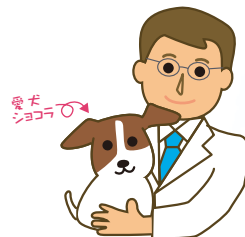


# 研究室便り

すっぴん美肌になるための  
基本講座シリーズ⑧



〈純選堂研究室〉 ☎03-5474-0883 平日 午前10時～午後5時

## 今、美容に健康に大ブームの水素バス!!

純選堂では以前より、水素のチカラに注目、みなさまにおすすめしてまいりました。今回、あらためて素晴らしい水素のパワーについて、ご説明いたします。

### 1. 水素(H<sub>2</sub>)効果は科学的に証明されつつあります。

水素が酸化を防いだり、炎症をおさえたり、傷ついた細胞を修復・蘇生させたり、代謝を活性化させたりすること、さらにそれらを副作用なく行えることは、近年世界の大学や研究機関で次々と研究発表されています。

詳しくは、インターネットで   などで  してみてください。

### 2. なぜ、水素バスは効果があるのか。

水素(H<sub>2</sub>)は宇宙一小さな分子。ですから、私たちの皮膚も透過できるんです。ですから、水素バスに入ると、全身の皮膚から吸収された水素(H<sub>2</sub>)は各細胞まで到達し、悪玉活性酸素を見つけるとそれと結びつき、無害な水(H<sub>2</sub>O)に変えてくれます。それだけでなく、炎症を起こしている場所ではそれらを抑えたり、サビついた細胞を元気にしてくれます。水素水として口から水素を取り入れるより、水素バスは全身の皮膚から水素を体内に取り入れられるので、より効果的といえます。

### 3. なぜ、水素バスをすすめるのか。

それはお風呂につかっているだけでいい、ということにつきます。私たちはナマケモノですから、何か準備をしたり、機械をつかったりしてメンテナンスをすることは面倒になり、結果として長続きしないのです。アンチエイジングや美容は「継続は力なり」ですので、続けられることが一番なんです。水素を吸引するという方法もありますが、副作用も面倒な準備もない水素バスが簡単で一番。これがおすすめする理由です。

### 4. 水素バスは「ユズ」や「アロエ」、「ハーブ」などの天然ものとの併用はOK。W効果に!

特に寒い夜には「ユズ」を湯船と一緒にいれると、とても身体があたたまります。

### 5. 市販の一般的な入浴剤は要注意! 水素バスとの併用は絶対にやめてください。

逆に避けなくてはいけないのは、石油化学物質で出来た市販の入浴剤です。天然成分配合などと表記されていても、パッケージの裏側の成分表をみると、天然成分はその中のほんの数%。ほとんどの成分が石油化学物質由来のものです。石油化学物質由来の成分は経皮毒の心配もあります。宣伝に惑わされないよう、要注意です。

なお、このような石油化学物質は、水素とどういった反応をするかわからないので、水素バスとこういった市販の入浴剤を併用することは、絶対におやめください。

予告

レーザー  
しみとり

コラーゲン  
ヒアルロン酸  
皮膚注入

ボトックス

オゾン  
血液交換

角質とり  
若返りピーリング

高額  
サプリメント

## 百害あって一利なし! —TVで派手に宣伝を繰り返す、美容系医師にもの申す—

最近、一部の若手医師に人気の専門分野は、『美容成形』や『皮膚科』だそうです。その理由の多くは、『リスクも少なく、儲かるから』なのだそうです。『美の再生のためには、〇〇した方がいい』『〇〇しなくては老化する!!』『このままではおばあさん顔に!』など、ある意味、脅し文句で次々と『施術を成約していく』。(社会問題になった、どこかの高額エステサロンと似ていますね)

TVや女性誌でも大げさに恐怖心を煽って、巨額な宣伝をしています。だまされないように注意しましょう。一方では、真に医療のために日夜努力されていらっしゃる医師もたくさんいらっしゃいます。今年の講座では、こういった問題をひとつひとつ、解明していこうと思います。