

クレスト・ユーザーグループニュース Vol.54 2021年10月号

みなさま、こんにちは。早いものでもうすぐ11月です。空気が乾燥する冬場はウイルスも活発になりますので、今のうちからしっかりと免疫力を高めておきましょう。

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基準値が作る病気のことを書いています。ご参考にさせていただければ幸いです。

<< 新セット「脳の理想健康セット」発売記念キャンペーン 10月31日まで >>

大好評をいただいている「必須セット（ネオパック、ネオガードプラス）」と

「脳力アップセット（ネオセルプラス、ネオクレンズ）」が合体してさらにお得なセットとして新登場!

\*各々のセットも引き続き販売いたします

体と脳に必要な栄養素を完璧に摂るということは本当に難しいものです。ましてや現在何か体調に問題を抱えている方にとっては、より大切なこととなります。

脳の理想健康セットは4つのサプリメントで体と脳にしっかり働きかけます。

セットで相当お得な価格になっていますが、さらに!!新発売記念キャンペーンとして通常よりも30ドルもお得にご提供中です! 10月31日までの期間限定ですので、この機会に是非ご利用ください。



9月1日~10月31日限定  
\$30off 特別キャンペーン

「脳の理想健康セット」  
商品番号: 3013 特別価格: \$200(通常\$230)

<< 飲み方の目安 >>

◎ネオセルプラス

17歳以上：1日4~5カプセル 12歳~17歳以下：1日3カプセル 6歳~12歳以下：1日2カプセル  
6歳以下：1日1カプセル 1日分を2回に分けて、朝夕で食べ物と一緒に摂取していただくとより効果的です。

◎ネオパック

大人は1日1袋（※妊娠初期は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下さい。

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つずつを目安。

◎ネオガードプラス

1日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。

◎ネオクレンズ

朝昼の空腹時がお勧めです。大人1日1~3カプセル。お子様の場合は体重10~20キロあたり1日1カプセルを目安。カプセルで摂れない場合は中身を出して、食べ物や飲み物などに混ぜても良いです。

★クレ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

## 脳的理想健康セットQ&A

### Q1)どんな人におすすめですか？

A1) 小さいお子様からシニアまでの幅広い世代にお勧めです。

「ネオセルプラス」は脳を健康にし脳の機能を高めてくれます。ストレス、疲労、うつや不安感、気分の落ち込み、慢性痛、睡眠障害、記憶力低下、ブレインフォグ、ADHD(注意欠陥・多動性障害)などの問題の改善が期待できます。開発したギブソン医師によると長期摂取することで、アルツハイマー病やパーキンソン病、多発性硬化症 (MS) などの神経障害の予防が出来るそうです。集中力がつき勉強やスポーツにも良いです。「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です。74種類の主要ミネラルと微量ミネラル、14種類のビタミン、オメガ3 必須脂肪酸など体の細胞を健康に保つために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です。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もご好評いただいています。「ネオクレンズ」は、抗酸化力を強化し免疫力を高めながら自然の解毒プロセスを促し、蓄積された重金属や放射性物質等の毒素を排出する目的で作られた製品です。空気や食物、水、薬物などを通して体内に知らず知らずのうちに多くの毒素が取り込まれています。深刻な健康問題を引き起こす前に、体に溜まった有害物質を取り除きましょう。

### Q2)摂取上の注意事項はありますか？

A2)薬を使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) は2日で1袋を目安にして下さい。「ネオクレンズ」は抗凝固薬 (ワーファリン) と併用はできないためご注意ください。またピルの併用は好転反応により経血量が増えたり不正出血のような女性特有のトラブルに似た症状がでることもあるため、薬の評価ができなくなるのでおすすめしていません。長期間薬を使用している (使用していた) 方、多種類の薬を使用している (使用していた) 方などは、ネオクレンズを1カプセルから様子を見ながら始め、低用量 (1日1~2カプセル) で継続するなどゆっくりと取り組んでください。妊娠中・授乳中のネオクレンズの使用は1日1~2カプセルの低用量を守れば安全に取り組むことができますが体調の変化など敏感な時期のため、実施については好転反応が出る可能性も考慮した上で検討して下さい。

「ネオセルプラス」「ネオガードプラス」は妊娠中・授乳中も安心してお使いいただけます。

### Q3)ネオセルプラスに入ってるセイヨウオトギリソウと相性が悪い薬があると聞いたことがあります。

A3)ギブソン医師によると、問題となる成分を取り除いているため薬の併用は問題ないとのこと。

### Q4)サプリメントのカプセルは何でできていますか？

A4)「ネオセルプラス」「ネオクレンズ」は100%植物由来のセルロースを原料としています。「ネオパック」の魚の油のカプセルは、ゼラチン (牛由来) でできており安全性が確認されたものを使用しています。

### Q5)どんな好転反応がでますか？好転反応が酷い場合はどうしたらいいですか？

A5)好転反応は、その方の弱い部分にでることが比較的多いですが、一般的な好転反応例として、だるい、眠い、風邪症状 (咳や発熱、喉の痛みなど)、痛みが移動する、検査数値の変化、湿疹、かゆみ、イライラ、便秘、下痢、頭痛、吐き気などがあります。また女性の場合は、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がでることもあります。

好転反応が出た時は、お水をしっかり摂ることも効果的ですが、あまりにも反応が辛い場合は、無理をせずにサプリメントの量を減らしたり、場合によっては一旦お休みして様子を見ながら再開していただくといでしょう。お困りのことがありましたら、ユーザーグループへ相談してください。

**<サプリメントアドバイザーエッセイ>****健康を保つ仕組みと基準値が作る病気～高血圧**

前回に続き、松田史彦先生の『薬の9割はやめられる』（SBクリエイティブ）から今回は高血圧についてご紹介します。

人間の体には、本来健康を保つための優れた仕組みが備わっています。それがよく表れているものの一つに、血圧の調整があります。

年齢を重ねていくと血圧が高くなるということを皆さんよく聞くとおと思いますが、これはどうしてなのでしょう。

血管というものは加齢の影響で動脈硬化により血管が硬く内部が狭くなっていきます。ストローを考えるとわかりますが、直径の太いストローで水を吸うのは楽ですが、細いストローで同じ量の水を吸うには強く吸わないと水が上がってきません。

これと同じで、狭くなった所に今までと同じだけの量の血液を届けるために、人間の体は血圧を上げることで十分に流れるように体を変えていきます。それも自律神経が自然に自分の体の変化を感知して行ってくれています。つまり、例えば50歳の誕生日に「今日から上げなければ」と、自分で血圧を上げるのを忘れないようにする必要はありません。本当によくできたシステムです。そのため、高齢になればなるほど血圧が上がるのは自然なことなのです。

医学界でも、1960年代までは、年齢+90mmHg（上：収縮期血圧）までが正常の範囲でした。つまり、40歳で130、50歳で140、60歳で150、70歳で160ですね。

ところが、WHOが1978年に年齢関係なく160/95（下：拡張期血圧）以下を正常とし、さらに1999年には139/89以下が正常としました。

日本も同様に基準値を変更し、日本高血圧学会では一時期120/80としましたが、その後改訂し現在は、上が140～159を1度の高血圧と呼んでいます。日本人間ドック学会の基準は現在は160以上を異常としているようで、学会ごとでも変わっています。

このように基準値が変われば、昨日まで「正常値」だった人が今日から「高血圧の患者」になるので、基準値が変わるたびに患者がどっと増えたり、減ったりします。つまり基準値が「高血圧患者」を作る面があります。

ここで、松田先生は、「そもそも高血圧は病気なのか」という問いを提示します。血圧が高いと、心筋梗塞などの循環器疾患や、脳梗塞、脳出血などの脳血管疾患のような命に関わる疾患を招く危険があるから血圧を下げましょうというのが建前です。では逆に血圧が下がれば病気にならず健康で長生きできるのでしょうか？慶応大学医学部が100歳から108歳の方163人を対象に食事、トイレ、入浴、歩行、認知症の程度などを総合して自立度を調べました。結果最も自立度が高いのは収縮期血圧が156から220のグループでした。また認知症の程度も血圧の高い人の方が軽かったと報告されています。

血管は、血圧の上が200程度になっても破れるものではなく、重量挙げの選手などは瞬間的に300を超えるそうです。血管は、ストレス、有害物質、体の酸化、糖化などによって血管内皮が傷つけられることにより破れるため、血圧だけの問題ではありません。

でもそこで無理に血圧を下げたらどうなるでしょうか。頭に血が行かないということ起こりうる代表的なことは認知症です。また、降圧剤により血圧が低下し、血の巡りが悪くなるとかえって脳梗塞を起こすリスクが高まります。

健康診断でも必ず血圧は測ります。そこで「その時学会が決めた」「基準値」より高いと、簡単に病人になり薬が出てきます。「ずっと飲み続けなければならない」と言われ、本人もそう思えば、病院にとってはずっと通ってくれる良いお客さんができたということも言えます。

人間は血圧を上げることによって、血液を脳や筋肉を含めた全身に届けていること、朝になれば、活動のために自然に血圧を上げてくれる優れた自律神経の働きが備わっていることに感謝し、食べ物に気をつけることで血管の糖化を防ぐなど体をいたわって過ごすことが健康でい続けられるコツなのではないでしょうか。



### 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](mailto: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](mailto: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100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	風邪との上手な付き合い方	96
<食事の注意点>			
5 生活習慣を見直す	19		
6 好転反応の乗り越え方	25	コラム	
◆痛みへの対処の仕方		ステロイド外用薬と痛み	11
7 サプリメントによる栄養補強		断食療法について	16
～お勧めのサプリメントと飲み方～	30	現代型栄養失調について	17
8 リウマチ／膠原病を治そう		腸内環境と免疫力	18
～完治のために～	34	自分の治癒力を信じる	26
◆薬を止める時期の注意点		腹式呼吸法と丹田式呼吸法について	28
◆リウマチ／膠原病患者の家族の方へ		家事との関係	34
9 モチベーション維持のコツ	38	生活の工夫	35
10 治る人、治らないはここが違う	41	妊娠と出産	36
<治る人>		子育てと治療	36
<治らない人>		関節の変形	37
11 健康を維持する／さらなる健康を手に入れる	42		
体験談集 I	44	Q&A	
自然療法のみで回復した方たち		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	
薬+自然療法で回復した方たち		好転反応と悪化の区別がつきません	
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		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？	
体験談 II	53	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？	
10年間のステロイド注射から卒業しました		治った後もサプリメントを飲まなければいけませんか？	
リウマチ症状、強膜炎、シェーングレン症候群からの回復		どうしても早く症状を取り去りたい	
薬を併用しながらリウマチを卒業しました		関節の変形が怖くて不安が大きい	
私のリウマチ卒業記		薬は絶対止めた方がよいですか？	

## ＜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。

## ～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

10月：26日、27日

11月：1日、8日、9日、16日、17日、22日、24日、30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）

10月：27日

11月：4日、10日、19日、29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おります。

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>