

# グアーガム

- 内容量：120g
- 形状：粉末
- 価格：2,600円(税込2,808円)
- お召し上がり方：1日4g～8gを目安に。
- 【栄養成分表示：4g(5ccスプーン1杯)当たり】  
(推定値)

\*グアーガム分解物…4000mg

## 水溶性食物繊維が「酪酸菌」を増やす

「水溶性食物繊維」は、腸内細菌の栄養源（エサ）となり発酵分解され、短鎖脂肪酸を作り出して腸内環境を酸性にしてくれます。しかし、水溶性食物繊維の種類と腸内細菌の種類には相性があり、どんな水溶性食物繊維でもいいというわけではありません。「グアーガム分解物」は、他の水溶性食物繊維より「短鎖脂肪酸」のひとつである「酪酸」を最も多く作ることが知られています。

## グアーガム分解物とは

「グアーガム」とは、インド・パキスタンなどの乾燥した地域で採れる「グアー豆」から作られ、水に溶かすと少量でも非常に高粘度になる成分です。



しかし、少量でも水に溶かすと高粘度になってしまい扱いづらいため、酵素で分解して高粘度にならないように加工したものが「グアーガム分解物」です。

## 「酪酸菌」を増やす「グアーガム」

「水溶性食物繊維」は「酪酸菌」などの腸内細菌の栄養源（エサ）となり分解され、“短鎖脂肪酸”を作り出して腸内環境を酸性にして「悪玉菌」の成長を抑制します。短鎖脂肪酸産生⇒腸フローラ改善⇒小腸絨毛回復  
グアーガム分解物は、他の水溶性食物繊維より「酪酸菌」を増やす事が知られています。その結果、免疫を制御する「Tレグ」の増殖に必要な「酪酸」を多く増やします。

グアーガム⇒「酪酸菌」⇒Tレグ⇒炎症を抑制

「Tレグ」は、アレルギーや自己免疫疾患を抑える働きがあります。

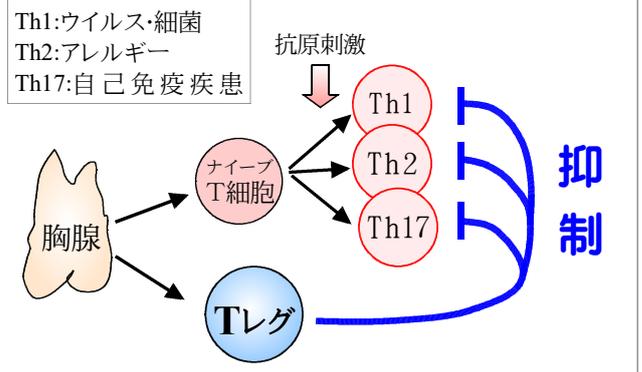
## お腹の調子を整える

昔から「改善したいお腹の悩み」として注目されてきたのは、女性や高齢者に多い「便秘」です。「お腹の調子を整える」というフレーズにそえてある文言を見ると、「便通の改善」など多くが便秘の解消に効果があることについて記載されています。しかし最近では、「下痢」も便秘に並ぶお腹の悩みとして増えています。

グアーガム分解物は、“便通の改善”だけでなく、“軟便傾向”の方にも応用できることから、医療現場でも食として利用されています。



## 免疫のバランスを整える Tレグ



## こんな方に、お勧めします

- \*アレルギー（Tレグ増加）⇒酪酸菌と一緒に
- \*便秘&下痢⇒便臭・口臭・体臭が気になる
- \*“食後血糖”を下げたい方
- \*血圧・コレステロール・食塩過剰な方

“食後血糖”を下げるには食前にお摂りください。

② 十分な水分と一緒に摂ってください。