

クレスト・ユーザーグループニュース Vol.57

2022年7月号

6月末の連日の猛暑で、早くも夏バテ気味の方もいらっしゃるかもしれませんね。
梅雨戻りでいくぶん気温も落ち着きましたが、これからの夏本番の暑さに向けてしっかりと体調管理を行なっていきましょう。
今号ではキャンペーンのご案内のほか、サプリメントアドバイザーエッセイでは最近話題になっていた乳酸菌飲料を取り上げてみました。日々の健康のためにご参考にしていただけたら幸いです。

<< 夏のネオセルプラスキャンペーン 7月31日まで >>

今年の夏は6月から様々なメディアで「猛暑」「酷暑」「炎暑」などの言葉が並ぶほど厳しい暑さとなっています。
そんな中でも休むことができないのが大人の辛いところですね。

暑さでボーッとしがちな脳に、
今こそネオセルプラスの良い栄養が必要です。
大人気製品のネオセルプラスが5本セットで
今だけ79ドル分（7月11日現在約10,780円）も
お得になっています。

日頃のストレス対策としても是非ご利用ください。



ネオセルプラス4+1【初夏のキャンペーンセット】

商品番号：4055

価格：245ドル

ネオセルプラスは4つの方法で脳の健康にアプローチ!!

- ①脳への栄養補強 ②脳機能の促進 ③脳をリラックスさせる ④脳を保護、修復します

<摂取量の目安>

17歳以上：1日4-5カプセル

12~17歳以下：1日3カプセル

6~12歳以下：1日2カプセル

6歳以下：1日1カプセル

1日分量を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。

カプセルを飲めない場合は、中身を出して食べ物や野菜ジュースなどに混ぜて摂ってください。

※熱いものと混ぜたり加熱はしないでください。サプリメントに入っている栄養が壊れてしまいます

★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

ネオセルプラスQ&A

Q1)どんな人におすすめですか？

A1)お子様からシニアまでの幅広い世代におすすめです。

ネオセルプラスには脳に重要な栄養素が含まれていて、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、気分の落ち込み、慢性痛、睡眠障害、記憶力低下、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、ネオセルプラスを長期間摂取することで、アルツハイマー、パーキンソン、多発性硬化症（MS）などが予防できるそうです。

Q2)ネオセルプラスは子どもにも良いですか？

A2)子どもにも脳に良い栄養は必要です。集中力がつきますので勉強やスポーツにも良いです。受験生にも大変おすすめです。

Q3) 摂取上の注意事項はありますか？

A3)薬を服用中の方は医師に確認してください。

Q4)ネオセルプラスにセイヨウトギリソウが入ってますが、相性が悪い薬があると聞いたことがあります。

A4)ギブソン医師によると、問題となる成分をとり除いているため、薬の併用は問題ないとのこと。

Q5)うつで悩んでいます。効果的な飲み方があれば教えてください。

A5)軽度から中度のうつ、不安感、ブレインフォグ、認知症、ADD(注意欠陥障害)、パーキンソン病、多発性硬化症（MS）、リウマチ、その他神経障害をお持ちの方は、1日に6カプセルに。中度から重度の上記健康問題のある方は1日8カプセルの増量をおすすめします（好転反応が気になる時は、様子をみながら少しずつ増量してください）。脳の回復には、これらの増量した摂取量を90日間は続けることが重要だとギブソン医師は勧めています。また、脳の栄養だけでなく体への栄養を補うことも大変重要です。ネオパックなどと一緒に摂取することで、より回復の助けとなります。

Q6)飲んで1週間程して体がだるくなりました。ネオセルプラスでも好転反応があるのですか？

A6)他の栄養補強、腸の健康セットやネオクレンズの解毒プログラムと同様に好転反応がでることがあります。好転反応の過程や状態は人によって様々で、飲み始めてすぐに起こる人もいますし1年後に起こる人もいます。その方の弱い部分にでることが比較的多いですが、一般的な好転反応として、だるい、眠い、風邪症状、痛みが移動する、検査数値の悪化、湿疹、かゆみ、イライラ、便秘、下痢、頭痛、発熱、吐き気などがあります。反応が辛い時は、無理をせずに量を減らしたり、場合によっては一旦お休みをして様子を見ながら再開していただくと良いでしょう。お困りの時はユーザーグループへ相談してください。

Q7)ネオセルプラスを飲み始めて1ヶ月経ちますが、ほとんど変化がありません。

A7)飲み始めてすぐに効果を感じる方も多いですが、変化を感じるまでに多少時間がかかる方もいるなど様々です。特に長年栄養補強をして元気な方は2、3ヶ月程してから、ストレスの軽減や記憶力のアップなどちょっとした変化から気づくことも多いようです。

細胞レベルで変化を期待するためには少なくとも90日かかるため、最低でも3ヶ月間の継続をギブソン医師は勧めています。

Q8)脳のためにネオセルプラスはずっと摂り続けないといけないでしょうか？

A8)ネオセルプラスに限らず、その他の栄養補強も同じですが、現代の食べ物には栄養が減っていて、またその方の胃腸状態で吸収力も変わってきますので、できるだけ継続することが健康維持のためにも必要です。

<サプリメントアドバイザーエッセイ>

～ 乳酸菌飲料の問題点と腸内環境 ～



今は多少落ち着いているようですが、最近話題になった乳酸菌飲料がありました。基本宅配でしか手に入らず、今はその新規受付も停止しているようです。これを飲むとよく眠れるという方もいるようです。

そういう良い評判がツイッターやネットニュースに書いてあるとすぐ飛びつくのが好きな人もいると思いますが、どんな成分が含まれた乳酸菌飲料なのでしょう？
口に入るもの、イコール体に影響をするものなのでやはり全て調べた上で取り入れていただきたいと思います。

では話題の乳酸菌飲料の原材料を見てみましょう。
最初に書いてあるものは「砂糖」です。含まれる割合が多いものから書くのがルールですが、次に脱脂粉乳、その次にまた「ぶどう糖果糖液糖、高果糖液糖」、安定剤、最後に香料です。この原材料に1種類の乳酸菌が多く入っている、ということがセールスポイントのように見受けられますが、原材料はほとんどが「甘くするためのもの」です。
こうしたものを寝る前に飲む、または毎日飲むという場合、乳酸菌以外のものが体に及ぼす影響についてはどう皆さん考えるのでしょうか。

疲れた体に甘いものはホッとしますし、それで眠りにつきやすいということはあるかもしれませんが、メーカーはいつ飲んでもいいと質問に返答していますが、寝る前30分に飲んでみているという人もいます。でも乳製品の入ったものを空っぽの胃に入れる＝腸に影響しそう、ということもちょっと考えてしまいます。（この部分については今回のエッセイでは説明しませんが、興味のある方は新谷弘実医師著『胃腸は語る』掲載の写真をご覧ください）

ただ評判だけを聞いて飛びつく前に、よく考えていただきたいのですが、乳酸菌を摂るのになぜ糖分と一緒に摂らなければならないのでしょうか。糖質制限というのも流行っていませんでしたっけ？ なお、過剰な糖質制限は百害あって一利なしですが、なぜか体調の良くない方が取り入れるケースが多く見られます。

人間の体が糖質を必要とする、脂分を好むということは人間の体を考えると生存戦略の一つのようですが、今は一応食べ物が選択できる時代なので、できれば良い糖質、良い砂糖で気持ちや心を満たしてほしいものです。

「適正糖質」という言葉があるようです。ある糖質製品を作っているメーカーのHPにありましたが、これはなかなか良い言葉だと思います。糖質は適正量摂ることが大事で、体に必須なご飯など炭水化物から摂る糖質に、「ぶどう糖果糖液糖」の入った甘いジュースを足してしまうと、糖質の総量が多すぎることがあり、またこの甘さは癖になってまた飲みたくなりやすい場合があります。特にお子さんは気をつけないといけませんね。このことがその乳酸菌飲料が起こしかねない問題のように思います。

体に問題がある方に多いのが、甘いものがやめられないということですが、栄養補強で落ち着くまでの回復過程に甘いものが欲しければ、本物の黒糖、つまり黒く色をつけたものではなくミネラルがたっぷり入った混ぜ物のない黒糖を使ったものを食べる、または自分で作ることで、自分の甘いものが食べたいという欲求を収めながらミネラルを摂るという方法もあります。

乳酸菌が必要だったら、植物性乳酸菌であること、つまり、納豆、漬物をまずしっかり毎日とることが大事です。それでも足りない場合、薬などで腸内環境が悪化している方は、私どもクエスト社が出している「でるサポート」のような植物性乳酸菌で甘くしてないもの、しかも多種類の乳酸菌が入っているということが大事のように思います。今までと違った乳酸菌が腸に良い場合があるからです。

私どもには体を回復させたい方からのご相談が多いのですが、ここにたどり着く前に多くの方が様々なことを試しています。他社の乳酸菌をずっと飲んでます、という方も多いですが、それならなぜ今下痢や便秘、また腸内環境は膠原病などの免疫疾患に深く関係がありますが、まだそういった問題が続いているのでしょうか。

なお、でるサポートがなかった時は、ネオパックだけでお腹の調子が良くなる方もいましたが、そこにさらにでるサポートを足すことが栄養を摂りながら腸内環境を良くするために大事です。

もちろん腸内環境というのはすぐには良くなるものではありません。

抗生物質をよく飲んでいて、年に4回5回と風邪を引いて風邪薬を飲んでいて、そういう人はお薬を飲んだ期間が5年あったとしたら、簡単な目安としてその半分、2年半ぐらいは回復のために時間をかける必要があると思って頂いて良いくらいです。

そんなに長くかかるの？と思う人と、そんな短い間で回復できるのならば、他の食べ物もよく考えて頑張るといふ人もいると思いますが、人間の体というのは坂を下っていくのは非常に簡単ですが、回復するには自分の生活を見つめ直し、考え方の癖を見直し、と生まれ変わるくらいの気持ちが必要な場合も多いです。最近、新しい薬などを使っている方がちらほら見受けられるのでそんな思いを強くしています

でるサポート/60粒 (商品番号: 2135) 50ドル

お得な4個入り(商品番号: 4135) 170ドル



1粒で10種類のプロバイオティクス(善玉菌)が40億個以上摂取できます

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
 2 検査について・・・10
 <検査数値の見方>
 3 リウマチ／膠原病の治療・・・12
 4 食事を見直す・・・14
 <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
 ◆痛みへの対処の仕方
 7 サプリメントによる栄養補強
 ～お勧めのサプリメントと飲み方・・・30
 8 リウマチ／膠原病を治そう
 ～完治のために・・・34
 ◆薬を止める時期の注意点
 ◆リウマチ／膠原病患者の家族の方へ
 9 モチベーション維持のコツ・・・38
 10 治る人、治らないはここが違う・・・41
 <治る人>
 <治らない人>
 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
 自然療法のみで回復した方たち
 薬+自然療法で回復した方たち
 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
 体験談Ⅱ・・・53
 10年間のステロイド注射から卒業しました
 リウマチ症状、強膜炎、シェーングレン症候群からの回復
 薬を併用しながらリウマチを卒業しました
 私のリウマチ卒業記

薬剤師健康コラム

薬剤師専門相談の例・・・11
 痛みと鎮痛剤のおはなし・・・23
 季節ごとのアドバイス・・・43
 風邪との上手な付き合い方・・・96

コラム

ステロイド外用薬と痛み・・・11
 断食療法について・・・16
 現代型栄養失調について・・・17
 腸内環境と免疫力・・・18
 自分の治癒力を信じる・・・26
 腹式呼吸法と丹田式呼吸法について・・・28
 家事との関係・・・34
 生活の工夫・・・35
 妊娠と出産・・・36
 子育てと治療・・・36
 関節の変形・・・37

Q&A

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好転反応と悪化の区別がつきません
 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？
 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？
 治った後もサプリメントを飲まなければいけませんか？
 どうしても早く症状を取り去りたい
 関節の変形が怖くて不安が大きい
 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。

【夏季休業のお知らせ】

◎8月11日（木・祝）から8月17日（水）まで休業いたします。

WEBショップはご利用頂けますが出荷は8月18日以降になります。お休み前にお早めのご注文をお願いいたします。

ユーザーグループでは休業期間中もお問い合わせメールにつきまして、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☆（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

7月：26日 8月：2日、3日、8日、9日、24日、30日

☆リウマチ卒業生による相談☆（13時、14時、15時）

脱薬時の不安など経験者だからわかることとお話し頂けます（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ます）

7月：29日 8月：9日、22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>