

# 毒素抜き⑥ キレーション

しつこい肌荒れやだるさの原因はコレ!?

# 美容の大敵、有害金属を排出しよう。

加工食品や添加物、排気ガスに含まれる金属が不調のもとって知ってた？ 簡単に調べて外に出す最新の方法を紹介します。

有害な金属があなたの体をサビさせている!

人間の体の97%は酸素、炭素、水素、窒素の4元素から構成されている。残りの3%を占めるのがミネラル。微量ながら、生命を維持するのに欠かせない元素だ。とはいえ、ミネラルの中には必須ミネラルのほかに、カドミウム、水銀、鉛、ヒ素、アルミニウムなど有害なものもある。有害金属が体内に多く蓄積されると、肌荒れやくすみなどのトラブルを引き起こす。肌サビは有害金属が原因なのだ。

## 毛髪ミネラル検査で体内の有害金属をチェック。

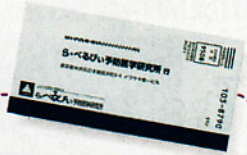
髪は体の栄養状態を記録したテープレコーダー。ミネラルバランスもチェックできる。「血液は生命維持のために常に濃度を保とうとする性質があります。血液の情報だけでは異常を見つ

けられないことも。その点、毛髪には体の状態がそのまま表れ、体内の有害金属の種類や量が一目瞭然とわかります」(徳田さん)。では、実際の毛髪検査の方法を見ていきましょう。

### 検査の流れ

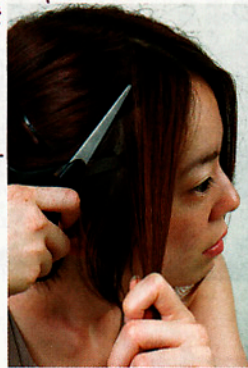
電話やインターネットで検査セットを請求する。

送られてくる検査セットの中身は、質問表、毛髪を入れる採取袋、返信用封筒など。



0.2g(約150本)の毛髪を切り取り、郵送する。

ロングヘアは髪をかきあげ、頭皮から3cmの部分でカット。数か所から採取する。ショートヘアの人は、襟足に近い部分から。



強いアルカリ液で毛髪を溶かし、分析装置にかける。

金属元素の中の必須ミネラル(元素)20種類、有害金属(元素)6種類について最新の分析装置で測定。



約2週間後に検査の結果が郵送されてくる。

ミネラルバランス表と総合アドバイス、さらに食事や必要なサプリメントなどのアドバイスも。



送られてきた毛髪を電子天秤で測定する。

1回の測定に必要な毛髪は正確には0.075g。2回測定できる0.2gを送るようになっている。



●お話をうかがったかた  
とくだ りょういち  
徳田竜一さん  
●ら・べるびい広報

アメリカでは30年以上前から普及していた毛髪ミネラル検査の民間受託会社を4年前に立ち上げた。1か月に2000件を検査。

ら・べるびい  
予防医学研究所  
0120-117-424  
http://www.LBV.jp  
e-mail:info@LBV.jp

### ●6種の有害金属はこんなものにも含まれている!●

#### カドミウム

タイヤの磨耗粉塵、車の排気ガス、タバコ、飲料水、缶詰、石油、汚染された食品

#### 水銀

汚染された魚介類、汚染された水、歯の詰め物(アマルガム)、破損蛍光灯

#### 鉛

鉛管、缶詰、毛染め、印刷物、タバコ、排気ガス、塗料、大気汚染

#### ヒ素

残留農薬(野菜、果物)、飲料水、井戸水、海藻、魚介類、排気ガス、除草剤、産業廃棄物

#### アルミニウム

調理器具、食器、水処理剤、アルミ缶、タバコ、殺虫剤、消化制酸剤、大気汚染、酸性化した土壌、制汗剤

#### ベリリウム

大気汚染

(ら・べるびい資料より)

### 毛髪検査 キレーション

●六本木 Dr.アンディーズクリニック  
〒3401-0720

常に最新の治療をする、キレーションの先駆者。

尿検査もするが、国内とアメリカの2か所の研究所で行う毛髪検査を念入り。キレーションの方法は点滴、内服、ドクターが開発した塗るタイプなど、好みや症状による。価格は応相談。自由診療で要予約。●港区六本木4-8-7 六本木嶋田ビル6F ●10:00~19:00 日休 http://www.drandy.com



### 毛髪検査 キレーション

●恵比寿 シロノクリニック  
〒3797-1403

女性医師による親切な診療がうれしい。

美容の観点から毛髪検査とキレーションを取り入れている。毛髪と血液の検査をし、結果を待つ点滴を行う。血液検査1万500円、毛髪検査1万500円、キレーション1回2万6250円、6回13万2500円。要予約。●渋谷区東3-25-10 T&Tビル4F ●10:30~18:30 月祝休 http://www.shirono.net/



### 毛髪検査 キレーション

●外苑前 北青山ディークリニック  
〒5411-3555

医学的見地から研究を重ねた、信頼のクリニック。

血流と尿の検査をしたうえで、おもに動脈硬化の患者に対してキレーションを行う。1回1万500円、10回9万4500円。週1~3回の頻度で10~20回行うことをすすめている。要予約。●渋谷区神宮前3-7-10 AKERAビルB1 ●9:00~20:00、土~18:00 日休 http://www.dsurgery.com



### クリニックガイド

# ★キレーション

## アミノ酸が主成分のキレート剤で排出!

キレーションとは、有害金属をうまく外に出す働きのあるキレート剤を投与することをいう。何回か繰り返すことで効果が見られ、アンチエイジングだけではなく、動脈硬化や自閉症などにも効果がある。「体に必要な成分も排出されます。負担が大きいので、必ず医師の診断のもとに行ってください。治療後は、質のいいビタミンとミネラルをたっぷり摂ることが必要」(アンドリュウ先生)。

### 実際にやってみました!

点滴中は眠るのも雑誌を読むのも自由でリラックス。直後は変化がなかったが、翌朝は3時間でバツと目が覚め、頭も体もスッキリ。尿もたくさん出ました。通って毒素を出し切ってしまうは、かなり体調がよくなりそう。(編集・K)



- お話をうかがったかた  
アンドリュウ・ウォン先生
- Dr. アンディーズクリニック 院長  
医学博士。美容外科医、美容皮膚科医、アンチエイジング専門医。カナダに研究所を持つ。研究熱心で信頼が置ける。親切な診療にも定評が。

↑「シロノクリニック」ではゆったりとしたリクライニングチェアの上で受けられる。個室のもうれい。

### ★こちらもチェック★

## 必須ミネラルを毎日摂って、有害金属の溜まらない体に!

有害金属を排出するのに効果的なのが、ビタミンと必須ミネラル。ビタミンは知っているけど、必須ミネラルが何に含まれるのかわからない人も多いはず。以下を参考に、毎日の食事で体の内側を磨こう!

- 鉄** 大豆、レバー、ホウレンソウ、ブロッコリー、アスパラ、ピーマン、アユ、アサリ、ヒジキ、ワカメ、バナナ、アボカド、番茶、黒砂糖、ゴマなど
- 亜鉛** 未精白の全粒穀類(小麦胚芽、玄米)、ジャガイモ、大豆、グリーンピース、豚肉、豚レバー、牛肉、牡蠣、カニ、アサリ、ニンジン、大根、チーズなど
- カルシウム** 大豆、ソラマメ、ブロッコリー、小松菜、カブの葉、ホウレンソウ、シラス干し、牛乳、ヨーグルト、チーズ、干し椎茸、トマトジュース、ゴマなど
- マグネシウム** 未精白の全粒穀類、ジャガイモ、大豆、ソラマメ、豚肉、牛肉、ホウレンソウ、パセリ、牡蠣、マグロ、エビ、イカ、ヒジキ、ワカメ、柿、バナナなど
- セレンウム** 未精白の全粒穀類、ソバ、大豆、ニンニク、タマネギ、ダイコン、イワシ、カニ、ウナギ、ヒジキ、ワカメ、ブドウ、パイナップル、クルミなど

ほかにリチウム、リン、銅、モリブデン、マンガン、クロム、リチウム、バナジウム、コバルト、ニッケル、ホウ素、ゲルマニウム、臭素、ヨウ素があります。

(ら・べるびい資料より)

### 毛髪検査

ヘアー タヤ アンド コー ギンザ

●恵比寿 HAIR TAYA & CO. GINZA  
☎3575-9121

あのヘアサロンで毛髪ミネラル検査ができる!

カット前に申し込んで検査キットと髪をもらい、自分で封筒に入れて送る。ここからヘアスタイルが崩れる心配もなし。カット6300円〜。検査1万5000円。要予約。●中央区銀座6-6-1 銀座風月堂ビル4F ☎11:00〜22:00、土10:00〜21:00、日10:00〜19:00 無休 <http://www.taya.co.jp/>



### 毛髪検査 遠赤外線療法

●赤坂見附 メディカルエステ リジュー 赤坂本店  
☎3568-3610

岩盤浴サウナで体内の有害金属を汗と一緒に排出。

岩盤浴サウナ1回3000円。ボディエステの痩身コース(ベアック60分8000円など)、セルライトケアコース(90分1万5000円)と併用で1回2000円。毛髪ミネラル検査と岩盤浴のセットコースも検附中。●港区赤坂3-21-3 牧野ビル4F ☎10:00〜20:00、日祝〜18:00 無休



### 毛髪検査 ハーブ療法

●四ツ谷 統合医療ビレッジ  
☎3222-1055

院内のカフェ、薬局と連携した解毒プランを用意。

クリニック内のカフェ、ドラッグストアと連携したデトックスプランが用意されている。ナチュラルレメディ相殺料3000円〜。保険診療と自由診療があり、要予約。●千代田区六番町7-5 六番町アンドロイドビル ☎10:00〜13:00、15:00〜18:00 日祝休 <http://www.im-village.com/>



# 有害金属を排出するには?

## ★ハーブ療法

### 体調に合わせてブレンドして処方。

ハーブには体調を整え、健康をサポートする成分が多く含まれているという。「体内に蓄積した有害金属など毒素の排出を促す働きがあります。体の中から美しい肌へ導いてくれるのです」(中村先生)。ハーブを使ったデトックス(解毒)処方として、コーディアル、タンポポ茶などのドリンクも効果的。「肝臓や腎臓など解毒する部位によってハーブのブレンドが変わります」(中村先生)。

→統合医療ビレッジ内カフェの(デトックス コーディアル ソーダ)700円。↓タンポポ茶などハーブティ〜525円〜も薬局で販売。



↓中村先生が処方するナチュラルレメディのひとつがホメオパシー。チンキを水に数滴落として飲む。



- お話をうかがったかた  
なかつら ひろえ  
中村裕恵先生
- 統合医療ビレッジ 総合内科  
ナチュラルレメディ担当  
専門は消化器内科。デトックスプランとして、カフェやドラッグストアからのアプローチとホメオパシーなどの「ナチュラルレメディ」がある。



## ★遠赤外線療法

### 大量の汗とともに有害金属を出す。

最近、遠赤外線効果の高い鉱石「ブラックシリカ」の上に寝る岩盤浴が注目されている。大量に発汗するだけでなく、汗と一緒に体内に蓄積された老廃物や有害金属も排出するからだ。

「サウナだと汗はかくけど有害金属までは排出しません。岩盤浴サウナは有害金属の排出が目的。有害金属を排出して痩せやすい体質にしたいというらっしゃる方が多いです」(小田さん)



- お話をうかがったかた  
おだ たかこ  
小田貴子さん
- メディカルエステ リジュー  
赤坂本店主任

「岩盤浴サウナは室温40度、湿度60〜70%の快適空間。うつぶせ、仰向けなど体の向きを変えながら40分間寝るだけで大量の汗と毒素が排出されます」



↑ブラックシリカを敷いたカプセルタイプの「ヒーリングコークーン」。水分補給しつつ40分横になる。