

水素水で見た目年齢若返り大作戦!!

老化や生活習慣病の原因、活性酸素の害から体を守り、すでに傷ついてしまった細胞を修復する力があるも愛用者が多いのだとか。女性以上の美しさを保つタレント GENKING (ゲンキング) が水素美容にはまつ年5月31日)号に掲載されていたのも記憶に新しいところ。そんな水素水がお家で手軽に作れるキット

夏の疲れとダメージ撃退!

として最近話題の水素水。芸能人や有名人にているという記事が本誌 2727 号(2016 があるというので効果を実験してみました♪



本誌
2727
号

疲れにくく、体が軽く感じる



効果
5

疲れが取れないのは活性酸素で傷ついた部分が十分に修復されずに残ってしまっているのが原因。ダメージが残った状態はよけいに活性酸素を発生させやすく疲れはどんどんなりやすくなってしまいます。水素の抗酸化力で全身の修復ができたみたいです。

眠りが深くなかった



効果
6

もともと寝付きはいいタイプなのですが、体験中に変な夢を見たり、夜中に目が覚めたりということが全然なく、朝起きたときにすっきり爽快な気分でした。

二日酔いの心配なし

効果
4

二日酔いの不快な症状も活性酸素が一因に。お酒を飲む前、飲んだ後どちらのタイミングで水素水を飲んでも二日酔いにならない(体质によって差があるので注意)にはびっくり。お酒代がちょっと跳ね上がってしまいそうで怖いです。



今回使った
キットはこち
ら

Beaustage SPA Premium

お風呂に沈めて水素風呂に、付属のボトルに沈めて水素洗顔にと自宅で水素スパが楽しめます。稼働中は青いLEDランプが発光します。1450g(本体)/81,000円

商品の問い合わせ先◎アデランス公式通販 0120-05-1960

便秘解消

効果
7

でまたての水素水でうれしい効果をたっぷり実感しました。買うとちょっとお高い水素水を手軽に作れるのがすごいです。飲む用のキットは軽いです。バッグに入れて仕事や旅先にも携帯できます。夏の紫外線で受けたダメージも回復。見た目年齢もよつと若くなつたかも。ほかにもアレルギーや花粉症の症状を軽減するとか男性のEDにもいいとかいろいろな効果を体験した方も多いようです。夏に受けた紫外線のダメージも水素水は効果的。是非試してみてください。



本誌N記者が効果を体験!

実験方法◎朝500mlの水素水を作って午前中の間に飲む。洗顔、入浴は水素水で行う

血行がよくなつたせいか、シミやくすみが取れて顔色が明るくなりました。シミは完全に取れたわけではありませんが、少しずつ確実に薄くなっています。同じメーカーなのに印象はちょっと違つて見えます。



肌のくすみが取れた

肩こりや筋肉痛がなくなつた

効果
1



実験4日目くらいからガンコな肩のこりがほぐれました。水素はものすごく小さな分子で脂質などでできている細胞膜も通り越し、体のどんなところへも届くといいます。おまけに血行をよくし、炎症を取り除く作用があるのだと知ってとても納得しちゃいました。



効果
2

肌や髪がしっとりした

効果
3

自然に汗が少しづつ出るので肌が潤う効果があるみたいで。また、水素水は還元作用で髪の汚れをすっきり落とすのでトリートメントの成分も入りやすくなります。カラーリングの色もキレイに決まります。

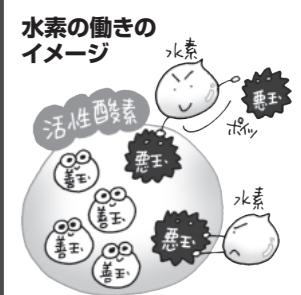


水素水は悪玉活性酸素をやっつける

安静にしているとき、人が呼吸で取り入れる酸素は1分間に約200mlだといわれています。体内に入った酸素のうち約2%は酸化力の強い活性酸素になつてしまふのだとか。活性酸素の強い酸化力で細胞が傷つくことが老化や病気の原因になるということはよく知られています。

でも活性酸素に善玉と悪玉があることはあまり知られていません。活性酸素の中の酸化力の弱

いものは善玉活性酸素といわれ免疫機能を助けたり、血管を拡張して血流を促す、神経の働きを促進するなどの作用を持っています。



一方、善玉の何倍も酸化力が強い悪玉活性酸素は遺伝子やタンパク質、脂質を破壊するなどの悪い働きをして老化や病気の原因を作り出しています。水素を水に掛け込まれた水素水を飲む、水素水で洗顔や入浴をすることで体の内側と外側から細胞レベルでのダメージを修復できればうれしいですね。