NATURAL HEALTH news

quest group

ナチュラル ヘルス ニュース

このニュースレターは、皆さまがより健康的で
充実したライフスタイルを送れるようサポートします

No.24
Autumn
2014

現代が生み出す病
副腎疲労と甲状腺機能障害

絶対に知っておきたい
認知症・アルツハイマー病の予防法

アンチエイジングのための食事
——糖化を防ぐ

HEALTHY LIVING
肌と腸の深い関係

期間限定
「ネオガード」4本セットで、
もれなくもう1本プレゼント!!

「ネオガード4+1スペシャル」
4本セットで、もれなくもう1本!!

9月1日〜10月31日限定の
お得な特別キャンペーン
▶詳しくは、本誌16-17頁へ。

CONTENTS

社長からの手紙 3

現代が生み出す病
副腎疲労と甲状腺機能障害 4

オンラインセミナー:
絶対に知っておきたい
認知症・アルツハイマー病の予防法 8

アンチエイジングのための食事
—糖化を防ぐ 12

天然の抗酸化剤「ネオガード」
お得な特別キャンペーン 16

ホリスティック栄養士マキャナのヘルシー・リビング
肌と腸の深い関係 18

クエスト・グループからのお知らせ 22-23

★女性の健康に関する無料オンラインセミナー開催

★あなたの体験談をシェアしませんか?
〜50ショッピングポイントプレゼント〜

★メールマガジン
「週刊ナチュラル・ヘルス・ニュース」発行

★フェイスブックのコミュニティーに参加しませんか?

体験談:

祖母のアルツハイマー型認知症が
驚くほど改善! 10

発作を克服し、妊娠、そして無事出産!
レイチェルのストーリー 20

社長からの手紙

ショパンと「ネオセル」の関係！？

私たちは、年々年を取りますが、いわゆる「熟年」と呼ばれる私の年代の人たちは、気分的にも「年齢」を感じるようになっています。元気がなくなったり、痛みが増えたり、思考力も以前のようにシャープでなくなったりするかも知れません。

私自身も、若い時に比べると、痛みが少し多くなったように思います。しかし、私はいくつになっても若々しくいられるよう、様々な努力をしています。健康によいものを食べて、運動をして、高品質のサプリメントを摂ると最高の気分になります。すると、病気にもなりにくく、マインドもシャープで、前向きでハッピーでいることができるようになります。このような状態だと、人生を最高に楽しむことができます。

最近、私は「ネオセル」の新たな効果に気づきました。私はピアノが趣味で、毎日ショパンの曲を弾くことで心身をリラックスさせていますが、以前は思い通りに指が動かないことがあり、イライラする場合がありました。しかし、「ネオセル」を摂り始めてからショパンの難曲もうまく弾けるようになったのです。そんな時は心が穏やかになり、非常に喜ばしい気分でいられます。

クエスト・グループは、最新のナチュラルな健康の情報と製品をご提供することで、皆様にそれぞれ充実した最高の人生をお送りいただくことを目指しています。

皆様のますますのご健康を祈って。

クレイグ・デイビス
クエスト・グループ社長

現代が生み出す病

副腎疲労と甲状腺機能障害

脳神経科医／自然療法医師
ロバート・ギブソン先生

睡眠は十分なはずなのに、疲労感が抜けず毎日ぐったりしてストレスを感じながら目覚める方はいませんか。そういう方は、コーヒーや炭酸飲料、栄養ドリンクなどの力を借りて無理矢理体を動かしても、一日中怒りっぽく、イライラしたり、大事なことを忘れて落ち込んだり、甘いものが食べたくてしかたがないのではないでしょうか。そしていつも頭がはっきりしないまま一日が過ぎ、寝つきもよくないことでしょう。

こんな毎日を過ごしている方は数百万人はいると思いますが、健康診断をしても特に問題がないと言われ、どうすればいいのか分からないまま過ごしているようです。もしあなたがこのように感じているならば、私は副腎疲労がその原因である可能性が高いと思います。

副腎は、ストレスによって放出されるホルモンに堪えるために闘争・逃走ホルモンを分泌します。甲状腺は、新陳代謝を促進する甲状腺ホルモンを生成・分泌し、このホルモンはたんぱく質を合成します。さらに、甲状腺は体が他のホルモンのバランスをコントロールするのを助けます。甲状腺が適切な量のホルモンを分泌しないと、他のホルモンにも影響します。これらのホルモンのバランスが乱れると重度の疲労を感じ

るだけではなく、様々な健康問題を引き起こしかねない状態を作り出す可能性があります。
この問題は、現在とても多くの人々に影響を与えており、経験したことのない人を見つけることはまれです。副腎、そして甲状腺の機能は、あらゆる面であなたの脳と体の健康に関係しています。しかし、心配は要りません。食生活や生活習慣を変え、また、ストレスを感じやすい考え方を見直すことでこれらの問題を改善することができるのです。

副腎と甲状腺の問題を理解する上で重要なこと:

1. 副腎や甲状腺の検査をして異常が見つかったとしても、その2つに問題があるのではなく、別のところに原因があります。
2. 甲状腺の薬は症状を抑えてくれますが、問題の根本的な原因は放置されたままです。薬は病気を治すものではなく、ほとんどの場合問題を悪化させます。
3. 副腎と甲状腺の問題は同時に起こることが多いのですが、私は同じ治療法で両方を改善してきました。
4. 私は、副腎疲労と甲状腺機能障害の主な原因は、栄養バランスが悪い食生活、慢性のストレス、慢性の炎症の3つと考えています。慢性の炎症は、過剰カロリーの摂取、血糖値の上昇、酸化ストレスなどが引き金となります。
5. 副腎と甲状腺に問題があると、アルツハイマー病などの神経変性疾患の危険性を大幅に増加させます。ホルモンのアンバランスや脳疾患などの重大な問題が新たに起こるのです。

副腎と甲状腺に問題があるときの症状:

1. 8時間寝ても、疲れが取れない
2. 厳しく食事制限をしているのに、体重が減らない
3. 健康的な食生活をしているのに太る
4. 気分の落ち込みや、不安、イライラなどを感じる
5. 頭がはっきりしない、ぼんやりしてしまう
6. 生理周期が不規則、PMS(月経前症候群)がある、性欲がない

副腎と甲状腺を回復させるには

副腎と甲状腺の問題を解決する最初の鍵は、正しい栄養を摂ることです。この2つが適切に機能するために必要な栄養をすべて摂取することが本当の治療であり、その結果治すことができます。しかし、食べ物は重要なポイントですが、それだけでは完全ではありません。

次に、食事以外に必要なステップを紹介します。

STEP1 私の必須プロトコル（「ナチュラル ヘルス ニュース」2014年夏号13頁参照）をしっかり実行してください。このプロトコルは、ホルモンバランスを整え、副腎と甲状腺の機能を正常にし、これらの問題の引き金となるストレスを緩和するのに必須です。ホルモンに問題がある患者には「ネオセル」が必要なため全員に摂取してもらいます。

STEP2 海苔、昆布、わかめなどの海藻を食べましょう。ヨウ素が豊富に含まれている他、副腎と甲状腺に必要な微量ミネラルも含まれています。「ネオパック」には、高品質の海藻類からのミネラルが配合されています。

STEP3 ココナッツオイルには、脳とホルモン分泌のために重要な栄養素が含まれています。また、代謝を上げ体重を減らすのを助けます。少なくとも1日大さじ一杯のココナッツオイルを摂取しましょう。

STEP4 卵やアボカド、豚骨や鶏ガラからとったスープ類など体に必要なコレステロールの素となる食べ物を毎日摂りましょう。放牧飼育された健康な動物の骨からとったスープは、腸を癒し、脳を活性化し、免疫機能を強化するのを助けるすばらしい万能治療薬です。

STEP5 コーヒー、炭酸飲料、栄養ドリンクは止めましょう。これらは、副腎を刺激し、症状を悪化させます。

STEP6 ポジティブになるための努力、瞑想、ヨガ、深呼吸などを繰り返して、ストレスを軽減しましょう。ストレスは、副腎と甲状腺の機能を最も悪化させるものです。

STEP7 「ネオセル」で脳の必須栄養素をしっかり摂りましょう。体のストレス反応は、ビタミンB12を多く消費するため不足しがちですので、「ネオエナジー」も加えるとさらに良いでしょう。

STEP 8 1日８時間の睡眠をとりましょう。必要なときは、短時間の昼寝も良いでしょう。

STEP 9 歯の詰め物のアマルガムに含まれる水銀、歯磨き粉に入っているフッ素、鎮痛剤に含まれる臭化物や水道水に添加されている塩素などの毒素を生活から排除しましょう。

STEP 10 日本で大きな問題となっている放射能から体を守るために、熟したブロッコリーとブロッコリースプラウトを一緒に食べましょう。

STEP 11 寄生虫を駆除しましょう。腸管内に寄生虫がいると副腎や甲状腺に重要なミネラルが届きません。寄生虫の駆除には、「でるもんねプログラム」をご利用ください。

身の回りや食べ物から有害な化学物質をなくせば、私たちはより健康になることができます。それと同時に、心の中からも不必要なものをなくしていきましょう。凝り固まった考えや否定的な考え方があると、それがストレスや不安感、悲観的な気持ちとして現われてきます。健康で前向きな考え方ができれば、それが現実を作るのです。あらゆる思考は、どう感じるかを決定するだけでなく、実際に体内で化学物質を作ります。もし「私は太っている」「病気である」「落ち込んでいる」「貧しい」「寂しい」などと言葉にすれば、体はそれを聞いていて、それが真実になるように動いていきます。意識的に心を前向きな考えで満たしていきましょう。そうすれば、否定的な考えが習慣的になっていたとしても前向きな考え方で上書きしていけば、心も健康になっていくことでしょう。

最善の食生活を実践し、さらに、「ネオセル」や「ネオパック」などで体と脳に栄養を補強して、良質な栄養をしっかり入れていきましょう。そして、ぜひこの情報をシェアしてください。このニュースレターをお友達に郵送したり、渡してあげてください。私のフェイスブックページを訪問して「いいね」をクリックしたり、ブログの記事をシェアして、「健康というギフト」をあなたの大切な人にプレゼントしましょう。

ギブソン先生のフェイスブックページ：
www.facebook.com/DrRobertGibson
ブログ：http://ameblo.jp/drgibson/

ドクター・ギブソンによる無料オンライン・セミナー

絶対に知っておきたい認知症・アルツハイマー病の予防法

日本では、65歳以上でアルツハイマー病にかかっている人は、1985年には人口の約1%でしたが、2008年には約7%に増加しました。
世界保健機関（WHO）の調査では、世界中で認知症を患っている人は3560万人に及んでいます。そして、高齢化が進む中、2030年にはその数は現在の2倍の6570万人に、2050年には3倍になると予測されています。

食生活の欧米化が、アルツハイマー病のリスクを増加させている！

さらに最近の研究では、認知症やアルツハイマー病になるリスク、あるいは、その進行度合いは、その人の食生活が大いに影響することが明確になりました。
認知症やアルツハイマー病は簡単に予防できます。ライフスタイルを少し変えるだけで、これらの病気になるリスクを劇的に減少することができます。
もし既にあなた、あるいは大切なご家族が、認知症やアルツハイマー病と診断されていたとしても、あきらめる必要はありません。そんな方にも望みがあります。私たちの脳は、適切な栄養を補給することで治癒し、改善できるという驚異的な能力を持っているからです。
脳神経科医／自然療法医師であるドクター・ギブソンは、今まで多くの人々がこれらの病気を予防し、治療するのを助けて来ました。

このセミナーでは、ドクター・ギブソンが今までの体験に基づき、以下のことをお話してくださいます。

- 認知症・アルツハイマー病治療の素晴らしい効果
- これらを未然に防ぐには？
- これらの病気の原因となる毒物や食べ物とは？
- 最新の効果的な自然療法のプロトコル

あなたもこのセミナーに参加して、幾つになっても若々しく、シャープな脳を保てる方法を学びませんか？　この素晴らしい機会をどうぞお見逃しなく！

Dr. Gibson

無料オンライン・セミナー
「絶対に知っておきたい、認知症・アルツハイマー病の予防法」

開催日時：10月15日（水）午後9時半～10時半まで
参加費：無料（ご自宅でインターネットがあれば、どなたでもご参加いただけます。）
参加申込と参加方法はこちらから▶ www.questgrp.net/jp/seminar/

参加された方の中から抽選で1名様に、ドクター・ギブソンとの1時間の無料相談をプレゼントいたします。
（無料相談は、スカイプにて通訳付きで行います）

ドクター・ギブソンのプロフィール：www.questgrp.net.jp/DrGibson
ブログ：http://ameblo.jp/drgibson/　フェイスブック：https://www.facebook.com/DrRobertGibson

祖母のアルツハイマー型認知症が驚くほど改善！

（京都府　はなちゃん）

私の「ネオセル」との出会いは、同居している８７歳の祖母が初めて徘徊した現場を体験した頃でした。
祖母は平成17年にアルツハイマー型認知症を発症し、事情があり３年前から孫である私の家で同居していました。
その頃、まだ少し寒い３月で、祖母は風邪を引き、咳がひどく喉も腫れていたのでいつもの内科で抗生剤を処方してもらいました。
いつもなら、「ジスロマック」が出るところですが、その日は、「オゼックス」が初めて処方され、飲んだよく朝には、少し昔の話を昨日の事のように話だし、
２日後、やはり咳がひどく、肺炎が怖いので、内科の主治医が追加で「アストラミン」と「ニピラジン」を処方しました。

すると、飲んだ、朝方５時・・・私の名前を呼びながら、おむつも自分でとってしまい、歩けないのに、介護用ベットから下りて、
「昨日は神社の社務所の裏で泊まったが、もうすぐ息子が迎えにくる。あんた今、帰ったんか？」
とハイテンションで話をはじめてしまい、すぐに私は、風邪の薬と認知症のお薬の兼ね合いだ！！と思いました。

その後、内科主治医・脳神経外科主治医と話、結果、脳の中枢神経に薬が作用してしまい、医学用語で譫妄（せんもう）いわゆる、徘徊を始めたとの事でした。
正直、原因が薬だとは分かってはいても、変わっていく、祖母を見るのがやりきれず、その体験をフェイスブックにアップしました。
その私の投稿をみて、いつも東京でお世話になっている0先生から、
「もしよければ、騙されたと思って、ネオセル、プレゼントするからおばあちゃんに飲ませてみて」といってもらい、それが「ネオセル」との出会いになりました。
正直、0先生のお気持ちはすごく嬉しかったのですが、薬系にとても敏感になっていた時期なので、はじめは少し心配していました。

「ネオセル」の瓶に書かれてある成分を自分なりに調べ、セントジョーンズワートが入っていることが分かりました。それで、今度は、セントジョーンズワートを調べ、かかりつけの薬剤師とも相談し、飲み合わせが少し心配な薬も祖母はクリアしていたので、飲ませはじめました。朝と夕、大さじ一杯を水で割り・・
「お婆ちゃん、良薬、口に苦しやで～」といって飲ませました。

飲ませて三日後、祖母はよしもと新喜劇のテレビをみて、声を出して笑っていたのです。正直びっくりしました。
今までは、耳が遠いだけでなく、テレビの内容が理解できずに、ただ、ぼぉ～と観ていたのですが・・・
「声を出して笑うとは、脳がテレビの内容を理解している。すごいなぁ～」と衝撃でした。

それからまた、一週間後、いつもきてくれているヘルパーさんが、4歳の私の娘と祖母の会話が聞こえてきてびっくりしたといってくれました。
「3年、こちらに来ていますが、初めてですね・・。」と。
今までは、4歳の娘との会話もままならずだったのが、大人としての対応を祖母がしていたというのです。

一か月経った頃には、デイケアのスタッフさんが、「最近、お婆さま、デイケアでも調子よく、神経衰弱のトランプも一位を取られたり、ぼぉーとすることも少なくなり、進んでレクレーションにも参加されていますが、何か家でありましたか?」と聞かれるほどになりました。

その後、「ネオセル」の効果に主人も驚き、「最近、加齢による物忘れがひどいから僕も飲む」といって飲み始め、祖母の変化に気付いた隣人の奥さんも、飲み始めました。

勿論、片頭痛もちの私も飲んでいます(*^_^*)
色んなサプリメントがありますが、本当に「ネオセル」に出会えて良かったです。
0先生、ありがとうございました。

アンチエイジングのための食事

—糖化を防ぐ—

糖質（炭水化物、砂糖、異性化糖*など）の過剰摂取が老化を早めるということをご存知ですか

*注：異性化糖：ブドウ糖果糖液糖、果糖ブドウ糖液糖などと表示されるデンプンから生成される糖

糖質とタンパク質や脂質が結びつくことを糖化作用といいますが、これは酵素の働きを介して適切に行われれば体へのダメージはありません。しかし、水のない状態でタンパク質と糖質を調理するとAGEsまたはAGE（Advanced Glycation End Products＝終末糖化産物）と呼ばれる有害な食品分子が作られます。
さらに、AGEsは食べ物から作られるだけでなく、正常な代謝や老化で体内でも作られます。

炭水化物は、単体でも複合体でもエネルギーに重要な物質です。ところが、その一部が過剰になって血中にブドウ糖として溢れだすと、人間の体の細胞や組織を作っているタンパク質に糖が結びつき、体温により「糖化」が起こります。タンパク質は体内のいたる所に存在するため、糖質と結びつくことで、体内での糖化によるダメージが大きな問題になる可能性があります。

しかし、糖化のプロセスは、何を食べるか、そして、その調理法によって遅らせることができるのです。

過去30年間で、糖の消費量は劇的に増加しました。特に、加工食品に添加される糖が増加しています。加工食品に使われる果糖や異性化糖などの糖分は、野菜や果物に自然に存在するブドウ糖に比べ、10倍以上も高い割合で有害なAGEsを生成するのです。

AGEsの体への影響

老化の主な原因は、活性酸素による酸化ストレスです。さらにほとんどのAGEsも、同様の酸化状態で生成されます。AGEsは、細胞やDNAをダメージを与えます。ですから、このようなダメージに対抗するためにも、あなたの体に抗酸化物質が十分にあることが重要です。

AGEsは、次のような病気の発症と悪化の主な原因と考えられています。

- アルツハイマー病
- がん
- 心臓病
- II型糖尿病
- 腎臓疾患
- アテローム性動脈硬化症
- 高血圧
- 脳卒中
- 視覚障害
- ED(勃起障害)
- 肌の老化

中でもアルツハイマー病は、記憶力の喪失と思考能力の欠如が起こるため高齢者が一番怖れる病気であり、現在、65歳以上の認知症の最も一般的な原因となっています。AGEsの生成と酸化ダメージは、アルツハイマー病に関連するアミロイド斑の形成に深く関わっています。

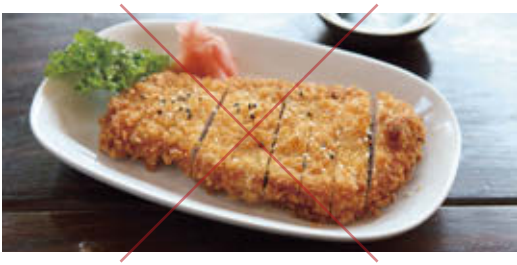
また心臓病は、現在日本人の死因の第2位となっていますが、AGEsはアテローム性動脈硬化プラークを形成して血管にダメージを与え、心臓病の原因となるだけでなく、高血圧、脳卒中、勃起障害のリスクを増加させています。

AGEsから自分や家族を守るには

AGEsの生成には、タンパク質と糖質が関与していますが、糖質の過剰摂取が問題の本当の原因です。AGEsを減らすのに役立ついくつかのヒントをお伝えします。

1 糖質、特に砂糖の摂取を減らしましょう。アメリカ栄養士会とアメリカ糖尿病学会は、砂糖の摂取がアルツハイマー病などの変性疾患の主要な原因の1つであるとしています。

2 生の野菜や果物を食べましょう。調理する場合は、煮たり、蒸したりしましょう。水は糖がタンパク質と結合するのを防ぐため、生の果物や野菜を食べたり、水を使って調理したり、蒸すことでAGEsの生成を防いでくれます。



3 きつね色に焼けた加工食品の摂取は、少なめにしましょう。食品メーカーは、味を良くし、美味しく見えるように糖を酸化させてきつね色に仕上げる技術を持っています。こうした技術は、加工食品に含まれるAGEsを増加させます。

4 肉は低温でゆっくり調理しましょう。揚げたり、オーブンなど高温での調理は、AGEsがより多く生成されます。

5 商品を購入する際は成分表示を確認し、異性化糖（ブドウ糖果糖液糖、果糖ブドウ糖液糖など）が含まれているものは避けるようにしましょう。

6 水を飲みましょう。清涼飲料水、スポーツドリンクが糖の過剰摂取の大きな原因である場合が多いようです。飲み物を水に切り替えることで、糖の過剰摂取を減らすだけでなく、健康にも良い影響をもたらします。

7 「ネオガード」を摂りましょう。「ネオガード」に含まれている高質の抗酸化物質は、酸化とAGEsによるダメージを軽減します。

8 「ネオパック」と「ネオセル」を摂りましょう。これらに含まれているビタミンB6は、タンパク質と糖が結合する初期の段階で合成を阻害する作用を持ったビタミンであることが、臨床的に示されています。

AGEsがどんなに健康に有害であることを知らない方も多いと思います。食品メーカーは、これまで何十年も、製品の風味を高めて売るために美味しそうな色に焼けた食べ物を提供してきました。そこにAGEsが含まれていても、私たち消費者に知らせることは決してありません。

老化を遅らせ、様々な病気のリスクを減らすためにも、これら8つのヒントを参考にされることをお勧めします。「ネオガード」やその他の栄養補強を活用して酸化ダメージを減らし、いつまでも健康で若々しくお過ごし下さい。

なお、AGEs（終末糖化産物）に関する日本語での詳しい説明は、こちらをご参考ください。
http://www.age-sokutei.jp/

「ネオソースシリーズ」の「ネオガード」です。その

「ネオガード」は、命を守る抗酸化剤で、以下のような働きをします

- 免疫力を強化する
- 細胞を酸化によるダメージから守る
- ダメージした細胞を修復する
- 慢性疾患を予防する

なぜ抗酸化剤は、効果があるのでしょうか？

抗酸化剤は活性酸素と戦います。活性酸素は細胞から電子を奪い、DNAを攻撃し、酸化させ、細胞のエネルギー工場とも呼ばれているミトコンドリアも酸化させます。それにより、体からエネルギーと活力を奪い、ダメージを与えます。活性酸素を早く除去しないと、健康な細胞にさらに大きなダメージを与えるという連鎖反応を起こしてしまいます。そして、これらの活性酸素によるダメージが私たちを老化させるのです。

「ネオガード」に含まれる抗酸化物は、私たちの体が本来持っている病気を予防する能力をサポートします。さらに、活性酸素によるダメージから体を守り、老化のプロセスを遅くします。「ネオガード」を毎日しっかりと摂取しましょう。「ネオパック」と一緒に摂ると、さらにパワフルなアンチエイジング効果も期待できます。

「ネオガード」に入っているいくつかの栄養素のうちビタミンCなどの抗酸化剤は、いったん体内で吸収されるとすぐに消費されます。最高の効果を得るためには、「ネオガード」は1日３回食事時に飲むことをお勧めします。

中で、最も人気の製品は、理由はなぜでしょうか？

9月1日～10月31日限定のお得な特別キャンペーン

「ネオガード」４本セットをお求めの方に、もれなくもう1本プレゼントいたします！

「ネオガード」
4+1
スペシャル
品番：4024P
価格：$200

肌と腸の深い関係

マキャナ・ゴードン
CHN（認定ホリスティック栄養士）、
トータルヘルシーレシピ.com の創始者、著者、3児の母。
健康で元気いっぱいのライフスタイルを送るのに役立つ、
マキャナの健康アドバイスなどをぜひご活用ください。

にきび、湿疹、乾癬などの皮膚疾患の解決方法をなかなか見つけられずに困っている方はいませんか？　私が肌の悩みを抱えていた10代の時に腸の健康と肌の関係を知っていたのなら、鏡を見るたびに溜息がでていた湿疹はすぐに解決できていたことでしょう。しかし、この腸と肌との健康の関係は最近分かったことではなく、一般的に知られていないだけなのです。

健康な腸には、免疫系の70～80%が存在しています。消化システムが適切に機能していたら免疫もきちんと働くため、健康状態が良好なはずです。

しかし、現代は、加工食品、環境汚染、化学物質、精神的ストレスなどで腸へ負担をかける機会が多く、腸内環境を悪化させています。これにより腸の粘膜に穴が開いたような状態になり、毒素や化学物質、細菌、寄生虫などが、腸の粘膜を通り抜ける場合があります。これが、リーキーガット（腸管壁浸漏）症候群と言われるもので、食物アレルギー、および、関節炎などの症状に関係します。

私たちの体は、主に消化器官（腸）、皮膚、そして肺から不要なものや毒素を排出しています。しかし腸に穴が開いたような状況のときは、消化器官はその役割を果たすことができないため、皮膚と肺から排出しなければなりません。これが皮膚においては、湿疹、ニキビ、乾癬、かぶれなど様々な形で現れてくるのです。痒みや見た目の問題など、皮膚の症状は色々な意味で辛いものですが、腸に問題があるかぎり皮膚は元には戻らず、また肺も影響を受けるため、喘息などの呼吸器官に症状が出ることもあります。

どんな皮膚の問題も、腸の健康と関係のないものはありません。つまり腸を健康な状態に戻してあげれば、皮膚の問題を解決できるのです。

腸を健康にするためには、食事内容を見直しストレスを軽減させることが必要です。まず加工食品を完全に除去し、高品質のビタミンやミネラル、オメガ3脂肪酸、プロバイオティクスを摂ることで、消化器官を健康な状態に戻しましょう。

しかし、食事から加工食品をすべて除去することは、なかなか難しいものです。その場合は、白砂糖、精製した小麦粉から作ったパン、うどん、パスタ、カフェイン、乳製品だけは少なくとも避けて下さい。

ストレスの軽減や睡眠の質を改善することもまた、回復の助けになるでしょう。皮膚の問題がストレスの高い時に悪化することを感じている方も多いかもしれません。ストレスと寝不足が健康な腸内細菌を減らし、消化機能に問題を引き起こしているために皮膚は悪化するのです。

前述のように、食生活を変えるだけでもある程度の効果はありますが、いったん問題が起きた腸を健康な状態に戻すのにはとても時間がかかります。そこで、全て天然成分で作られた腸内クレンジング「でるもんねプログラム」を活用して回復を図りましょう。私は、栄養士として食生活から加工食品を除去しながら「でるもんねプログラム」をすることを指導し、2〜4週間で肌の問題が改善していく人を多くみてきました。

「でるもんねプログラム」が終わって腸内環境が改善したら、その状態を維持するためにプロバイオティクス（「でるサポート」、または「おなかサポートチュアブル」）の摂取と健康な食生活を続けていきましょう。肌に湿疹などの問題がある子どもたちには、腸内クレンジングではなく、「ネオガードチュアブル」と「おなかサポートチュアブル」を食事に加えてください。

健康できれいな肌を望むなら、毒性のある処方薬や「ニキビ肌用」などと書かれた化学物質を含むスキンケア製品を外から塗るのではなく、体の中の腸からきれいにしていく必要があります。ニキビ肌の人は、自分の腸は「ニキビ腸」だと思って下さい。まずは腸を健康にしましょう。そして、健康的な食事を続けることで肌の問題から解放され、健やかな肌をいつまでも保つことが出来るでしょう。

ユタ州のレイチェル・ポールさんは、8月9日に、健康な男児を出産しました。しかし、ここまでに至るのに、レイチェルはある深刻な健康問題を克服しています。親子でどのように問題を克服したのか、その感動のストーリーをご紹介します。

ドクター・ギブソンへ

先生のおかげで、無事に3240グラムの健康な男児を出産できたことを心からお礼を申し上げます。

発作の薬を止めることができ、妊娠でき、そして、妊娠中も問題なく過ごせたのも先生が助けてくださったからです。

先生と出会い、先生が助けてくださったことで、私たち家族の人生が劇的に変わりました。言葉では表現し尽くせないほど感謝しています。

レイチェル・ポール

発作を克服し、妊娠、そして無事出産！

（ユタ州、レイチェルの母）

2011年11月、19歳だった娘のレイチェルは、発作を起こし、何度か気絶しました。当時、大学に通い、仕事もしていましたが、いつ発作が起こるか分からないため、大学も休学し、仕事もやめなければなりませんでした。そして、運転免許も取り上げられました。主治医の薦める神経科医にかかったところ、その先生は発作をとめる薬を処方しただけでした。

最初の薬は、うつ症状や心配性になるという恐ろしい副作用がありました。レイチェルは、その薬を飲み出してから、すべての物事におびえ、心配していました。いつも幸せそうで、社交的でアクティブだった娘は、いつもびくびくして、引きこもりになってしまったのです。1日のうち何時間も自分の部屋に鍵をかけて、閉じこもるようになってしまいました。そこで、私が医者に連絡し、薬を変えてもらいました。

次の薬を服用し始めてから、2週間以内に、レイチェルに酷い反応が出しました。全身に湿疹が出て数日入院しなければなりませんでした。この薬で湿疹が出ると、命が危ぶまれる可能性があるのです。

その後、医者は、レイチェルにさらに別の薬を処方しましたが、その薬で、娘はすっかり無気力になり、さらに吐き気をもよおすようになりました。あんなに明るく、活発だった娘はすっかり別人となり、廃人のようになってしまったのです。

2つ目の薬での湿疹反応以来、私は代替医療での治療についてのリサーチを始めました。そして、発作の原因には、数千という原因があることが分かりました。少しずつ違うことを試し、どれが効果的かを見てみることにしました。ある自然療法医師をみつけて、診断してもらったところ、その医者は、レイチェルのいくつかのホルモンのバランスが乱れていることを見つけました。

サプリメントを加え、食事を改善することで、娘のホルモンは正常になりました。その後、30日間の消化システムのクレンジング「でるもんねプログラム」を行いました。さらに彼女の医者は、食生活での有毒物質をすべて除去するよう、アドバイスしました。娘は、普段から健康によいものを取っていましたが、加工食品を一切食べるのをやめて、ホールフーズ(なるべく自然の状態に近い食品)のみを食べるようになりました。これが、彼女の状態を非常に改善するのに役立ちました。発作が少なくなり、気分が向上しました。

彼女の状態が安定し、日常生活を問題なく送れるための薬を見つけるのに、1年ぐらいかかりました。それから、私は、娘が発作の薬を取らなくてもよくなる方法を模索し始めました。

2012年8月、自然療法医師を探している時に、私の住む町で開業していた、ドクター・ギブソンを見つけました。ドクター・ギブソンは、まずは「ネオセル」で、レイチェルの脳を修復することから始めました。さらに、レントゲンを撮って、上から3番目の頚椎の位置がずれていることが、発作の原因であることと断定しました。彼女の頚椎がねじれていたのです。

それから、カイロプラクターでもあるドクターギブソンによる首の調整、ホールフーズの食事、「ネオパック」と「ネオセル」を摂って、レイチェルは、2012年11月に発作の薬をやめることができたのです。2013年1月の彼女の結婚式の時には、すっかり元気になっていました。

その後、レイチェルは妊娠し、妊娠中も「ネオパック」、「ネオガード」、「でるサポート」を毎日摂ることで、必要な栄養を補い、健康な赤ちゃんを産めるように準備していました。そして嬉しいことに、2014年8月9日に健康で可愛いベビーが誕生したのです。レイチェルは、この2年間全く発作を起さず、とても健康に生活しています。

女子力アップ！
いつまでも若々しく、元気でエネルギッシュに生きられるコツ

女性の健康に関する無料オンラインセミナー開催
11月19日(水)午後9時半から10時半まで

疲れ、倦怠感、やる気が出ない、生理前や生理中の気分の浮き沈み、激しい腹痛や頭痛、記憶力の衰えなどで、お悩みの方も多いのではないでしょうか。

しかし、これらの問題も改善することができるのです。

クエスト・グループ主催のオンラインセミナーでは、次のような女性ならではの健康問題を改善する方法をお伝えいたします。

＊副腎と甲状腺の機能を改善する方法

＊ホルモンバランスを整えるには？

＊生理前症候群の症状を緩和する方法

●詳細とご登録はこちらからどうぞ。

www.questgrp.net/jp/seminar

大好評！無料オンラインセミナー

セミナーは、一般の方に公開していますので、どなたでもご参加いただくことができます。
ぜひご家族の方やお友達に気軽にご紹介ください。
過去のセミナーは、クエスト社のホームページのリンクからYouTubeでご覧頂けます。

あなたの体験談をシェアしませんか？ ～50ショッピングポイントプレゼント～

クエスト・グループのネオソース製品やプログラムによって、お客様やご家族がどのように生活を改善されたか、体験談を募集しています。サポートセンターまで、FAXまたはメールにて是非お送りください。文章が書くのが苦手な方でも、お気軽にご連絡ください。当社スタッフが電話取材をさせていただき、体験談をまとめるお手伝いをいたします。当社のニュースレターやホームページに体験談を掲載させていただいた場合は、50ショッピングポイントをプレゼントしています。

メールマガジン「週刊ナチュラル・ヘルス・ニュース」発行

季刊誌「ナチュラル・ヘルス・ニュース」は楽しく読んでいただけてますでしょうか？この他にも、クエスト・グループでは、健康や健康を改善する方法などを「週刊ナチュラル・ヘルス・ニュース」というメールマガジンで毎週お届けしています。現在、メルマガを受け取っていない方は、http://www.questgrp.net/jpからご登録ください。お友達やご家族にも転送して、みんなで「健康になるためのギフト」を受け取りましょう。

フェイスブックのコミュニティーに参加しませんか？

「ナチュラルな健康療法についてもっと知りたい」、「クエスト・グループのイベントや新着情報をもっと知りたい」という皆様のご要望にお答えし、当社のフェイスブックページにて、さまざまな情報をお届けしています。ぜひ、私たちのフェイスブックのページに「いいね！」をクリックして、クエスト・グループからの最新情報をお読みください。

www.facebook.com/questgroupjapan

●フェイスブックにまだ登録していない方は、こちらから登録ができます。
https://ja-jp.facebook.com/r.php?locale=ja_JP

quest group

クエストグループ・サポートセンター

ご注文専用フリーダイアル **0120-676-601**
（IP電話など、一部の回線からはご利用になれない場合があります）

〒174-0046 東京都板橋区蓮根3-23-18
電話: 03-5915-0345　FAX: 03-5915-2661
Eメール: post@questgrp.jp　　ホームページ: www.questgrp.jp

クエスト・ユーザーグループ

ご相談受付電話 **03-3969-9070**

受付電話: 平日10:00–16:00（その他の時間は留守番電話にて承ります）
Eメール: QuestUG@mac.com

クエスト・ユーザーグループは、クエストグループ製品のユーザーによる独立したサポート団体であり、皆様が自然に健康を取り戻すためのお手伝いをさせていただいております。自分や家族、子どもが自然療法で健康になった経験を生かし、その経験を皆さんと分け合い、助け合いたいと思っている製品サポート・スペシャリストです。
クエスト社製品をご愛用いただいている皆様からのご相談、またはクエスト製品をお試しになりたい新規の方のご相談をお受けしております。どうぞお気軽にご相談ください。

クエスト・グループのフェイスブック・ページ
www.facebook.com/questgroupjapan

「いいね」をクリックをしてくださった方には、フェイスブックのみの特別割引、会社からのメッセージ、その他の有益な情報を入手していただけます。

クエスト・グループのブログ
http://www.questgrp.net/jp/category/blog/

アメリカから美と健康の最新情報や当社からのお知らせをタイムリーにお届けしています。

Quest Group LLC
1062 E 1150 N　Pleasant Grove, UT 84062 USA
TEL: (801) 765-1301　FAX: (801) 877-4380　E-mail: contactus@questgrp.net

© 2014 Quest Group LLC. All Rights Reserved