

体質改善するなら砂糖は **悪毒**

- ・現在、砂糖は昭和30年の時代に比べ一人平均30倍も摂っています。
(一人平均年間消費量・・・米→60KG 砂糖→35KG)
- ・子供の各アレルギー（アトピー、喘息、鼻炎）や切れる子供の大きな原因であり各生活習慣病（糖尿、高血圧、高脂血症、癌）など全てに悪影響を与えています。

くすりのキュートからの大切なお知らせ

おやつと砂糖の こわくて甘い関係

McDonald's Hamburger

マクドナルドなどのコーヒーについてくる
1本3g入りのペットシュガーが
何本入っているかな???

甘い物は
水が good.



ペットボトルの糖分



| | | | |
|----------------|-----------------|--------------|--------------------------------|
| アメ 5こ (4本) | キャラメル 5粒 (4本) | ガム 5枚 (4本) | グミ 1袋 (10本) |
| オレンジヨーグルト (4本) | ホットケーキ (9本) | プリン (5本) | クエハース 5枚 (3本) |
| バニラアイス (9本) | ショートケーキ (10本) | 菓子パン (4本) | チョコレート 50g (9本) |
| 大福もち 127g (4本) | 練乳おかし 57g (10本) | クッキー 5枚 (4本) | ポテトチップス (主) カロリー 袋で茶わすお菓子のカロリー |

試してみよう!

- ・3ヶ月砂糖を摂るのをやめると、本来の味覚がよみがえり、甘い物をほしくなくなってきます。
- ※平行してグロスマンCK5を服用していくと、体調の改善がスムーズになります!!

伊藤 慶二 医師著「今、食生活を見直そう」

お砂糖は最後にエネルギーになるのを待っているんですけどほとんど転換できない。20%しかエネルギーならず残りの80%は解糖作用が別の代謝を始めます。一つはコレステロールとか中世脂肪になり血液を粘っこくしますお砂糖の入った料理がみんな粘っこくなるのと一緒にです。血管に入っても同じ事です。うまく脳梗塞を起こさなかったとしても脳の血管は一方通行ですから流れが悪くなると、脳が萎縮してくるからボケる・・・老人性痴呆です。お砂糖の甘いものが好きな人はボケるって言いますがその通りです。

それから砂糖は粘液と粘液酸を作ります。これは水に溶けません。痰とか鼻水とか目やにです。鼻とか耳とか気管支、のどに集まって病原菌を増やし呼吸器や耳鼻科の疾患を作ってしまいます。

それと砂糖はヒスタミンレベルを上げます。アトピー性皮膚炎、気管支喘息、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎、この四つの病気は全部同じです。これはいずれも砂糖を食べると必ず悪くなりますからお砂糖をやめなきゃいけない。子供なんかのアトピーとか喘息とかはお砂糖を止めるだけで、9割以上は間違いなく消えてなくなります。