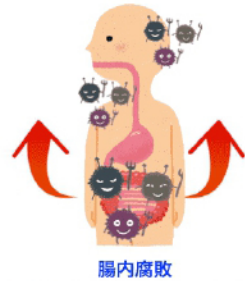


ビリオネア2000 7キラーズの 期待されるはたらき その④ 美肌づくり

- 「肌は腸を映す鏡」とも言われ、体の中でとても重要な場所として知られています。腸内環境が乱れると、老廃物をため込みやすく、肌のハリ・ツヤがなくなったり、ニキビ・肌荒れ・くすみ等の**お肌のトラブル**が起こりがちです。



悪玉菌が多いと…



腸内腐敗

有害物質が血液に混ざって全身へ

- 便秘と肌荒れ**⇒便秘で**悪玉菌**が大量に増え、**有害物質**が発生します。この有害物質が腸から吸収され、血液中に溶け込み、全身を巡り、これは最終的には肌から外に排出されようとします。そのため、肌が荒れるようになります。

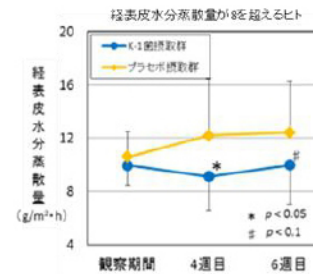
- 腸内の環境が整うと、正しい排便のリズムになります。その結果、体にたまった老廃物を便として体の外に出してくれるので、肌を美しく整えてくれます。



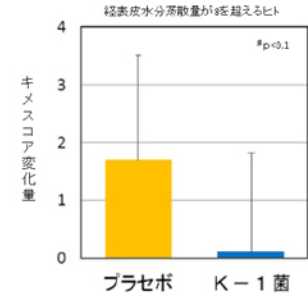
CHECK ! 乳酸菌と美肌の 関係

- 悪玉菌を抑制する作用がある乳酸菌を摂取することで、腸内環境を整え、美肌へと向かうことができます。
- カゼイ菌（乳酸菌K-1）の摂取により、皮膚バリア機能向上がみられたという実験結果も報告されています。

皮膚バリア機能



肌理(キメ)



ニキビ



- また、腸内環境を整えることで、摂取した栄養素を吸収しやすく新陳代謝を高めることができます。新陳代謝が高まると肌のターンオーバーも正常化して、美肌へとつながります。