and 100 tons of food in your lifetime. And every bite you consume is feeding your cells information—or misinformation.

Unhealthy food and environmental toxins are all delivering our cells nonsensical information that confuses our body. In other words, that tasty fast-food hamburger is actually giving our cells potentially damaging misinformation. So we want to make sure we're feeding our body the right information. But let's be honest: in today's society, for most of us, that's easier said than done. We're regularly eating meals that aren't the most nutritious. We're frequently exposing our bodies to damaging environmental toxins.

What are we to do, how are we to proceed when our cells are taking in all this misinformation?

Our cells are smart. And locked within our own cells are tools to keep us healthy. Like keys in locks, cells are sending signals to activate various physiological responses. USANA has thoroughly researched the cellular signaling process, and we really understand how that process works. USANA Scientists also figured out how to unlock the code to the way cells communicate with each other.

USANA scientists are focusing on leveraging the body's natural intelligence to create optimal health. What they've discovered will unlock a new era in nutritional science. And **that era will begin on Aug. 25 at the 2016 USANA International Convention.**