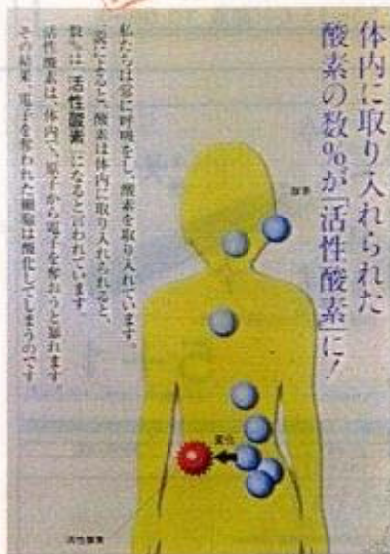


HSイズム100

H25.11.20

～ 美を形にする happycompany ～

エネルギー理論「酸化と還元」 Part.2



◆体内に取り入れられた酸素の

およそ2%が「活性酸素」に！

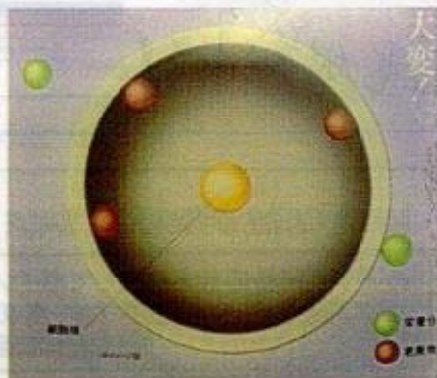
私たちは常に呼吸をし、酸素を取り入れています。一説によると、酸素は体内に取り入れられると、およそ2%は「活性酸素」になると言われています。活性酸素は、体内で、原子から電子を奪おうと暴れます。その結果、電子を奪われた細胞は酸化してしまうのです。

◆細胞が酸化すると大変！

細胞が酸化するとどうなるのでしょうか？

細胞を包んでいる細胞膜が硬くなり、うまく栄養を取り入れたり、老廃物を出すという力が低下してしまいます。

細胞が酸化してしまうと、いくら豊富な栄養をとっても、細胞内には取り入れることができないうことになります。



感謝

ハートスタッフ。 木納 基雄

