



クエスト・ユーザーグループニュース Vol.52 2021年4月号

みなさま、こんにちは。もうすぐゴールデンウィークですね。新年度の疲れがそろそろ出てくる頃ですので、心と体のケアも忘れずにお過ごしください。

さて、今号ではキャンペーンのご案内とサプリメントアドバイザーエッセイでは「解毒のこと」を書いています。取り組みのご参考にさせていただけたら幸いです。

<<まもなく終了！免疫力向上セットキャンペーン 4月30日まで>>

春は気温の変化が激しく、健康な方でもちょっとしたことから体調を崩しやすい季節です。

また、ウイルスから体を守るためにも日常的に免疫力を上げておきたいですね。

それには日々の生活習慣を改善することが何よりも大事ですが「免疫力向上セット」も強い味方になってくれます！

毎日体にとって完璧な栄養を摂ることは難しいものです。

ぜひ「免疫力向上セット」をお役立てください。



◆免疫力向上セット（ネオパック、ネオガードプラス、でるサポート）＋「ネオガードプラス」1本
（商品番号）3027S 価格：155ドル

<<飲み方の目安>>

◎ネオパック

大人は1日1袋（※妊娠初期の方は2日で1袋）を食後2～3回に分けてお飲みください。数回に分けて摂る時は白い粒と黄色い粒をバランスよくお摂りください。夕食後にまとめて1袋飲むと、翌朝お通じがあるという方もいますので便秘気味の時などお試しください。

お子様の場合は体重20キロあたり1日に白い粒と黄色い粒を1つつを目安。

◎ネオガードプラス

1日2～4粒目安。お子様の場合は体重10キロあたり1粒を目安。

初めての方は、少量からお摂りいただくことをお勧めします。慣れてきた方は、体調を崩しそうな時や解決したい健康問題がある場合は増量するなど体調に合わせて増減ください。

◎でるサポート

1日2粒目安。お子様の場合は体重30キロあたり1粒を目安。腸内環境が整にくい方は1～2粒増やすこともできます。夕食後の空腹時がお勧めですが、胃腸の弱い方は食後でも構いません。

★クエスト社の製品はアメリカ農務省のオーガニック認定を受けており、放射線照射や遺伝子組み換えの原材料を使用しておりません。また人工甘味料、着色料、保存料は含まれていません。すべて自然の原料からできています

<<免疫力向上セット 栄養成分>>

★ネオパック★ ビタミンA、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、チアミン、リボフラビン、ナイアシン、ビタミンB6、葉酸、ビタミンB12、ビオチン、パントテン酸、カルシウム、ヨウ素、マグネシウム、亜鉛、セレンウム、銅、マンガン、クロミウム、モリブデン、カリウム、オメガ3 (EPA、DHA)、イノシトール (ビタミンB複合体)、パラアミノ安息香酸 (ビタミンB複合体)、塩酸ベタイン、プロメライン、ボロン、果物ブレンド (りんご、アプリコット、ブラックベリー、ブラックカレント、ブルーベリー、さくらんぼ、ぶどう、オレンジ、パパイヤ、もも、パインアップル、ラズベリー、いちご) 野菜ブレンド (ブロッコリー、キャベツ、人参、セロリ、ピーマン、トマト、ほうれん草) 海草、米ぬか、柑橘類のバイオフィラボノイド、蜂の花粉、ロイヤルゼリー、オリーブオイル、クロスグリオイル、パセリオイル、ユッカ

★ネオガードプラス★ ビタミンA (β -カロチン)、ビタミンC、ビタミンE、カルシウム、亜鉛、セレンウム、緑茶エキス、ターメリック、ビルベリーパウダー、オリーブ水エキス、松樹皮エキス、イチヨウの葉エキス、アスタキサンチン、ヒドロキシチロソール、ガーリック、海藻ブレンド

★でるサポート★ 植物性乳酸菌ブレンド、カラスムギ、オオムギ

免疫力向上セットQ&A

Q1)どんな人にお勧めですか？

A1)お子様からシニアまで幅広い世代におすすです。「ネオパック」は、日々の健康維持や体調回復のための基本のサプリメント。14種のビタミンと23種のミネラル、30種の酵素など体の細胞を健康に保つための必要な栄養素が含まれています。「ネオガードプラス」は病気の原因となる活性酸素の害から体を守るための抗酸化ビタミン剤。目の健康、循環器、自律神経、免疫、皮膚、動脈硬化、コレステロール、花粉症など気になる方からご好評いただいています。「でるサポート」は1粒で10種類のプロバイオティクス (善玉菌) が40億個以上も摂取できます。腸内環境を整え、食べ物の消化吸收、免疫力を高めます。

Q2)摂取上の注意事項はありますか？

A2)薬を服用中の方は、かかりつけの医師や薬剤師に確認して下さい。「ネオパック」にレチノールが含まれていますので妊娠初期 (3ヶ月まで)の方は2日で1袋を目安にして下さい。

「ネオガードプラス」と「でるサポート」は妊娠中、授乳中も安心してお使いいただけます。

Q3)ネオパックの中にある魚の油 (EPA、DHA) は、何の魚を使っていますか？

A3) ニシン、さば、イワシ、カタクチイワシなど冷水域に生息する小魚を使用しています。

Q4) サプリメントを飲み始めたら頭痛と眠気とすごい倦怠感があります。これが好転反応ですか？早く乗り越えるためにはどうしたらよいでしょう？

A4) これは典型的な好転反応の症状です。サプリメントにより体が好ましい変化を起こしているという、よい反応です。その方の弱い部分に出ることが比較的多いですが、典型的な症状として、頭痛、倦怠感、眠気、風邪症状 (咳や発熱、喉の痛みなど)、便秘、下痢、吐き気、体や関節の痛みが強くなったり移動する、検査数値の変化、湿疹、痒みなど体にだけでなく、イライラや落ち込むなど心にも症状があらわれることがあります。女性の場合は、一時的な生理周期の乱れや経血量が増えたり、不正出血のような症状もよくあります。また現在使用中の薬や過去に使用した薬 (塗り薬も含む) の副作用症状が出ることもあります。自分の体の悪い所や弱っている所が改善する前にサプリメントを摂る前よりも酷くなったように感じることもあります。英語では好転反応をクレンジング・リアクション (浄化作用)、漢方ではめんけん (めんげん) 反応と言い、体の悪い物を体外に出す時に起こるものです。こういうときは無理をせず体をゆっくり休ませ、体の循環をよくして早く毒素を出すためにお水をしっかり (大人の目安: 2ℓ、子供の目安: 14キ口の場合450ml) 飲みましょう。入浴や適度な運動も発汗を促して代謝をあげたり、動くことで老廃物を排出しやすくなるのでおすすです。また心の状態の影響も大きいので、今は毒素が出ている時期なのだとは慌てずおおらかな気持ちで過ごすことも大切です。

好転反応が辛い時は、サプリメントを半量に減らしたり、1、2日休んで様子を見て下さい。好転反応が出て不安があったり、どのように対処してよいかわからない時は、お気軽にユーザーグループまでご相談ください。

<サプリメントアドバイザーエッセイ>**～解毒しても変わらない時～**

活字媒体はもちろん、インターネットのニュースサイトやSNS、またそれらに出てくる広告を見ていると、相変わらず様々な健康法が出ては、消え去っています。

一昔前は、本や新聞/テレビ/雑誌だけが情報の発信源でしたが、“大昔”から続く健康法としては、「断食」、「玄米食」、「昔」くらいに一時的に流行ったものになると「酢大豆」とか「野菜スープ」等でしょうか。いつでも多くの方が薬以外のものでなんとか健康にならないかと模索しています。

そしてユーザーグループが発足した頃から続いているのは「解毒」ですが、ここ数年の流行りは、何と言っても「糖質制限」でしょうか。

ユーザーグループとしてサポートチームが正式に発足する前も含めすでに20年ほどみなさまの健康問題を見てきたスタッフからすると、「糖質制限」で健康問題が解決するとは思えません。「痩せたい」という場合でも同じです。

ここ数年の新規の会員様で解毒だけしている方は、その他のご自身でされている取り組みについてはお知らせ頂いていない方が多いですが、この2つがセットになって、「健康問題があるのが分かってから糖質制限してます。そしてクエスト社の解毒を始めました」という方が、何十人もいらっしゃるようです。そしてここにさらに「玄米も食べています」というオプションを加える方もいらっしゃいます。

しかし残念ですが、その多くの方は「健康を取り戻す」という目的を達していないようです。（もし回復したことをこちらにお知らせ頂いていない方は是非お知らせください。お話を伺い体験談としてまとめさせて頂ければショッピングポイントも差し上げられます。お待ちしております）

糖質制限をしてもいなくても、「解毒を始めたけれど何も変わらない」という方もいて、こちらにご相談していただければ良いのですが、そこでご縁が切れてしまう人も多いようです。

そういう場合は、解毒から始めたとしても、変化がなければ総合的な栄養補強を足して欲しかった、そうすればその方の人生が変わっていたかもしれない、という思いをすることがあります。大げさかもしれませんが、実際何人ものリウマチから卒業した方の声も入ったユーザーグループ小冊子『リウマチ/膠原病と向き合う』や、『アトピーと向き合う』の元となるブログを書いてくださった方はまさに「健康になって人生が良い方に変化」しています。

また解毒の実際をご存じないままで、解毒をしたいという方も多くいらっしゃいます。解毒とは、「解毒ハーブ」だけではなく栄養補強をしっかりすることでも免疫力が上がって本来の体の働きで起きます。そして解毒は溜めていた毒素を血液中などに

放出し最終的に様々なルートを通して体外に排出することですから、そのときに好転反応も起きます。だるさや眠気、その他に痛みなども出ます。それにも関わらず、「何か悪い変化が起きている」「自分に好転反応が起きるはずがない」と思い込んでしまう方もいます。

その状況を改善するために、そして細胞を修復し新しい細胞を作り出すためにもより多くの栄養が必要になります。人間は大切な臓器を動かし生命を維持することが最優先ですから、解毒のハーブを入れたからといって、すぐ解毒できるだけの免疫力や体力がない方も多いように感じます。つまり「毒を出す」ということは、それだけで体のエネルギーを使い、時には皮膚からの場合、皮膚を一旦破壊するようなこともしなければなりません。

日本の医療制度は、気軽に病院に行け薬も比較的安価であることから、深く考えずに薬を飲み続けてきた方、塗ってきたという方がことのほか多い＝毒が溜まっている＝免疫力が低下していると言えるのではないかと感じます。

眠気やだるさ、痛みというのは、比較的出やすい好転反応ですが、皮膚から解毒するのは本当に大変です。あるステロイドを使わない皮膚科の医院のHPには、ステロイドの副作用として「水虫などの真菌性疾患、感染症、消化性潰瘍、精神障害、神経障害、筋力低下、白内障、緑内障」等を挙げています。私どもの経験からは体の痛みもあるようです。こうしたことを起こすだけの毒素が体に溜まっているのですから、それを出すときも、皮膚をはじめ様々なところに大きな変化が出るのは当然ではないでしょうか。

腸内クレンジング「でるもんね」も同様に良い解毒にはなりますが、こちらにも先に栄養を摂って体調をより良くしてからの方が良い結果が出ています。

今、食べ物の質さえ問わなければ、毎日安価にお腹を満たすことができるので、自分が「栄養が十分ではない状態」だと思っ方はいないかもしれません。

眠れない、眠りが浅い、イライラする、鬱っぽいといった気持ちの問題とされることも、肌荒れ、ブツブツ、といった「何か外から塗れば良くなるのでは」と多くの人が思っていることも、そして妊活や難病と言われる症状の改善のためにも私たちの経験では栄養が基本であり要です。これから夏に向かって、代謝も上がり汗が出て毒出しには最適の季節です。解毒の取り組みを考えている方は、今から「ネオパック」、「ネオガードプラス」といった栄養補強と「でるサポート」で胃腸のケアをしっかりと最低3ヶ月行い、7-8月から解毒製品を足すことをお勧めします。

クエスト商品☆体験談募集中！！

あなたの体験談を募集しています。形式、字数は問いません。掲載させていただいた方に、50ショッピングポイント（約5,600円相当！）を進呈いたします。

info@questuser.jp までお送りください♪

ユーザーグループオリジナル小冊子のダウンロード版を会員様に限り、無料進呈中！

クエスト会員様に限り無料で、ユーザーグループオリジナル小冊子「アトピーと向き合う」、「リウマチ/膠原病と向き合う」のダウンロード版をお読みいただけます。

☆ご希望の方にはリンクをお送りしますので、ユーザーグループメール：info@questuser.jp または、電話：03-3969-9070までご連絡ください。なお、ユーザーグループのHP (<http://www.questuser.jp>) からもお申し込みいただけます。

(1冊子につき、お1人様1回限り無料でご利用いただけます。2回目以降の請求は有料となりますのでご注意ください)

☆冊子版(500円/手数料・送料込)につきましては、現在、「アトピーと向き合う」のみでございます。

ご希望の方はユーザーグループのHP (<http://www.questuser.jp>) からお申し込みください。



①『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』(全64ページ/画像集あり)

ステロイド外用薬を約15年、免疫抑制剤を約3年使ってきた著者が、自然療法でアトピーを克服してきた記録。アトピーに限らず、体の不調を克服したいと思うすべての人に読んでもらいたい1冊です。

*巻末には、24年間ステロイドを使用し内臓障害を併発しながらもアトピーを完治させたユーザーグループのアドバイザーによる、自然療法を始める前に、心理的、社会的に準備しておくべき要点を6ページにわたりまとめました。

『アトピーと向き合う～脱ステ・脱プロ・自然療法～』目次

はじめに	2
01アトピー経歴	5
02薬を断ったきっかけ	8
03脱ステ後の治療①～通院していた頃～	9
04脱ステ後の治療②～「治してもらおう」という意識を捨てる～	12
05脱ステ前に試みたこと～体の中をキレイに～	13
06好転反応という考え方に合う	15
07栄養補強に出会う	17
08好転反応の嵐を乗り越える	19
09腸クレンジング～傷がない柔らかい肌～	27
10重金属の解毒①	29
11重金属の解毒②	33
12ヒールとメンドによる解毒	39
13二度目の腸クレンジング、ヒールとメンド&近況	50
14アトピーについて思うこと	52
15アレルギーマーチってご存知ですか?	54
おわりに	55
自然療法で完治を目指す前に サポートスタッフより	56
編集後記 クエスト・ユーザーグループ	62

画像集 I
p.23～

画像集 II
p.35～



②『リウマチ/膠原病と向き合う』(全82ページ)

リウマチ/膠原病からの回復を目指して、自然療法に取り組んでいる方向けのガイドブックです。

リウマチ/膠原病を解決しようとクエスト社の製品を使い始める方は大変多くいらっしゃいます。健康問題を解決するには、病気についてきちんと理解し、どのように生活を見直していったら良いのかを知ることが大切です。体に良いとされていることが、リウマチ/膠原病の方には無理がある場合もあります。また、回復過程に、さまざまな体調の変化が訪れます。回復のためには、そうした変化を好転反応として、きちんととらえ、自分の体調と向き合い「治してもらおう」という考え方から離れ、自分の心とも向き合う必要があります。そのためのヒントをまとめました。ご家族の方にも読んでいただきたい一冊です。

*巻末の体験談集IIでは、多くのリウマチ/膠原病から卒業した方の例の中から、2人の方の回復過程を詳しくご紹介した未発表の体験談も掲載しています。回復途上の皆様のご参考にしていただければ幸いです。

『リウマチ／膠原病と向き合う』目次

1 リウマチ／膠原病とは？	7	薬剤師健康コラム	
2 検査について	10	薬剤師専門相談の例	11
<検査数値の見方>		痛みと鎮痛剤のおはなし	23
3 リウマチ／膠原病の治療	12	季節ごとのアドバイス	43
4 食事を見直す	14		
<食事の注意点>		コラム	
5 生活習慣を見直す	19	ステロイド外用薬と痛み	11
6 好転反応の乗り越え方	25	断食療法について	16
◆痛みへの対処の仕方		現代型栄養失調について	17
7 サプリメントによる栄養補強		腸内環境と免疫力	18
～お勧めのサプリメントと飲み方～	30	自分の治癒力を信じる	26
8 リウマチ／膠原病を治そう		腹式呼吸法と丹田式呼吸法について	28
～完治のために～	34	家事との関係	34
◆薬を止める時期の注意点		生活の工夫	35
◆リウマチ／膠原病患者の家族の方へ		妊娠と出産	36
9 モチベーション維持のコツ	38	子育てと治療	36
10 治る人、治らないはここが違う	41	関節の変形	37
<治る人>			
<治らない人>		Q&A	
11 健康を維持する／さらなる健康を手に入れる	42	冷え取りはいつまで行えばよいのでしょうか？私は冷えてないと思うのですが	
体験談集Ⅰ	44	好転反応と悪化の区別がつきません	
自然療法のみで回復した方たち		早く治したいのですが、サプリメントや水はたくさん飲んだ方が効果的ですか？	
薬+自然療法で回復した方たち		免疫力を上げるサプリメントはリウマチを悪化させ、クスリの効果を減らしませんか？	
参考体験談：繊維筋痛症のような症状から解放されました		治った後もサプリメントを飲まなければいけませんか？	
体験談Ⅱ	53	どうしても早く症状を取り去りたい	
10年間のステロイド注射から卒業しました		関節の変形が怖くて不安が大きい	
リウマチ症状、強膜炎、シェーングレン症候群からの回復		薬は絶対止めた方がよいですか？	
薬を併用しながらリウマチを卒業しました			

<クエスト・ユーザーグループからのお知らせ>

☆ユーザーグループでは、お勧めのサプリメントやサプリメントの効果的な飲み方、好転反応の乗り越え方、ご予算に応じたサプリメントのご提案・・・など、電話、またはメールにて相談を承っております。また、様々な健康問題を抱えている方のために、電話での専門相談（予約制／無料）もお受けしています。安心してクエスト製品をお使いいただくためにも、お気軽にご利用下さい。

●ゴールデンウィーク休業のお知らせ●

4月29日（木）、5月1日（土）から5月5日（水）まで休業いたします。なお休業期間中もお問い合わせにメールは通常よりもお返事にお時間をいただきますが受け付けております。ご不便をおかけしますが何卒ご了承ください

～無料相談のご案内（予約制）～

<予約方法>

ご希望日の2日前までにメールか電話にてご予約ください

☆薬剤師相談☆（いずれも10時、11時、12時）

薬の成分やサプリメントとの飲み合わせ、検査数値等相談ができます

4月：27日、28日

5月：11日、12日、17日、19日、25日、26日、31日

☆リウマチ卒業生による相談☆

（いずれも13時、14時、15時）

リウマチから卒業したスタッフによる相談を行っております。

脱薬時の不安など経験者だからわかることをお話いただけます

（※初めて予約する方は、事前に健康チェックの提出をお願いしています）

4月：30日

5月：10日、19日、25日、31日

★留守番電話対応について★

ユーザーグループの電話相談時間は、現在のところ平日10時～16時のため、仕事などでご相談できないという方やメールを書く時間がないという方のために、受付時間帯以外は留守番電話でご用件を承っています。

代表電話番号03-3969-9070に電話を頂きますと英語のメッセージが流れますので、その後、会員番号、お名前、ご相談内容をはっきりとお伝えください。そして最後に、こちらからお返事するのにご都合の良い方法〔電話（固定電話のみ）、メールなど〕をお知らせください。

<クエスト・ユーザーグループ>

●WEBサイト

<http://www.questuser.jp>

●ユーザーグループブログ

<https://questuser.hatenablog.com>

WWW.QUESTUSER.JP