



『バランス ニュース』は、ユーザーの皆様と、販売者、メーカーを結ぶ情報交換誌です。

冷房病

夏の冷えは女性の大敵！

【冷房病とは？】

人間の身体は、気温の変化に自然に対応するようにできています。ですから、夏は体内の発熱を抑制し、熱を逃がしやすいよう毛細血管を広げ、汗をかいて体温を下げ体の働きを整えようとしてします。

一方、冷房によって体の温度が急激に下がると、毛細血管の収縮を引き起こし、血行不良が起こります。これが原因で発生する様々な症状を「冷房病」といいます。

また、冷房による寒さと外気の暑さを繰り返し感じていると、交感神経と副交感神経のバランスが崩れ、自律神経失調症になることもあります。

【冷房病の症状】

手足が冷えると血液と水分との代謝が悪くなり、手足などにむくみが生じる。また、慢性的な冷えによって自律神経のバランスが崩れ、疲れやだるさを感じたり、ひどくなるとストレス性の不眠に陥ることもあります。女性の場合は、ホルモンバランスが乱れて月経不順が起こります。その他、めまい、頭痛、便秘なども冷房病の症状といえるそうです。

【冷え、男女の違い】

「冷房病」は、女性に多く見られます。女性の体は構造的に男性よりも細く繊細にできています。そのため環境からの影響を受けやすくなります。また、女性はスカートをはく人も多く、服装面でも冷えやすくなります。

予 防

シャワーより半身浴

シャワーは体の汗や汚れを落とせますが、血管を広げて体を十分温める効果はあまり期待できません。ぬるめのお湯にゆっくりと半身浴すると、徐々に血管が広がり、体が十分に温まって、とどこおった血行を回復してくれます。足湯も効果的です。

適度な運動

適度な運動は、体を温めて血流を良くします。また、汗をかくことによって自律神経のバランスもリセットしてくれます。

禁 煙

ニコチンは血管を収縮させて血流を悪くします。これを機会に禁煙を考えてみましょう。



食 事

体を温める作用のある「陽性食品」で体を冷えから守りましょう。東洋医学の分類では、食品を「陰性」「陽性」「中庸」に分類しています。「陰性」の食品は、体の熱を取る作用があり、体が冷えやすい人にはちょっと心配です。夏の定番メニューの冷奴、ざるそば、夏が旬の食材である枝豆、トマト、なす、スイカ、きゅうり、ゴーヤなどがそれにあたります。

そうはいつても、夏には夏の味覚を楽しみたいもの。大丈夫、夏が旬の食べ物にもちゃんと「陽性」食品があります。刻んだミョウガやシソなどを冷奴、ざるそばにトッピングすればバランスが取れるのです。

陽性食品「バランス」

運動は苦手、ゆっくりお風呂に入っている時間がない、禁煙なんて絶対無理、料理は面倒くさい・・・、そんな方には陽性飲料「バランス」が最適かもしれません。

購入する前に「バランス」の無料サンプルを試したい貴女へ！

ユーザー様のまわりに、「健康」「老化」「美容」にお悩みの方はいらっしゃいませんか？「バランス」が無料でお試しできることを教えてあげてください。
(株)高橋剛商会では、「バランス」のユーザー様からご紹介された方、販売店等のチラシで「バランス」に興味を持たれた方など、毎月20名様に、「バランス」のサンプルと資料を無料進呈させていただきます。
下記要領で、試されたいご本人様からお申込み頂きますよう、お願いします。

「バランス」無料サンプル申込要領

1. 期間 / 8月1日(火)、午前9時より受け付け開始、定員になり次第締め切り
2. 申込者 / 試してみたい方ご本人
3. 申込方法 / 無料フリーダイヤルへ、FAX(0120-76-5812)
4. 必要記載内容 / ご本人様の氏名・住所・電話番号
*無料サンプルは1人でも多くの方に試して頂くためにお1人様1回限りとさせていただきます。



「タバコ」第1回

WHO(世界保健機関)によると・・・

世界中で毎年200万から250万の人々が、喫煙が原因で死亡しており、そのうち、がんによる死亡の3分の1、慢性気管支炎や肺気腫による死亡の75%、冠状動脈心疾患による死亡の25%、他の多くの疾患による死亡が報告されています。毎年の肺がんの新規発生66万人の90%は喫煙が原因となっています。

全身のガンの発生率を高める

1本のタバコに含まれるタールや発ガン物質の量は微量ですが、喫煙の継続により、かなりの量に達します。1日20本のタバコを吸う人は1年でコップ1杯分(180ml)のタールを体内に入れることになると言われています。そのうえ煙には気道の上皮細胞を害する物質も含まれ、タールなどの異物を体外に排出する力を弱めるので、発ガン物質の体内貯溜をますます促進させることになるのです。その結果、肺のガンだけでなく、口腔や咽頭ガンから、肝臓ガン、大腸ガン、膀胱ガンなど、全身のガンの発生率を高めてしまうのです。



「低タールタバコ」だから大丈夫？

「ニコチン依存症」にかかっている人は、体が血液中のニコチン濃度を一定量に保とうとします。ですから、ニコチン含有量が少ないタバコでも無意識に自己調整が働き、深く吸い込んだり、吸う本数が増えたり、根本まで吸ったりしてしまうのです。

そのため、低タールのタバコが肺ガンの中でもタチの悪い「腺ガン」を増やしているのではないかと、との説があります。「タバコ会社の低タール宣伝戦略は喫煙者に安心感を与えて禁煙を妨げている」との批判もあります。

麻薬より重いニコチン依存性

タバコを止めたくても止められないのはこのニコチンが原因となっています。

ニコチンそのものには発がん性はありませんが、ニコチンによる依存症は、WHO国際疾患分類において「精神及び行動異常症」として分類されています。薬物依存症専門家は、ニコチンの精神依存症は、ヘロインやコカインなどの麻薬と同等、ないしはそれよりも重いとしています。

お客様の声

大腸ガン患者です。朝夕、毎日飲んでいますが、昨年、手術後ポリープを取りましたが良性的のものに変わりました。胃腸の調子がとても良好です、家内も一緒に愛飲しています。(岩手県 70代男性)

飲み始めて2年になりますが、愛犬のおなかの調子が良くなりました。少しでも長生きして欲しいのでずっと続けていきたいです。(大阪府 30代女性)

愛犬が老犬なうえ腎臓が悪いので、少しでも長生きをしてもらいたくて月に3~4本飲ませています。(ゴールデンなので)持病もあって心配ですが、今のところ元気になっています。(北海道 40代女性)

目と鼻との間にガンができて、末期の状態です。余命1年と宣告されました。インターフェロンを10回、注射されて顔が腫れあがりました。医者からは「できることはすべてしました」と言われました。その後、「バランス」を知り、飲み続けましたら腫れがひいて今に至っています。飲み始めて2年になります。(大阪府 60代女性)

* お 知 ら せ *

『「バランス」が「ガン」に効く!!』。最近このような噂が広がっているようですが、「バランス」は「ガンの特效薬」ではありません。「バランス」は健康食品であり、効果、効能を謳って販売することはありません。

