

## Q&A よくある質問

### <NOサプリを飲み始める上での注意点>

- ◎腸の汚れや身体の老廃物が流れ出すと次のような症状が現れることがあります。
- ・身体の老廃物に対して食物繊維が不足すると便のゆるみが生じることがあります。  
⇒特に問題はありませんが、食物繊維をたくさん摂ると塊で出ます。
  - ・便が動きにくい場合、傷みが生じることがあります。
  - ・老廃物を分解していく中でガスが生じ、胃の膨張感、胃のむかつき、げっぷ、腸のガス溜まり、おなら、吐き気が現れることがあります。
  - ・口の中のタンパク質を分解するため不快感が生じることがあります。  
⇒温かい緑茶を摂ってください。

### Q and A <よくあるご質問>

**Q. NOを少量を時々摂取しています。体重は変化無しですが、むくみが引き身体が軽く寝起きはいい感じがします。体重を減らしていきたいのですが、飲む量を増やすべきですか？**

**A.** 身体が軽くなられたのですね。喜んで頂けてとても嬉しいです！  
個人差がかなりありますので、お腹の調子が何とも無いのであれば、1日2-3回お召し上がりになるか、摂取量を徐々に上げていってください！  
アルギニン、シトルリン、オルニチンは、脂肪燃焼だけでなく、体力回復や血流UP、体内のアンモニアを解毒する働きがある等、とても優秀で世界中から効果が認められている唯一のアミノ酸です。

**Q. 胃腸の膨張感がありますが問題ないでしょうか？**

**A.** NOを飲むことで、宿便が溶け始めると、腸の中が汚れて悪玉菌が増えてきます。そのため、吐気や胃腸の膨張感、ガス溜まりや残便感等の症状が出ますが問題ありません。  
悪玉菌が増えて腸内環境が悪化すると、色々と不調が出てきますので、解毒効果の高い「緑茶や抹茶を濃くしてたくさんお飲みください。  
青汁も解毒効果がありますが、種類によって効き方が違いますし、やはり緑茶は手軽なのでオススメです。  
大腸には液体の状態での老廃物が流れてきます。それを繊維に絡めて出すので、繊維の摂取量が、老廃物より少ないと水便で出ます。水便が気になる方は食物繊維の量をもっともっと増やしてみてください。発酵玄米などは特にお勧めです。

**Q. 『PURE RICH+』を水素水で飲んでも良いですか？**

**A.** はい！水素水で飲んで頂いても大丈夫です！  
水素水で摂取できる最大水素量の3倍以上の水素が腸の中で合成されます。腸の温度は37-8度ありますので、腸の働きを低下させないように最低でも40℃以上に温めるといいでしょう。

**Q. 40代男性です。薄毛でホルモン治療をしたことがあり、5年以上勃起不全気味でした。「PURE RICH+」を飲み始めて3日で勃起機能が改善してうれしのですが、逆に薄毛になったりしませんか？**

**A.** 「PURE RICH+」に高配合されている『①アルギニン』『②シトルリン』『③オルニチン』は男性機能の改善で知られていますが、育毛サプリとしても有名です。

①アルギニン

成長ホルモンの分泌を促進するため、「筋肉増強」、「免疫機能の向上」、「血流改善」、「精神的・肉体的な強化」、「男性機能の改善」などの効果が期待できます。

②シトルリン

スーパーアミノ酸と呼ばれることもあり、「疲労回復」、「筋肉増強」、「精力増強」、「集中力・記憶力向上」などの効果があるとされています。

③オルニチン

「肝機能向上」、「疲労回復」、「新陳代謝」に影響があり、ダイエット・美肌で用いる方もいます。お酒をよく飲まれる方やダイエット中の方にはぜひ摂ってほしい成分です。スキンケアに力を入れている方には、一緒に摂ることで効果が高まります。

**Q. 水便になり、体重がいきに-3キロに。効果がありすぎて恐ろしいのですが、するりんぽんには下剤が入ってるんですか？**

**A.** 「PURE RICH+」に下剤は含まれておりません。

下剤は以下種類に大別できます。

①酸化マグネシウム（塩類下剤）等の緩下剤

（大腸の水分の吸収を抑制し便を軟化させる）

②刺激性下剤

（刺激性下剤は、大腸の運動を亢進させて便の移動を速くする）

「PURE RICH+」を飲んで水便が出て不快感がなければ心配ありません。しかし、不快感がある場合は、好転反応の可能性があります。これは宿便が溶け出し、悪玉菌が増えるためです。結果として、吐き気、胃腸の膨満感、ガスの溜まり、残便感などの症状が現れることがあります。これらは腐敗した老廃物の毒素に体が反応して水便になるためです。この場合、解毒効果が高い緑茶を濃く淹れて多く摂取することをお勧めします。大腸では液体状態の老廃物が流れますが、これを繊維が捕らえて体外へ排出します。もし水便が気になる場合は、食物繊維の摂取量を増やしてください。特に発酵玄米は食物繊維が豊富でお勧めです。



ファスティングのお供！  
「NOダイエット」で  
健康スリムを目指そう！