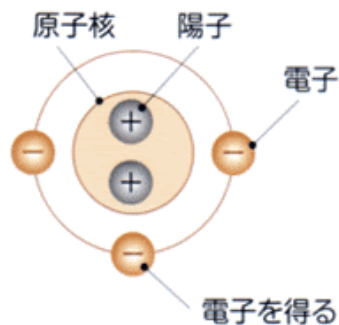


マイナスイオン

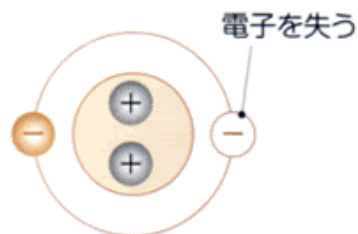
マイナスイオンとは

一般に原子は原子核の陽子(+)と、周りの軌道を周っている電子(-)の数のバランスが取れているため、電気的には中性です。ところが、原子の中にはチャンスがあれば電子を余分に得ようとするもの、反対に電子を失い易いものがあります。原子(分子)が、電子を得て負の電荷を帯びた時、これを陰イオン(マイナスイオン)、逆に電子を失って正の電荷を帯びたものを陽イオン(プラスイオン)と呼んでいます。

【マイナスイオンイメージ】



【プラスイオンイメージ】



イオンバランス

アメリカで発表されたデータによりますと、20世紀初頭、大気中のイオンはプラスイオン1に対して、マイナスイオンは1.2でした。ところが21世紀の現代社会では、イオンバランスが逆転して、プラスイオン1.2に対して、マイナスイオンは1の割合になりました。わずか1世紀の間に、イオンバランスが逆転してしまったのです。今の私たちの生活環境はプラスイオンに取り囲まれているのです。

プラスイオン過剰の現代、マイナスイオンを増やしイオンバランスを取り戻す事は、私たちの健康維持・増進・美容等に欠かせない要素と言えます。

マイナスイオンの主な効果

●マイナスイオンは血を浄化し体の自然治癒力を高める

マイナスイオンは、酸性に傾いた血液をマイナスの電荷によって弱アルカリ性に戻す働きをします。細胞が静止状態にあるときは細胞膜の外側にプラスイオン、内側にはマイナスイオンが多くなり、細胞が活発に活動しているときはプラスイオンとマイナスイオンは細胞膜を通して入れ代わり、細胞を活性化して細胞膜を隔てて物質の輸送がスムーズに行われ、新陳代謝が活発になります。

血液に含まれる良い栄養がいっぱい細胞にとりこまれ、老廃物や有害物質などがどんどん排泄されるのです。体にとって毒になるものを排泄する機能が高まると免疫力、自然治癒力が強化され、体は病気になりにくい健康体となります。

マイナスイオン

●マイナスイオンは自律神経を調整する

自律神経とは、意思の支配を受けることなく、内臓や血管など体内の各機能の調整を行っている神経で脊髄と脳幹に中枢があり、互いに拮抗する交感神経と副交感神経の二種類からなっています。

自律神経が正常に機能しているときは、各器官の働きは順調ですがバランスがくずれると、体内のさまざまな器官に異常があらわれます。自律神経のバランスは、不眠、頭痛、冷え、冷えのぼせ、更年期障害、慢性疲労、ストレスなどによってくずれやすくなります。

マイナスイオンには空気をきれいにする作用があり、アレルギーの原因となる空気中の抗原を取り除き、同時に抗体の生産を調整するので、自律神経の機能が高まるといわれます。

自律神経のバランスが正常化すれば、各器官の働きは良くなり、免疫力も高まります。

●マイナスイオンは活性酸素を消去する

プラスイオンは血液を酸化させますが、マイナスイオンは血液をアルカリ化しますので、活性酸素の発生をおさえます。活性酸素を消去する物質は、SOD（スーパーオキシドディスムターゼ）や、ビタミンC、Eなどが有名ですが、マイナスイオンも立派な活性酸素スカベンジャーなのです。

人間の体は約2/3が水分で、水は電気をよく通す物質であり、自らも電気を発しています。イオンは電気を帯びた物質で、電気をよく通す性質のある人間の体に自由に入ってきます。マイナスイオンを体の表面に受けたり、大気中のマイナスイオンを呼吸とともに体内にとり込むことで、人体においてはあらゆる部分でマイナスイオンが効果を発揮し、活性酸素を消去します。

●マイナスイオンのさまざまな効果

ほかにもマイナスイオンには、次のような作用があります。

1. 傷ついた細胞や遺伝子を修復する
2. ガン細胞を破壊するNK細胞の働きを高めガンの発生と進行を抑制する
3. 副腎皮質ホルモンやインターフェロンなど生体機能調節物質の生産力を高める
4. 利尿作用を促進し、尿素、窒素を多く排泄させる
5. 血管を拡張し、血液の循環を良くして、脈拍を減少させまた血圧を安定させる
6. 老化を抑制する
7. 骨を丈夫にする
8. 疲労を回復させる
9. 脳内物質のベータ・エンドルフィンの分泌により精神を安定