

健康講座

食べながら糖尿病数値と体重が下がった♪ スピード改善に導く食事中の「ひと工夫」

食事制限や運動を続けても改善し難い糖尿病だが、食事を楽しむながら高数値を下げる方法があるという。漢方専門医で医学博士の二木昇平医師に聞いた。

【8種の薬草の働き】

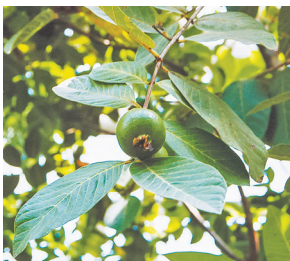
1 糖の吸収を防ぎ血糖値の上昇を抑制する



ギムネマ・シルベスタ



桑の葉



グアバ葉

主成分のギムネマ酸が腸内での糖の吸収をブロック。余分な糖の排出作用も

独自成分のDNJがαグルコシターゼの働きを弱め、血糖値上昇を防ぐ

糖やでんぷんを分解する消化酵素の働きを弱める、ポリフェノール含有

2 ダメージを受けた血管を修復し動脈硬化を予防する



クコの葉



クマザサ



柿の葉

毛細血管の詰まりを防ぐルチンや血液中の塩分を排出するカリウムを含む

「緑の血液」と呼ばれるクロロフィルが、コレステロールを吸着し血流改善

活性酸素を除去するタンニンと動脈硬化を予防するフラボノイドで血管強化

3 血糖値を下げるホルモン「インスリン」の働きを補助する



ヤーコン葉

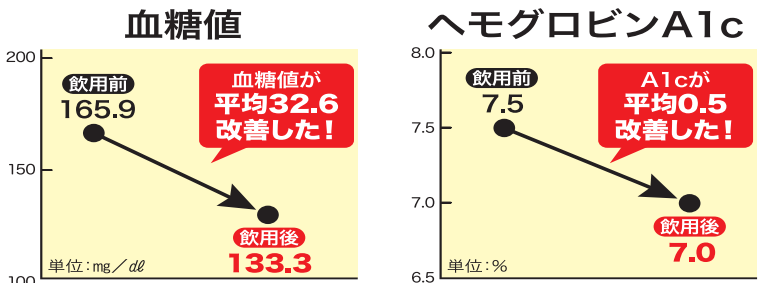


バナバ葉

「植物インスリン」とも呼ばれ、体内のインスリン分泌を活性化させる

体内で糖を効率よく消費させる、インスリンに似た成分のゴロソニン酸含有

「8種の薬草発酵茶」で 血糖値とヘモグロビンA1cが改善！



二木医師が糖尿病患者12人に実施した「8種の薬草発酵茶」飲用後の調査結果(本文参照)

取り組みやすい糖尿病対策です。

合併症や肥満の原因になる高数値を放置してはダメ

検査で血糖値やヘモグロビンA1c(エイワンシー)の高数値を指摘されている人は、糖尿病やその予備群である可能性が大。「糖尿病数値」が高い状態が続くと、失明や足の切断、腎機能障害を招く合併症(網膜症、腎症、神経障害)や命に関わる脳梗塞、心筋梗塞を発症するリスクが格段に上昇するほか、肥満の原因にもなるので、放置は禁物です。こうした健康トラブルを防ぐため、私は速やかに数値を下げるよう説明します。しかし、その対策となる食事制限や運動療法は想像以上に続けることが困難で、挫折してしまう人は少なくありません。そこで一刻も早く数値を低下させる方法として注目したのが、いつもの食事で摂る水分を「8種の薬草発酵茶」に変えるだけの「ひと工夫」。どんな人でも

甘いものを食べながら数値改善、体重も8kg減！

体験談

甘いものを食べながら数値改善、体重も8kg減！

糖尿病はますます悪化するばかり、ヘモグロビンA1cは8を超え、ついに入院。合併症の不安がよぎり始めたとき、「8種の薬草発酵茶」と出会いました。

若い頃はいくら食べても太らず52kgを維持していましたが、三度の出産を経て82kgまで増加。50歳を過ぎるとついに糖尿病と告げられ、それからは甘いものを控えました。けれどつい和菓子に手が伸び、始めた運動も三日坊主。体のダルさがひどく、一日中横になっていた。食事制限も運動もしなければ、

運動ができない私でもわずか3カ月で数値安定！

数年前、ヘモグロビンA1cが8・5まで上昇し、「もうすべインスリン注射が必要になる」と医師から忠告されました。



田面貴美江子さん (68歳・茨城県)

当時は妻を介護しながら慣れない家事に追われる毎日でした。このままでは夫婦共倒れですから、糖尿病を放置するわけにいきません。が、若い頃に患った肺の病気のせいで長時間の運動は禁止されて

おいしい食事を楽しみながら糖尿病や肥満対策ができる！

一方、国立・鳥取大学は糖尿病を発症したマウスに「8種の薬草発酵茶」を約1カ月間投与する実験を行いました。すると投与しなかったマウスと比較して、「血糖値」「体重」「中性脂肪」「総コレステロール」などの数値低下や上昇抑制作用を確認しています。

これら2つの調査報告を受け、私のクリニックでも糖尿病患者への2週間以上の飲用試験を実施。すると、短期間で12人中11人の患者にスピード改善が見られました。

血糖値は平均32・6も低下し、落とすのが難しいA1cも平均0・5も低下したのには驚きました(左中の表参照)。被験者である50〜80代の男女が揃って改善したので、「8種の薬草発酵茶」は年齢や性別を問わず効果が得られると確証が得られました。また、糖尿病数値が低下すれば肥満の改善も期待できます。「体重や腹囲のサイズまで減少した」という声も多く届いています。

60から120の正常値で安定。さらに嬉しかったのは、体重も8kg減に成功したこと。洋服のサイズは17号から11号になりました。

あれほどダルかった体が軽くなり、今では家事やパート仕事に励んでいます。1日中、横になっていた当時からすれば、今の元気な姿は想像できないでしょうね。

まさに八方塞がりの状況で出合ったのが「8種の薬草発酵茶」です。なんと飲み始めて3カ月後に



米山進さん (78歳・島根県)

実はこの間、食事制限はまったく意識せず、大好きな肉や魚をいつも通り食べていました。それでも好結果が得られたのは「8種の薬草発酵茶」のおかげ。毎日ペットボトルで携帯して、どこでも飲めるようにしています。

※個人の感想であり、使用感には個人差があります。※年齢は取材時点

※本文中の検査値の正常値 ヘモグロビンA1c: 6.2以下 血糖値: 110以下