



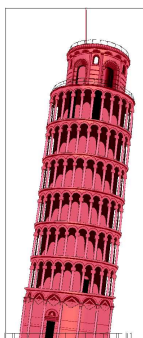
ネムノキ

- 内容量：6g (1ヶ月分)
- 形状：粉末
- 価格：3600円 + 消費税

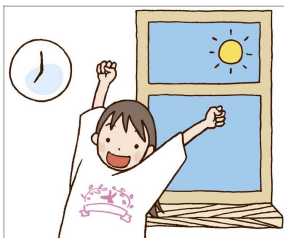
栄養成分表：200mg中
 * ネムノスTM.....200mg

体内時計

海外旅行をすると、「時差ぼけ」を経験する事があります。その原因は、地球の時間と「体内時計」の時間に差ができるからです。「体内時計」は脳内に主時計があり、全身の細胞に末梢時計があります。体内時計の基本になっているのは、「時計遺伝子」と呼ばれるもので、生命の進化の過程で祖先が10億年以上も前に備えたものです。



「体内時計」は1日24~25時間で動くので、海外旅行をしなくても「時差」が起こっています。そこで、身体は地球の24時間に合わせるために、毎朝、太陽の「光」で時差を調節しています。従って、毎朝決まった時間に「太陽光」を浴びることが体調を整え、健康管理に必要なのです。睡眠にも朝の「光」が必要です。「メラトニン」と云う「睡眠ホルモン」は、朝の「光」感じてからを約15時間後に分泌してヒトは眠りに付きます。



時計遺伝子に働きかけるネムノスTM

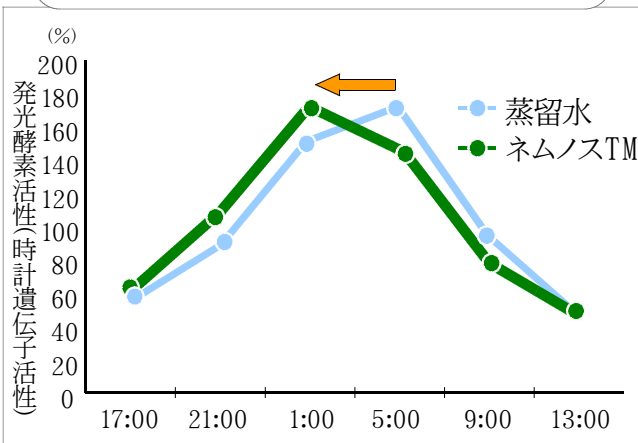
近代社会は、夜でもテレビやスマホなどの太陽「光」と同じ「ブルーライト」により、体内時計が乱れて「睡眠」にも影響しています。「ネムノキ樹皮」から抽出した「ネムノスTM」は、「時計遺伝子」に作用して日内リズムを正常化させる働きを手助けします。



その結果、「睡眠の質」を向上させます。

- ① 細胞に加えると「時計遺伝子」を動かす。
- ② マウスに投与後肝臓の「時計遺伝子」が動く。
- ③ マウスに投与後、行動が穏やかになる。
- ④ ヒトが摂取すると生活リズムが朝型になり午後の眠気がなくなり、活力アップする。

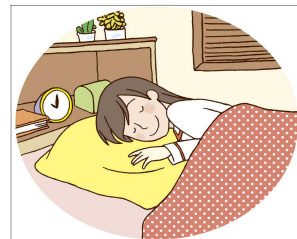
「時計遺伝子」のリズムが調節される



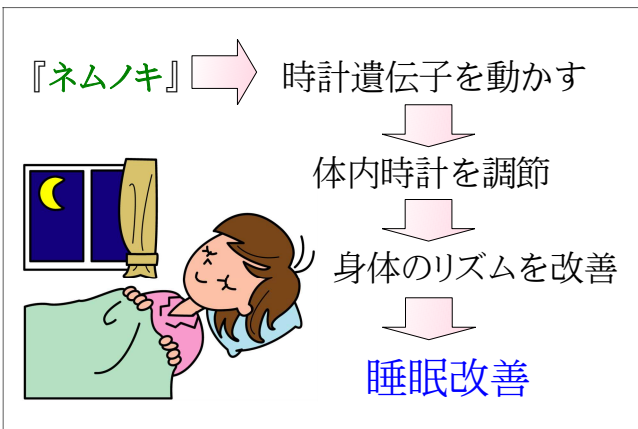
トリプトファンと、「ネムノキ」

1日6時間眠り、自分では睡眠に問題はないと思っている人でも、実は僅かに睡眠時間が不足だったり「ノンレム睡眠(深い眠り)」が不足すると、その影響がまるで借金のように蓄積し「睡眠負債」が増えて、「延滞遅延金」のような高い利息(高血圧・高血糖・癌・認知症など)を取られるかもしれません!!

睡眠ホルモン「メラトニン」の量が不足したり、分泌時間が毎日異なると「睡眠負債」の原因になります。メラトニンは「トリプトファン」と云うアミノ酸から作られるために、タンパク質の摂取が少ない「高齢者」や、「朝食」を食べない人などに不足しやすいといわれています。



従って、「ネムノキ」は「トリプトファン」と一緒に摂ることが推奨されます。



こんな方にお勧めします

- * 寝付きが悪い方
- * 夜中に何回も目が覚める方
- * 早朝、早く目がさめる方
- * 週末に寝だめをする方