

「腸活」であなたの身体を健康に!

『腸内環境』があなたの健康を左右する!

◆『腸活』という言葉集をよく耳にしませんか?それだけ、人間が生きていく上で『腸』が大切であることが科学的にもわかってきたのです。皆さんは、『ウンチは臭いもの』と当たり前だに思っていますか?それは大きな誤りです。健康なウンチは臭くありません!腸内の悪玉菌が増えると、便は腐敗して悪臭を放つとともに、体に有害な物質を発生します。便の悪臭のもとにはインドール、スカトールなどの有毒ガスです。そして、悪臭の最大の原因は『食生活』です。

◆欧米人のような食生活を長年続けている人は、一般的に便の量が少なく、沈み、悪臭を伴う人が多いそうです。これが日本で急増中の大腸がんの原因にもなっています。

◆また、便のニオイと色は、腸内細菌の状態を表しています。善玉菌が多ければ悪臭はなく、色は黄色、黄褐色ぽくなります。悪玉菌が多ければ、悪臭を放ち、色は黒くなります。

◆ご存知のように、腸内細菌には善玉菌、悪玉菌、そして体調によりどちらにも傾く日和見菌があります。日和見菌は、腸内で善玉菌と悪玉菌のどちらが優勢かを判断して、優勢な方の味方になります。したがって、いちど悪玉菌が増えると腸内ではドンドン悪玉菌優位になってしまいます。便秘薬で出すだけではダメなんです。

◆現代の日本人の食生活はドンドン欧米化しています。結果的に、便秘だけでなく、大腸がん、アレルギー性疾患、高脂血症、自律神経失調症、皮膚病など様々な病気が増加していると言われています。

◆いくら食生活を気をつけていても、長年『腸』を使い続けていると、なかなか『快便』にならない方もいますよね。そんな時は、優れた力を発揮する善玉菌と、水溶性と非水溶性

のバランスのとれた食物繊維がたっぷり入った『イサゴールプラス』などを毎日摂取すると良いでしょう。また、原料や製法にトコトンこだわった酵素飲料『酵草源(こうそうげん)』も

あなたの胃腸はもちろん、身体全体を健康&元気に導いてくれるでしょう。

◆あなたの『腸』を守るのはあなただけです!



イサゴールプラス

2017年10月 相談スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 休	2 休	3 ○	4 ○	5 ○	6 ○	7 17:00迄
8 休	9 休	10 ○	11 ○	12 17:00迄	13 ○	14 17:00迄
15 休	16 休	17 休	18 休	19 休	20 ○	21 17:00迄
22 休	23 休	24 ○	25 ○	26 ○	27 ○	28 17:00迄
29 休	30 休	31 ○	11/1 ○	2 ○	3 休	4 17:00迄

～営業のお知らせ～

◆営業日

火～金 10:00～19:00

土 10:00～17:00

◆定休日

日・月・祝祭日

当店の漢方(健康)相談は、お待ちいただく時間を短縮するためご予約された方を優先しております。

漢方相談@こえん堂

TEL046 (874) 6692

★ホームページは「こえん堂」で検索!

★店主ブログ「大自然野郎えんちゃん」

★ツイッター「@coendo」やっています!

◎京浜急行「新大津駅」徒歩3分

◎「新大津駅前郵便局」となり!

◆ 12日(木)は漢方勉強会の為、17時迄の営業です。

◆ 15日(日)～19日(木)は中国(武漢)での漢方研修(不妊症・婦人科)の為、お休みです。

◆ 11月3日(金)は祝祭日(文化の日)の為、お休みです。