

# 腸内環境を整えて免疫力アップ!



ユサナ・ヘルス・サイエンス社  
「プロバイオティック」  
正常な消化機能、免疫機能、  
健康な腸内環境をサポート

ユサナ・ヘルス・サイエンス社は、  
創業者兼会長でもあるマイロン・ウェンツ博士が、  
自身の専門である微生物学と免疫学に基づく細胞の  
研究から、食事だけで必要な栄養素を摂ることは  
難しいことを知り、理想の栄養補助食品を  
自分で作るべく、1992年に米国で設立された会社です。

身体を守る力には  
個人差がある

同じ食べものを食べても食中毒を発症する人、しない人、ウイルスに感染しても発症する人、しない人がいるのはなぜでしょうか？ それは身体への害となる細菌などから身体を守ろうとする「免疫力」に個人差があることが関係しています。免疫力がある人は発症しにくく、免疫力が高ければ、たとえ発症しても重症化しにくく回復が早いといわれています。

腸内環境と免疫力は  
連動している

食べ物は、口から入ると胃で細かく分解されて、栄養素は腸から吸収されます。腸は、身体の中でも多くの外敵と遭遇する場所で、身体の免疫システムの7割が集中するほど重要な器官です。腸の中では、100兆個もの細菌が常に勢力争いを繰

世界でベストな栄養素を体に取り入れて  
「真の健康」を

り返して、腸内環境がよいと善玉菌は増え、悪玉菌が減り、悪くなるとその勢力は逆になります。理想的な腸内環境は、乳酸菌などの善玉菌が9割、大腸菌などの悪玉菌が1割のバランスで、この勢力図が崩れると免疫機能が急激に低下します。腸内環境と免疫力は連動しています。

免疫力アップの近道は  
乳酸菌十食物繊維

このことから、腸の中を善玉菌優勢に保つことが、腸内環境を整える一番のポイントです。食品やサプリメントなどで効率よく善玉菌を摂りつつ、腸内に便や腐敗した有害物質がいつまでも残らないよう、排泄を促すことも重要です。食物繊維は、善玉菌の乳酸菌&ビフィズス菌を増やし、有害物質を吸着して、身体の外に排出するなどの働きがあることから、「乳酸菌(善玉菌)」と「食物繊維」を同時に摂

Why comprehensive supplements required?



ることが免疫力アップへの近道といえます。

科学を基に乳酸菌とビフィズス菌を配合しているのが、米国ユタ州で20年以上に渡り、厳しいFDA(米国食品医薬品局)医薬品基準の自社工場を持つサプリメントメーカーであるユサナ・ヘルス・サイエンス社から販売されている「ユサナ・プロバイオティック」です。

腸まで届いて  
定着する善玉菌  
「ユサナ・プロバイオティック」  
プロバイオティックとは、善

玉菌を意味します。胃酸に強く、生存率が高い善玉菌、乳酸菌LGG(ラクトバチルスGG)株とビフィズス菌B.B.12株を120億個も配合。「ユサナ・プロバイオティック」は、胃酸や胆汁などの強い消化液との過酷な環境に耐え、腸まで届いて確実に定着することが臨床実験により確認されています。腸への付着性が高いので、週に2~3回の摂取でも腸内環境を整えます。ただし、有益な善玉菌も毎日便と共に体外に排出されてしまうので、調子が良くなったからといって止めてしまっ



Aya Takahashi  
サプリメントアドバイザー

高橋 彩

\*60兆個の細胞をキラキラと輝かせ、笑顔と喜びに満ちあふれた人生を、をモットーに、株式会社A.Style設立。「お医者さまにできるだけ頼ることなく、自分で自分の健康を守る」一予防・未病についての講演会、健康セミナー開催。

働きがあります。

腸内環境を乳酸菌&ビフィズス菌。パワーで整えましょう!

腸は、体内で最も多くの外敵と遭遇する場所、人体の免疫システムの7割が集中するほど重要な器官です。腸内環境と免疫力は連動しています。人間の腸内では、

ビフィズス菌と乳酸菌の2種類が腸内細菌のバランスを整え、免疫力を向上させています。ビフィズス菌は酸素がない腸内でも生き、殺菌作用がある酢酸を作るので、悪玉菌を減らし大腸菌、O157の感染も防いでくれる

腸まで届いて確実に定着することが厳正な臨床実験により確認されています。皆さんも、頼もしい消化管サポート・デトックス製品「プロバイオティック」で免疫力をアップしませんか？



Kenichi Mizusawa  
健康指導師(正常分子栄養学)健康管理士  
パーソナルダイエットコーチ

水澤健一

39歳で1.5型糖尿病(自己免疫型)発症をきっかけに、食生活を改善。症状のコントロールが出来る様になり、薬が一切不要になる。健康指導師、健康管理士の資格を取得、健康パーソナルコーチングを行なう。

下痢や便秘は  
体からの危険信号  
放置は禁物です  
免疫の70%は腸で作られると言われています。腸内の悪玉菌が善玉菌より優位になると、免疫力が低下し、様々な病気を招きま

す。病気を遠ざけるには、腸内環境を整えることがとても大切です。便秘や下痢は体が発しているアラーム、決して長期間放置してはいけません。腸内で善玉菌を増やすプロバイオティックは、味噌、納豆、ぬ

か漬け、キムチ、ヨーグルト等の発酵食品に多く含まれ、オリゴ糖や食物繊維などのプレバイオティックは、プロバイオティックを増やす働きをします。現代の食品は加熱、加工されたものが多く、プロバイオティックやプレバイオティックが不足するため、腸内環境は乱れがちになります。腸までしっかり届く、プロバイオティックとプレバイオティックがたっぷり含まれているサプリメントをうまく取り入れ、腸内環境を整えて健康増進に努めて下さい。