

イボがポロリとシミがアトピー 取れた! シミ薄れて

尋常性乾癬も急改善して驚く世界注目の飲む水晶

ケイ素とは

ケイ素はミネラルの一種で、未精製の穀物や野菜、海藻などに比較的多く含まれている。

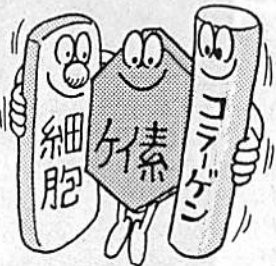
そして、人間の肌や髪、爪、血管や内臓などの各組織の形成に欠かせない極めて重要な成分の一つ。



ケイ素の重要な働き

コラーゲンは、皮膚や骨、軟骨、歯、血管、内臓、筋肉など全身の組織の土台となる成分だが、そこに細胞がしっかりと接着して組織を形成できなければ、各組織は十分な機能を発揮できない。

ケイ素は、このコラーゲンと細胞との結合を強める、いわば接着剤の役割を担っている。



今年の夏は、炎天下の日々が続いたせいで、「肌にシミやシワが増えた」「髪の毛がパサついてきた」といった肌や髪のトラブルに悩まされている人も多いのではないだろうか。実は、そんな傷めつけられた肌や髪を健康を取り戻すのにも役立つ栄養素があるので。それは、ミネラル（無機栄養素）の一種の「ケイ素」です。

ミネラルは食品や飲料水に広く含まれ、食塩の成分であるナトリウム、血液中の赤血球に含まれる鉄、骨を形作るカルシウムなどは、みなさんもご存じのはずです。ケイ素は、聞き慣れないミネラルですが、未精製の穀物や野菜、海藻などに比較的多く含まれています。そして、人間の肌や髪、爪、血管や内臓などの各組織の形成に欠かせない極めて

肌や髪のトラブルを解消してくれる新栄養

体の組織の結合を強固にし血管・肌・内臓を丈夫に保つ人体の根源「ケイ素」が世界注目の的

重要な成分なのです。

コラーゲンと細胞との結合を強める

ケイ素の最も大事な役割は、コラーゲン（硬たんぱく質成分）と細胞の結合を強固にすることにあります。

コラーゲンは、皮膚や骨、軟骨、歯、腱、血管、内臓、筋肉など全身の組織の土台となる成分。しかし、コラーゲンがいくら多くあっても、そこに細胞がしっかりと接着して組織を形成できなければ、各組織は十分な機能を発揮できません。

ケイ素は、このコラーゲンと細胞との結合を強める、いわば接着剤となっているのです。

例えば、肌においてコラーゲンと肌細胞の接着が強ければ、肌ハリが出てきて、タルミが解消されやすくなります。

血管であれば、血管壁が丈夫になつて弾力が保たれ、血流がぐんと促されます。また、骨で

横浜創英短期大学
名誉教授
のりおかたかこ
則岡孝子



ケイ素は肌や髪の老化を防ぐ重要成分

体内で発生する活性酸素は、動脈硬化を進行させて脳卒中や心臓病、認知症(ボケ)を招く原因になります。ケイ素が十分に足りていれば、動脈硬化が抑えられるので、そうした病気の予防に役立ちます。

加えて、ケイ素には血管の内壁にたまった余分なコレステロールを除去したり、傷ついた血管を

修復したりする働きもあるといわれています。

第二は、免疫力(病気から体を守る力)を強める効果です。

ケイ素には、免疫の一大拠点である胸腺の細胞を活性化させる作用があります。胸腺は多くの免疫細胞が待機している基地のようなもの。そのため、胸腺が活性化すれば、乱れていた免疫機能が正常化し、その働きが高まるのです。したがって、ケイ素を補えば、ガン細胞の過剰な増殖を抑えたり、感染症を防いだりするのにも有効と考えられます。

ケイ素の優れた健康効果については、欧米を中心に、世界中で研究が進められています。特に医療先進国のドイツでは、五〇年以上前からケイ素についての研究が盛んに行われており、現在ではケイ素のさまざまなサプリメント(栄養補助食品)が一般家庭に普及しているほどです。

さあ、ケイ素が、私たちの健康と深くかかわっていることを理解してもらえたいと思います。そこで次の記事では、ケイ素の補給法について説明していきます。

あれば、コラーゲンにカルシウムが接着しやすくなることで、丈夫な骨が作られるというわけです。

ところで、ケイ素が一躍注目を浴びるきっかけとなったのは、米国で行われた疫学調査の「フラミンガム子孫研究」でした。

この研究では、総勢二八四六人の男女に参加してもらい、腰の部分の背骨(腰椎)と足のつけ根の骨(大腿骨頸部)の骨密度を測り、ケイ素の一日の摂取量との関係を調べました。

その結果、ケイ素の摂取量が最も多いグループ(二日四〇以上)は、最も少ないグループ(二日一四未満)に比べて骨密度が一〇%近く高いことが明らかになったのです。

先に述べたように、骨はコラーゲンにカルシウムが接着することで形成されますが、ケイ素はその接着力を生み出し、骨を丈夫にするのに欠かせない栄養であることが証明されたのです。

事実、「食事からのケイ素摂取量の差が骨密度に及ぼす影響は、カルシウムよりも大きい」

抗酸化力と免疫力の向上にも役立つ

と研究グループはまとめているほどです。

骨に限らずコラーゲンが多く含まれる肌、血管、毛髪、爪、内臓などでも、ケイ素が多いか少ないかによって、それらの組織の健康状態が大きく左右されるのです。

そのほかにも、ケイ素には、健康増進に役立つ有益な働きがあります。

第一は、優れた抗酸化力(攻撃力の強い活性酸素の害を防ぐ力)を発揮して、血管の若さを保つ働きです。

ケイ素を多く含む食品

ケイ素は体内では合成できないので、食品から補うほかない。玄米や全粒小麦、大豆、ジャガイモ、皮つきゴボウ、パセリ、ワカメ、コンブなどの穀類・豆類・野菜・海藻類などから比較的多く摂取できる。



ケイ素不足が疑われる人

ケイ素が不足すると、肌がたるんでシワが増える、髪が抜ける、爪が割れやすくなるといった兆候が現れる。

また、肉料理ばかり食べている人や、白米のご飯や白いパンを主食としている人も、ケイ素不足を疑ったほうがいい。



前の記事で説明したように、ケイ素はコラーゲン（硬たんぱく質成分）と細胞との結合を促す重要な役割を担っています。ケイ素が体内に十分にあつてこそ、弾力に富んだ健康な素肌や、サラサラとしてコシのある髪、ツヤのある丈夫な爪を保てるのです。

反対に、ケイ素が欠乏すると肌がたるんでシワが増える、髪が抜ける、爪が割れやすくなる。ケイ素は体内では合成できないので、食品から補うほかありません。野菜・穀類・豆類・海藻類などから摂取できます。具体的には、玄米や全粒小麦、トウモロコシ、大豆、ジャガイモ、ゴボウ（皮つき）、パセ

肉食中心の人はケイ素が足りない

が抜ける、爪が割れやすくなる

といった兆候が現れます。そうした悩みを抱える人は、ケイ素不足を疑ったほうがいいかもしれません。

では、ケイ素はどのように補えばいいのでしょうか。

ケイ素は体内では合成できないので、食品から補うほかありません。野菜・穀類・豆類・海藻類などから摂取できます。

ケイ素は米ヌカから微量補えるが
白米食の人は不足が深刻で、シ
ワ・抜け毛が増えたら補給が急務

こ 岡孝子
か 則岡
か 孝子
のり

り、アスバラガス、ホウレンソウ、ニンジン、ワカメ、コンブ、アオノリなどの食品にケイ素が比較的多く含まれています。

では、ケイ素は一日にどれくらい補えばいいのでしょうか。

通常、大人が一日に消費するケイ素は一〇〜四〇グラム。それに対し、日本人が摂取しているケイ素は一日当たり一〇グラム前後と推定されます。菜食中心の和食をとつていても、必要量ギリギリの水準なのです。

ちなみに、肉食中心の欧米人の場合、ケイ素の摂取量は一日当たり三・五グラム程度にすぎません。ハンバーグやステーキのような肉料理ばかり食べている人は、慢性的なケイ素不足に陥っているといえるでしょう。

ケイ素不足で肌や髪 の老化が速まる

ところで、菜食中心の食事をとつても、ケイ素の不足を補うのは難しいかもしれません。そ

の原因は、白米のご飯や白いパンを主食とする食生活にあると考えられます。

穀類にはケイ素が比較的多く含まれていると述べましたが、その多くは胚芽の部分にあります。米や小麦を精白すると胚芽がヌカとして削り取られ、ケイ素の含有量が激減してしまうのです。

一〇〇gの玄米に含まれるケイ素は約五gなので、玄米を主食にしていれば一日に必要なケイ素を十分に補えます。ところが、一〇〇gの白米に含まれるケイ素は約〇・五gにすぎません。つまり、白米を常食している人は、主食だけではケイ素を十分に補えないのです。

そのため、白米を主食にして

いる人や肌や髪や爪が丈夫でない人、アトピー性皮膚炎などの皮膚病や、動脈硬化、骨粗鬆症（骨がスカスカにもろくなる病気）などを指摘されている人は、深刻なケイ素不足に陥っている可能性があります。

● リンド知子先生が診療されているヒフ科クリニックいつみは、〒596大阪府松原市上田三ー一ー三 サンライズビル二階
 ☎072-1330-1574三です。

ケイ素を毎日少量補えば動脈硬化も肌老化も退き、ケイ素の塊「水晶エキス」なら数滴で効果大

ヒフ科クリニック
 いつみ院長
 リンド知子

飲み物に入れたり
 肌につけたりして使用

近年、ケイ素不足を解消することでコラーゲンと細胞の結合が強まり、骨や皮膚、爪、毛髪の老化防止に役立つことがわかってきました。また、ケイ素を補えば、その強い抗酸化力（攻撃力の強い活性酸素を消去する力）のおかげで、動脈硬化を防いで血管の若さを保つ効果も得られるという報告もあります。

しかし、玄米や海藻類などケイ素を比較的多く含む食品を摂取してきた日本人の中にも、最

近はケイ素不足に陥っている人が少なくありません。そこで私は、ケイ素不足が疑われる人にケイ素のサプリメント（栄養補助食品）である「水晶エキス」の利用をおすすめしています。

水晶エキスとは、水晶石を溶解釜に入れて二〇〇度Cの高温で燃焼させ、ガス化したケイ素から不要な物質を取り除いた水溶性の液体です。最近、各種の製品が市販されており、デパートの健康食品売り場や通信販売などで、手軽に入手できるようになりました。

品などに入れるだけで手軽に摂取できる点です。例えば、水やコーヒー、お茶などに水晶エキスを数滴垂らすだけで、一日に必要なケイ素を補えます。さらに、お米を炊くときや煮物料理を作るときに水晶エキスを加えると、味がまるやかになっておいしく仕上がります。

また、水晶エキスは肌にスーッとなじむため、外用薬や化粧品と併用すれば、その効果を高めることが期待できます。実際に使ってみると、アトピー性皮膚炎（以下、アトピー）やイボなどの皮膚病が治りやすくなったり、シミやシワなど肌の老化を抑えたりする効果を実感する人が大変多いのです。

人体への安全性の試験も行われている

水晶エキスの主成分であるケイ素の安全性については、八年前に厚生労働省が発表しています。その発表では、食品の残留

成分のうち、人体の健康を害する恐れのない二七種類の元素や物質の一つにケイ素があげられたのです。

また、食品分析センターでは、マウスに水溶性のケイ素を飲ませた「急性経口毒性試験」も行われました。その結果、毒性のないことが明らかになったのです。このように、ケイ素を含む水晶エキスを飲んだり肌につけたりしても、人体に害を及ぼす心配はほほありません。

実際に、水晶エキスはアトピーや帯状疱疹などの皮膚病の改善に役立つことから、皮膚科医が、治療に取り入れようとすると動きが出てきています。私も三年前から水晶エキスを皮膚病の治療に併用してきました。

その結果、アトピーをはじめとする皮膚病の治りがよくなるなど予想以上の効果を次々と実感しています。その効果については、次の記事でくわしく紹介しましょう。



●水晶エキスとは

水晶を主成分とするケイ素を高温で燃焼させた石をケイ素から取り除いた水晶エキス。最近、各種製品が市販されている。

水晶エキスを治療に活用するリンド知子先生



水晶エキスを皮膚科の患者さんが 飲んだら、シワ・イボからアトピー ！・尋常性乾癬まで劇的改善

子知も
リンド

一〇〇〇人以上もの 皮膚病の治療に活用

皮膚科が専門の私のクリニックでは、三年前から皮膚病の患者さんにケイ素のサプリメント（栄養補助食品）である「水晶エキス」の利用をすすめていきます。水晶エキスを試した患者さんは一〇〇〇人以上に上り、大きな治療成果が得られています。もちろん、水晶エキスはサプ

リメントなので、それだけで皮膚病が治るわけではありませぬ。しかし、内服薬や外用薬と併用することによって、皮膚病の治りぐあいが格段に違ってくるのです。

水晶エキスには、飲食物にまぜて経口摂取する、皮膚につけるといふ二つの使い方があります。水晶エキスの経口摂取がすすめられるのは、主に難治の皮膚病の患者さんです。例えば、下肢結節性紅斑（足

のところどころに紅斑が多発する難病）の患者さんに水晶エキスをお茶やコーヒーにまぜて飲んでもらったところ、速やかに紅斑が消失した例がありました。また、重症化したアトピー性皮膚炎の患者さんには、できるだけ水晶エキスを経口摂取してもうようようにしています。

もつとも、多くの皮膚病においては、外用薬の塗布後に水晶エキスを重ね塗りするだけでも改善効果が認められます。特にアトピー性皮膚炎の患者さんが外用薬と水晶エキスを併用したときの効果には、目を見張るものがあります。

アトピーが改善しステロイド薬を中止できた

ふつう、アトピー性皮膚炎の治療では消炎作用の強いステロイド薬（副腎皮質ホルモン）を使つてかゆみを抑えます。しかし、ステロイド薬は、さまざまに副作用を招くのが難点です。

そこで、症状が和らいだタイミングを見計らいながら、副作用の小さい非ステロイド薬に切り替える必要があります。

ところが、一般に外用薬の切り替えには半年前後の時間がかかります（患者さんによっては一年以上かかる場合もある）。それが、ステロイド薬を塗布したあとに水晶エキスを重ね塗りすると、三カ月程度ですテロイド薬を中止できる例が多いのです。

私の診療経験によると、外用薬と水晶エキスを併用することで、帯状疱疹ヘルペス（痛みの改善は除く）やイボの改善に高い効果を発揮する例も確認しています。

また、肌に美容液をつけたあとに水晶エキスを重ね塗りすると、肌のハリが出て、シミやシワ、タルミの解消にも役立つようです。

そのほか、水晶エキスを使つたら、難治性の皮膚病として知られる尋常性乾癬（肌のアカがポロポロとはがれ落ちる病気）が抑えられたという報告もあるほどで、皮膚病の改善を促す水晶エキスの効果には、専門医の私も驚かされるばかりです。

水晶エキスが効く主な肌トラブル

アトピー性皮膚炎

肌のタルミ



シミ

イボ



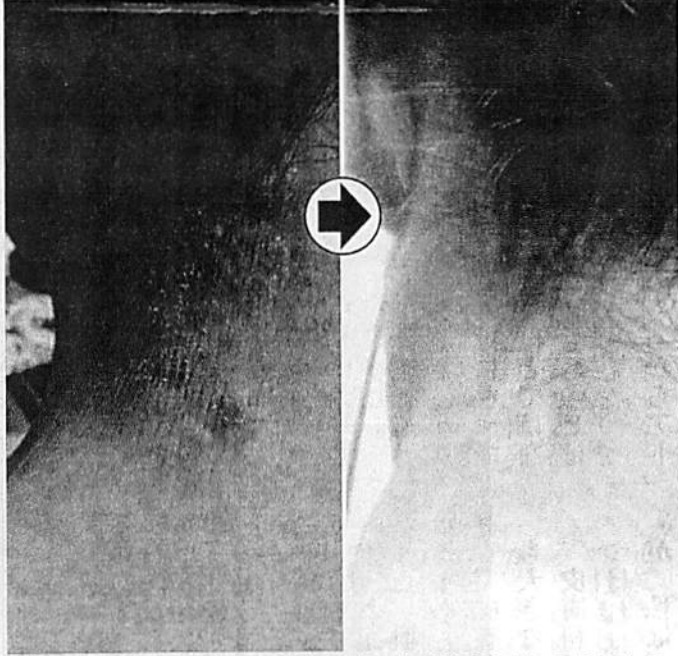
※また、外用薬と水晶エキスを併用することで、尋常性乾癬や帯状疱疹ヘルペスの改善に効果を発揮した例もある。

40年間悩んだアトピーの湿疹と かゆみが水晶エキスをとったら ほぼ治まり深いシワも消失

兵庫県・美容業・43歳
つつまきこ
堤麻希子

中学生になって アトピーが再発した

私は幼いころからアトピー性皮膚炎(以下、アトピー)に悩まされ、首・ひじの内側・ひざの裏側の肌がいつもジユクジユクして、かゆくてたまりませんでした。就寝中に無意識にかきむしってしまうせいで、朝起き



後ろ首にアトピーによる湿疹があったが(写真左)、水晶エキスをとっていたら、きれいになった(写真右)。

ると、シーツによく血がついていたのを覚えています。小学校に入ってから、アトピーの

症状がいったんは軽くなったのですが、中学生になって生理が始まったところから、再び悪化したのです。特に顔に湿疹が出る、顔中が真っ赤になるのが大きな悩みでした。

皮膚科で処方されたステロイ

ドの塗り薬をつければ、一週間ほどで湿疹は少なくなるのですが、完治することとはなく、しばらくすると、湿疹がまた出ることとを二〇年以上もくり返していました。

そんな私に転機が訪れたのは、三年前の夏の友人との再会でした。その友

顔色がよくなり ほうれい線も消えた

人は四十歳とは思えないほど肌がすくすくきれいなので、特別に何かしているのか聞いてみたのです。すると、肌の健康のために「水晶エキス」というサプリメント(栄養補助食品)を使っているとのこと。友人の肌を見て、水晶エキスをぜひ試したいと思い、通信販売で入手したのです。

以来、私は液状の水晶エキスを飲み物に数滴入れて飲んでいきます。コーヒーが大好きで一日に何杯も飲むので、そのたびにコーヒーに水晶エキスを入れ、朝食のみそ汁にも加えてとることにしたのです。

また、水晶エキスは肌につけてもいいそうで、ミネラルウォーターで一〇倍くらいに薄めて、かゆい部分にスプレーで吹きつけるようにしています。すると、水晶エキスを使いはじめ

て一〜二週間後に、「何かいいことがあったの?」と家族や仕事仲間から声をかけられたのです。

最初は気づかなかつたのですが、私の顔色が以前より目に見えてよくなっていたみたいですね。一カ月後には肌が引き締まって、ずっと気になっていた口もとのほうれい線が目立たなくなっていました。



堤麻希子さん

水晶エキスをとったらアトピーの湿疹が急改善し、肌の潤いが増してニキビ跡もほぼ消えた

大阪府・会社員・30歳
さわだ まい
澤田真衣

子供のころから肌がジクジクジュクしていた

私は、中学生になってからニキビが出はじめ、あつというまに顔中がニキビだらけになってしまいました。当時ほどではないものの、成人してもニキビはよくできません。

さらに、子供のころからアト

ピー性皮膚炎（以下、アトピー）の症状もあり、二の腕から首にかけて湿疹がよく出るのです。

また、肌にハリがなくて、アトピーやニキビの跡が残りやすく、皮膚がでこぼこしているのも大きな悩みでした。

皮膚科で処方された塗り薬をつければ湿疹は治まるのですが、私は、体の中からアトピー

やニキビを改善できるようないい対処法をずっと探し求めていました。

そして、今年の三月に、アトピーの湿疹が減った人が使っていたサプリメント（栄養補助食品）があるという話を知人から聞き、その「水晶エキス」を早速入手して、試

肌がきれいになり、おしゃれを楽しめた

してみたのです。

私は、水晶エキスを水やお茶、スープやみそ汁に数滴ずつ入れて、一日一〇回を目安にとるようにしました。

また、水晶エキスを水で薄めてスプレー容器に入れ、それを肌に吹きかけて使ってもいいです。

肌につける場合は、まず湿疹でジクジクしている部分に病院でもらった塗り薬をつけたあと、水晶エキスを吹きかけています。すると、肌のジクジュクがいつもよりも早く回復するように感じられたのです。

さらに、洗顔してから水晶エキスを顔に吹きかけ、手のひらに水晶エキスを数滴取ってほおにつけたあとに化粧水や乳液を塗ってみると、肌の潤いがぐんと増した感じがしたのです。そして、水晶エキスを一週間

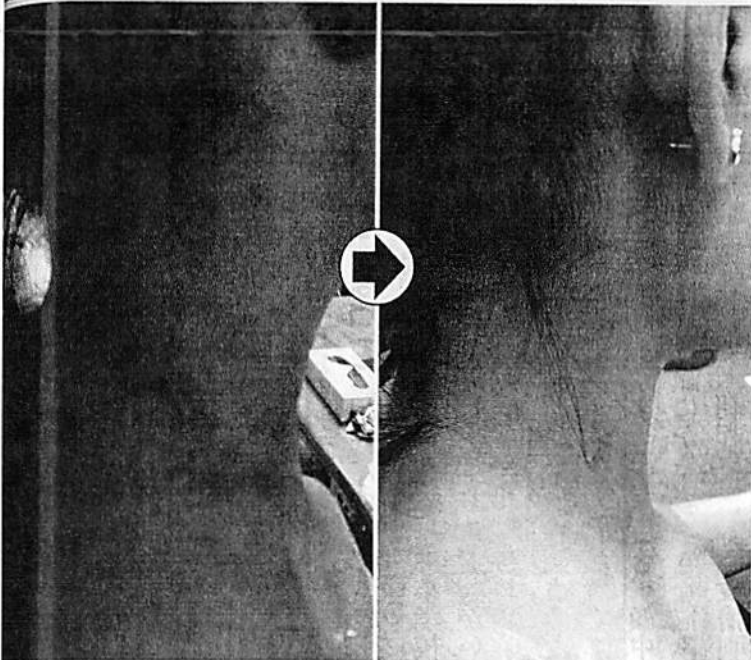
ほど使ったところ、肌にハリが出てきたうえに、ニキビの跡がすっかり目立たなくなっていて、とても驚きました。

水晶エキスをとるようになって五カ月になりますが、でこぼこして気になっていた顔のニキビの跡が、最近では目立たなくなっています。新しいニキビも、この数カ月の間は全くできていません。

アトピーの湿疹がたまにポツポツと出ることもありましたが、病院の塗り薬と水晶エキスをつければ、ジクジクとなる前に治まるので、本当に助かっています。

アトピーやニキビの跡がきれいになったので、今年の夏は首の出ているおしゃれなデザインの服も着られるようになって、うれしいかぎりです。これからも水晶エキスを使い続けようと思います。

澤田真衣さん



首のつけ根にアトピーの肌荒れがあったが(写真左)、水晶エキスをとっていたら、きれいになった(写真右)。



完治は難しいと医師にいわれた 尋常性乾癬が、水晶エキスを とったら大幅改善し再発もなし

広島県・主婦・75歳
みず た みつ え
水田光恵

**赤いブツブツが広がり
皮膚がポロポロ落ちた**

私は五年ほど前から、後頭部や背中、腕のひじから先、ひざの後ろ、ふくらはぎなどに赤く盛り上がったブツブツができるようになりました。

そのブツブツはかゆみもあつて、かくと表面の皮膚がむけて落ちてくるのです。

この赤いブツブツは出なくなる時期があつて、治ったかと思つたと突然また出てきます。再発

するたびに症状が悪化していったので皮膚科で診てもらつたら、尋常性乾癬と診断されたのです。

そして、「尋常性乾癬はほかの人にうつることはないが、原因が解明されておらず、完治させるのは難しい」と先生から説明されたのです。

私は、この難病を治したい一心で、処方された塗り薬を毎日つけました。しかし、初めは赤みやかゆみを抑えられましたが、それも月を追うことにあま

り効かなくなつてしまつたので

そのうちに赤いブツブツが背中全体に出るようになり、皮がむけてポロポロと落ちるようになりました。他人に肌を見せるのが恥ずかしくて、大好きな温泉に行けなくなつたのです。

また、後頭部のかさぶたもどんどん増えて、フケのようにパラパラと落ちてくるので、外出する気さえ起こらなくなつてしまいました。

**肌がきれいになつて
温泉旅行を楽しめた**

こんな悩みが続いていた一年半ほど前のこと。私の病気を心配した息子の嫁が、肌の状態の改善にいいサプリメント（栄養補助食品）があるといつて教えてくれたのが、「水晶エキス」でした。

水晶エキスはケイ素というミネラル（無機栄養素）が主成分で、ケイ素は肌を丈夫に保つ

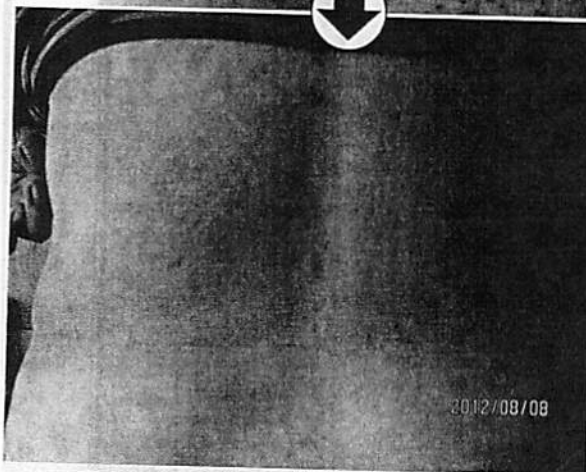
に不可欠の栄養とのこと。病院での治療を続けながら、水晶エキスも使うことにしました。

私は、水やお茶のほかに、野菜ジュースやアロエジュースを飲むので、その中に水晶エキスを数滴入れました。また、寝る前にもコップ一杯の水を飲みますが、その中にも水晶エキスを数滴入れて毎日飲むようにしました。

そうして二週間飲みつづけたら、かゆみが弱まり、赤いブツブツが薄くなつてきました。ただ、尋常性乾癬はブツブツが出たり出なくなつたりをくり返すので、そのときは本当によくなつたのか、まだわかりませんでした。

でも二カ月たつても、赤いブツブツが再び悪化することはなく、後頭部、背中、腕のひじから先、ひざの後ろ側、ふくらはぎの赤みとかゆみがすっかり引いて、肌がきれいになつてきました。皮膚科で肌を見せたら医師も驚いていたほどです。

水晶エキスを飲みはじめて以来、尋常性乾癬は再発していません。そのため、再び温泉にも行けるようになり、毎日を楽しく過ごせています。



背中に尋常性乾癬のブツブツが広がったが(写真上)、2ヵ月ほどで大幅に改善した(写真下)。

2012/08/08

両ほおにできた小さなシミが 水晶エキスを飲んだら、わずか 一カ月できれいに消えて驚いた

兵庫県・自営業・47歳
ながおかしゅり
長岡樹璃

外に出ると顔が赤くなり、シミもできた

私はここ数年の間に肌質が急に変わってしまったのか、外を一日歩いただけで、顔が赤くなり、ひどいときには顔に小さな水ぶくれができるようになったのです。

皮膚科に行くと、軽度の日光アレルギーと診断されました。しかし、肌にあたる日焼け止めクリームが見つからなかったため対策が取れず、顔の両ほおに小さなシミがどんどん増えてきま

した。外出することがおっくうになって、ふさぎ込むこともありました。

そんな今年五月のこと、友達から「水晶エキス」のサプリメント（栄養補助食品）があると紹介されたのです。最初は「水晶を飲むのか」と驚きましたが、友達の説明では、水晶に含まれるケイ素というミネラル（無機栄養素）に肌を丈夫にする優れた働きがあるとのこと。私は早速、水晶エキスを手に入れた、水やお茶、コーヒーなどに数滴ずつ入れて、毎日こまめに

飲むようにしました。

全身の肌がツルツルになり母のシミも薄れた

肌に変化が現れるまでには一カ月もかかりませんでした。顔中にいくつもあつた小さなシミが、気づいたら、ほとんど目立たなくなっていたのです。

水晶エキスの驚きの効果はそれだけではありませんでした。肌をさわると、しつとりと滑らかなになっていました。

また、顔だけでなく、全身の肌がきれいになったのです。とても不思議なのですが、風呂で体を洗ったときに、おもしろいようにアカが落ちました。そんな状態が三週間ほど続いて、ピタリとアカが落ちなくなつたかと思うと、全身の肌がツルツルになっていったのです。

私は水晶エキスを、飲むだけではなく、水で薄めてスプレーを作り、顔や体に吹きつけています。するとそのおかげか、肌

にハリが出て、ほおやあこのタリミがなくなってきました。友人からは、「小顔になった」「若返った」といわれ、うれしくなりました。

さらに、日光に当たって顔に小さな水ぶくれができたときに、そのスプレーを顔に吹きつけたところ、赤みがすぐに引き、数時間後には水ぶくれも治まってしまったのです。

肌の調子がいいので、私の母（七十九歳）にも、水晶エキスと水晶エキスで作ったスプレーをすすめてみました。

というのも、母はここ一年、顔に黒豆がぶれたような大きなシミが二つできていたのをずっと気にしていたのです。

すると、母が水晶エキスを使い始めて一カ月ほどで、大きなシミが薄れてしまったのです。母も大喜びでしたし、私自身も驚きとともに水晶エキスの効果を再認識できました。

母親のシミも目立たなくなった



両ほおのシミが薄くなった長岡樹璃さん



左手の小指にできた大きなイボが水晶エキスを一カ月飲んだら、ポロリときれいに取れた

イボが大きくなり、手術をすすめられた

私は二十代の終わりころ、左手の小指に小さなイボができました。

最初は気にしていませんでしたが、年月とともにだんだん大きくなってきたので、イボに効くという塗り薬をつけるなど、いろいろと試してみました。しかし、イボは取れないどころか、六十歳を過ぎたころには小指の幅と同じくらいの大きさになってしまったのです。皮膚科

に行く、手術して除去するほうがいい、といわれました。

恥ずかしくて人前で左手を見せられなくなり、悩んでいたところ、私の悩みを聞いた知人から、「水晶エキス」をすすめられたのです。今から三年ほど前の話です。

知人の話を聞くと、水晶エキスは、人間の肌や髪に不可欠なミネラル（無機栄養素）であるケイ素が主成分であると教えてくれました。ケイ素という名前は初めて聞きましたが、肌に効果があると聞き、試してみるこ

とにしたのです。

ヤケドも数日で治り跡も残らなかった

私は、早くよくなりたくて、水晶エキスを毎日とるようにしました。毎朝、炊飯器に水晶エキスを数滴入れてご飯を炊き、出かけるときには必ずペットボトルの水にも数滴入れて飲むようにしていました。水晶エキスは水に入れても味は変わらないので、気にせず飲むことができました。

また、私は趣味でソバを打っているのですが、ソバ粉の中にも水晶エキスを数滴入れると、ソバの味もまろやかに変わるような気がします。

そして、水晶エキスは、飲むと同時に、イボに塗ることでも効果がありました。毎日こまめに水晶エキスを飲みながら、風呂上がりにはイボの部分に水晶エキスを塗ってから寝るようにしたのです。

栃木県・自営業・63歳
ふじいよしお
藤井由夫

すると、驚いたことに、一カ月ほどするとイボがポロリと取れてしまったのです。あんなに長年悩み、手術が必要とまでいわれていたのに、痛みもなく簡単にイボが取れたことにビックリしました。

水晶エキスの効果はそれだけではありません。イボが取れたと思ったら、今度は右手の指にヤケドをしてしまったことがありました。

ふつうは水で冷やすなどの処置をすると思いますが、知人から「ヤケドのときは水晶エキスを肌につけるといい」と聞いていたので、すぐに塗ってみました。患部に塗っても、染みたりひりひりしたりすることはありませんでした。

ヤケドの患部に水晶エキスをこまめにつけていたら、数日後には、すっかりよくなり、ヤケドの跡も残りませんでした。水晶エキスは、これからもずっと愛用したいと思っています。

藤井由夫さん



イボが取れ、ヤケドもきれいに治った