

## 腸を内側から整える

腸というと、「便を作る臓器」と思われているかもしれませんが、その前にもう一つ大切な仕事があります。それは、「栄養を吸収する」ということです。

口から入った食べ物は、胃でペースト状にされ、小腸に入ります。小腸は、ペースト状になった食べ物を消化吸収し、血液に取り込みます。そして大腸が、その残りカスで便を作り、肛門へ送ります。



この「栄養を吸収する」という腸の仕事は、うっかり忘れてしまいがちですが、非常に大切です。なぜなら、吸収された栄養が血液の材料になるからです。質のよい血液を作るための第1ステップだと言えるでしょう。

そして、第2ステップは、便を作って不要なものを排出することです。

もし、便を作り出せなかったり、肛門まで送り出せず便秘になったりすると、不要なものが体内に蓄積してしまいます。

これはいわば、体の中に生ゴミを溜めているようなもの。

生ゴミから発せられる毒素が血液にのって体中を巡るなんて、想像しただけで気持ちが悪いですよね。どんなに血流がよくても、肝心の血液の質が悪ければ、細胞はエネルギー不足に陥ってしまいます。だから、腸を整えて、血液の質を高めることは非常に大切です。

腸を整える方法はたくさんあります。有名なのは、ヨーグルトや味噌など、腸によい食べ物を摂取することで腸の内側に働きかける方法です。



内側からのアプローチには「大草整腸薬ベルビオ」「大草ビフィズス $\alpha$ 」をお勧め下さい。また便秘・便秘がちの方には「大草丸」をお勧め下さい。

(参考:「腸を整えるのに入浴が一石二鳥な理由」小林弘幸著)



大草整腸薬ベルビオ 大草ビフィズス $\alpha$

腸に悪影響を与える溜まった便を出し、腸内環境を整えるためにビフィズス菌、乳酸菌、オリゴ糖、食物繊維などを、積極的にとりましょう！



大草丸

☆4月20日(水)14~15:30「基礎商品集中講座・大草丸」開催！  
事前登録は不要！当日参加も可能！参加者限定特別セールも実施します！