

# クロロフィルでデトックス効果を促進



私たちは、がんを引き起こす毒素でいっぱいの世界に住んでいます。毒素は、文字通り、いたるところに。殺虫剤、加工食品、環境毒素、糖分の多い食事によって、私たちは日常的に、発がん性物質（癌を引き起こす危険性のある物質）に曝されているのです。

だからこそ、がんを防ぐために必要な“武装”をすることで、体による戦闘の準備を整えることが、これまで以上に重要になってきました。最近の研究によると、クロロフィルは、強力な抗がん“兵器”の一つとされています。

## クロロフィルとは？

クロロフィルは植物（および藻類）に色を与える、緑色の色素です。

しかし、この役目はただの見た目作りではありません。植物は、光合成と呼ばれる過程で、太陽光を利用してエネルギーに変換するために、クロロフィルを使用します。

さらに、クロロフィルの価値は植物の粹に収まりません。

人間がこれを摂取することでも、素晴らしい利益が得られます。例えば、クロロフィルは、がんを引き起こす様々な物質から細胞を保護するのに、効果を発揮します。

## クロロフィルが細胞を守る仕組み

種々の研究により、クロロフィルが発がん性物質の吸収を阻止することによってがんを予防する可能性があることが示されています。

農薬などの発がん性物質が体内に入ると、それが細胞に損傷を与え、その後 DNA を傷つける危険性があります。DNA が損傷すると、細胞は変異し、制御不能に複製、そして、がんに至る可能性があります。

クロロフィルの抗がん特性の 1 つは、発がん性物質を捕まえ、消化器系に吸収されないようにすること。

その結果、発がん性物質は体内を循環せず、細胞や DNA の損傷を防ぐ上で大きな効果を発揮するのです。

クロロフィルは、発がん性物質に結びつくことでそれを中和

例えば、オレゴン州立大学のライナス・ポーリング研究所 ([Linus Pauling Institute](#)) によって実施された研究の 1 つでは、クロロフィルが、科学界で知られている最も強力な発がん性物質の一つであるアフラトキシン-B1 の取り込み（吸収）を阻止するのに有効であることが発見されました。アフラトキシンは、トウモロコシ、ピーナッツ、および他の穀物といった食品に見られる一般的な汚染物質です。

これに類似した他の研究からは、クロロフィルによる放射線（DNA に損傷を与える原因として有名）防止効果まで明らかになっています。

## クロロフィルを多く含む食材 10 選

クロロフィルは緑色の植物と藻類に最も豊富に含まれています。

したがって、クロロフィルの細胞保護特性を利用したい場合には、これらの摂取を意識することがポイントです。

- ・スピルリナ（藻類）
- ・クロレラ（藻類）
- ・ほうれん草
- ・パセリ
- ・クレソン
- ・ケール
- ・大麦若葉
- ・小麦若葉
- ・サヤインゲン
- ・ルッコラ

さらに、これらの食材を選ぶ際には、それが農薬で汚染されていないことも、しっかりと確認するようにしてください。

でももし、このような食材のいずれも好みでない場合には、どうすればいいでしょうか？それでも、クロロフィルの効能を得たい場合には、[スーパーフードグリーンジュースパウダー](#)がおすすめです。

スーパーフードパウダーは、最小限の時間と労力で、体に豊富な栄養（もちろんクロロフィルを含む）を取り込む効果的な選択肢です。忙しい日常や移動が続く日々でも楽に摂取できるので非常に便利です。

## 体をいたわるための、答え

現代社会で生きる私たちは、これまで以上に多くの発がん性物質に曝されています。発がん性物質への接触を減らすための措置を講じることは、ある程度できますが、これはあらゆる場所に存在するため、すべてを避けることは、未だに不可能です。

ゼオライト（特に[液体状のゼオライト](#)）は、重金属を含むあらゆる毒素の蓄積に対抗する、頼れる“解毒剤”です。これに加えて、十分な量のクロロフィルを摂取することで、デトックスはさらに促進され、細胞に毎日、強力な保護効果を補ってやることになるのです。

