

## すずなだより

例年より暖かく、花粉や黄砂のニュースもすでに聞かれ、テレビでは花粉症対策のコマーシャルも多くなってきました。

インフルエンザもまだ猛威をふるっているの、風邪なのか、スギ花粉なのか、はたまた黄砂なのか、判断も付かず鼻をグスグスさせている方も多いようです。

我が家では、近年風邪らしい風邪もひかない息子ですが、就職活動真っ只中、1週間程喉がひりひり痛く、高速バスで2泊と言う日になってくしゃみも鼻水も出始め、日頃酵素を飲む以外、今まで言ってもヘーラールーノを鼻に点すこともなかったのですが、いささかこの大事な時期に症状が悪化するのも困るので、ヘーラールーノを鼻にスプレーするように言ってみると、以外なことにすんなり実行して数回スプレーしたところ、早めにスプレーしたのが功を奏したようで、喉のひりひりも緩和され、鼻の炎症もひどくならず済みました。

花粉症も風邪もそうですが、状態によってヘーラールーノをつける回数や点し方(スプレー・垂らして入れる、清潔な指に付けて塗るなど)も違ってきますが、鼻をかんだ後にヘーラールーノをつけ、鼻水が出たらまたつけると自然に楽になってきます。

場合によっては、ヘーラールーノに極少量の大高酵素飲料をプラスしたり、大高酵素飲料を原液でつけることもあります。(かなりしみることもあります)



\*『花粉症』は、花粉に大気汚染物質(硫黄酸化物や窒素酸化物など)と混合されることで発症しやすくなるように、**黄砂+大気汚染物質=アレルギー**となり、より強いアレルギーの反応が起きるそうです。

黄砂のピークは4月頃で、中国大陸の砂漠地帯から偏西風に乗ってやってきます。黄砂の粒子はスギ花粉よりもかなり小さく、大気汚染物質を多量に含むので、アレルギー症状や肌荒れを起こしやすくなります。関東は、日本アルプスが壁になる為、飛散する頻度や量が少ないようですが、関西や九州は頻度が高いようです。

黄砂の影響で、目の充血、喉の粘膜が傷つき咳がひどくなったり、黄色の鼻水が出るなど、細菌感染やウイルス感染ではないのに人によっては炎症熱が激しく出るなど影響しますから、マスクをして吸い込まないのが一番のようですが、鼻の炎症が長引くと喉へも大きく影響してきますので、早めに改善を心がけましょう。

前の話題に続き、「黄砂」の肌に与える影響ですが、黄砂はアルカリ性なので、毛穴が開き、特にバリア機能が低い人は影響を受けやすく、肌荒れやアトピーの悪化、髪もダメージを受けやすくなります。

昨年も肌荒れがひどいというお話をよく聞きました。

そう言う方にお勧めなのが、「ふげんパック」や「ミルキィパック」なのです。

「ふげんパック」や「ミルキィパック」は、お肌の不要な角質はもちろん、余分な皮脂や空気中の不要な物をお肌や髪から取り除き、トリートメント効果、保湿効果などもあり、しなやかでハリのあるお肌してくれます。

「ミルキィパック(ピュアモイストミルク 4~5 + 大高酵素飲料 1)」は、大高酵素飲料の量を加減することで、流すタイプのトリートメントパックや日常お使い頂く乳液としてもご利用頂けます。

「ふげんパック」は、お肌のお手入れだけでなく、頭皮に付けて頭皮パックに、リンスに混ぜて髪のお手入れに、そして、ボディケアなど幅広くお使い頂けます。

「ふげんパック」は大高酵素飲料とふげんのおいが少し気になる…と言う方(つけてしばらく置くと意外と気にならなくなります)は、「ミルキィパック」なら大高酵素飲料を油分でコーティングするので、モイストミルクのラベンダーの香りがします。今迄何となくお肌の調子が悪かったと言う方も、是非お試しください。



そろそろいちごの出回る季節ですね。いちごを食べる時は、「ふげん水」に5~10分つけると、気になる汚れなども落とせ、いちご本来の香りをよみがえらせ、おいしく、安心して召し上がれます。

また、練乳で召し上がる方も多いと思いますが、カロリーも気になります。是非、ふげんをつけると、いちごの味と「ふげん」のほのかな甘みがマッチしますし、においが気にならない方は、「大高酵素飲料」をつけて召し上がればより健康的です。

