

アレルギー回避時の 栄養補給と予備知識

アレルギー回避時の 注意点

⚠️ アレルギー物質では栄養補給できない

⚠️ 体内異常、炎症を作るので食べるほどに
蓄え（栄養の貯金）の切り崩しをすることになる
貯金の蓄えが無くなれば身売りしなければならない！
つまり、筋肉や骨などの構造組織を破壊し、材料を
無理やり補う ☠️

アレルギー回避時の 注意点

- ①とにかく除去、毒を取らない 2~3週間の徹底除去
- ②回復の時間を作る 3~4日断食に近い状態
- ③材料の供給 落ち着いて栄養補給を考えていく
- ④食べれる物を増やしていく 2ヶ月後くらいから徐々にスタートし 長期的に

アレルギーの種類

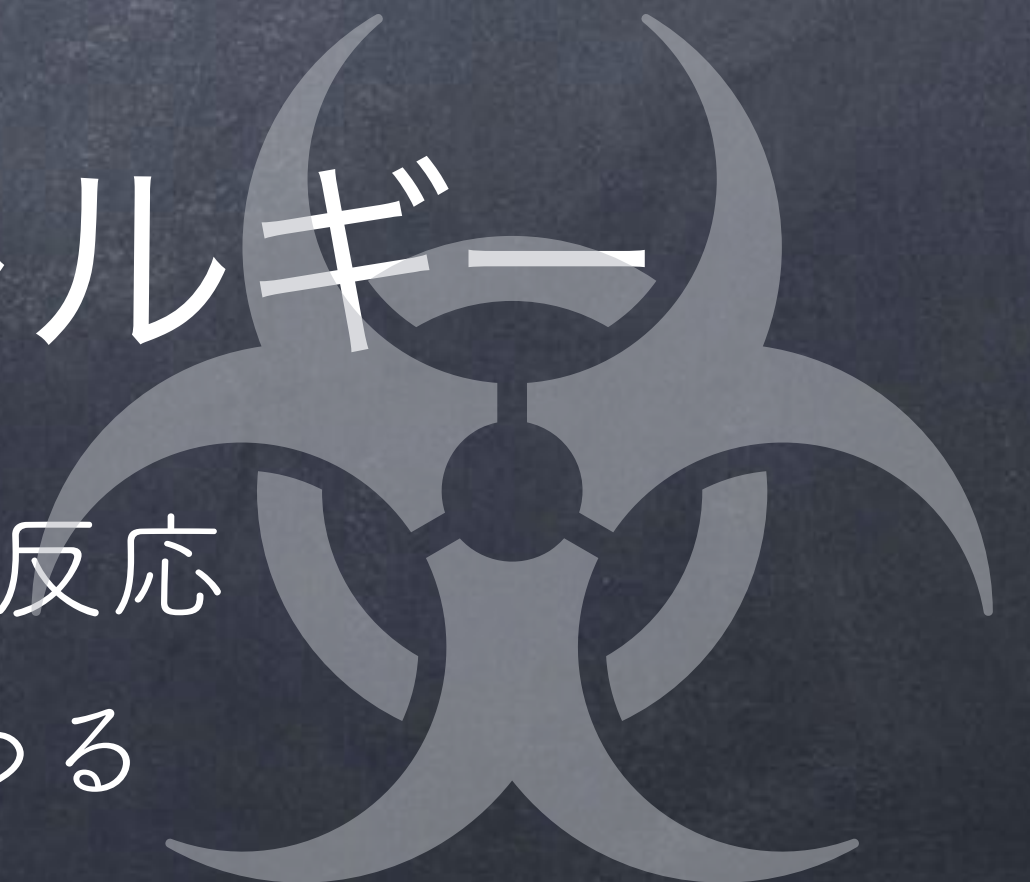
即時型

くしゃみ、鼻水、蕁麻疹、呼吸困難、激しい咳込み
場合によっては命に関わるアナフィラキシー



遅延型・蓄積型・隠れアレルギー

血液中の実に70%を占める「IgG抗体」の免疫反応
じわじわと症状を深め、精神面にも大きく関わる



即時型アレルギー

食べれば、すぐ分かるアレルギーなので
食べれないと判断できる。

「**食べれない**」ということは

「**異物**」と判断されているので
栄養吸収どころではない！

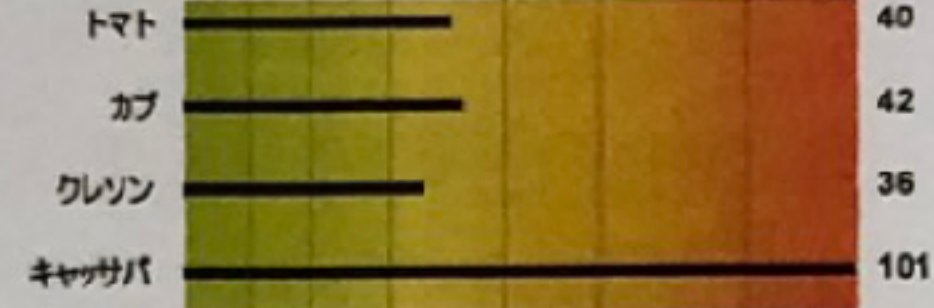
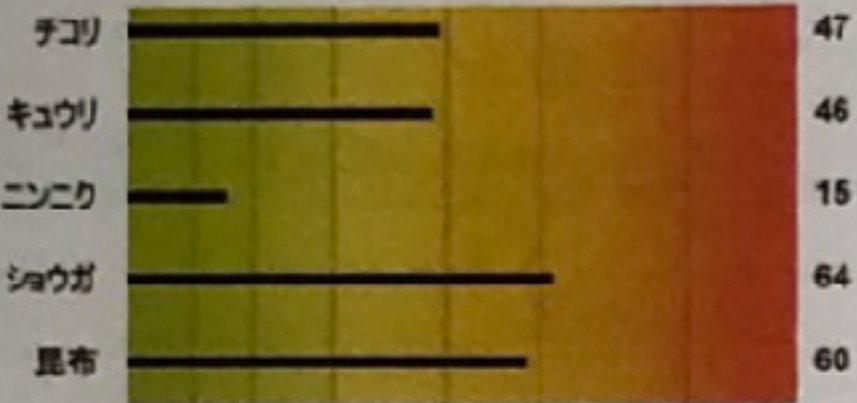
遅延型アレルギー

食べるのをやめると分かるアレルギー。
明確に気付くまで判断できない！

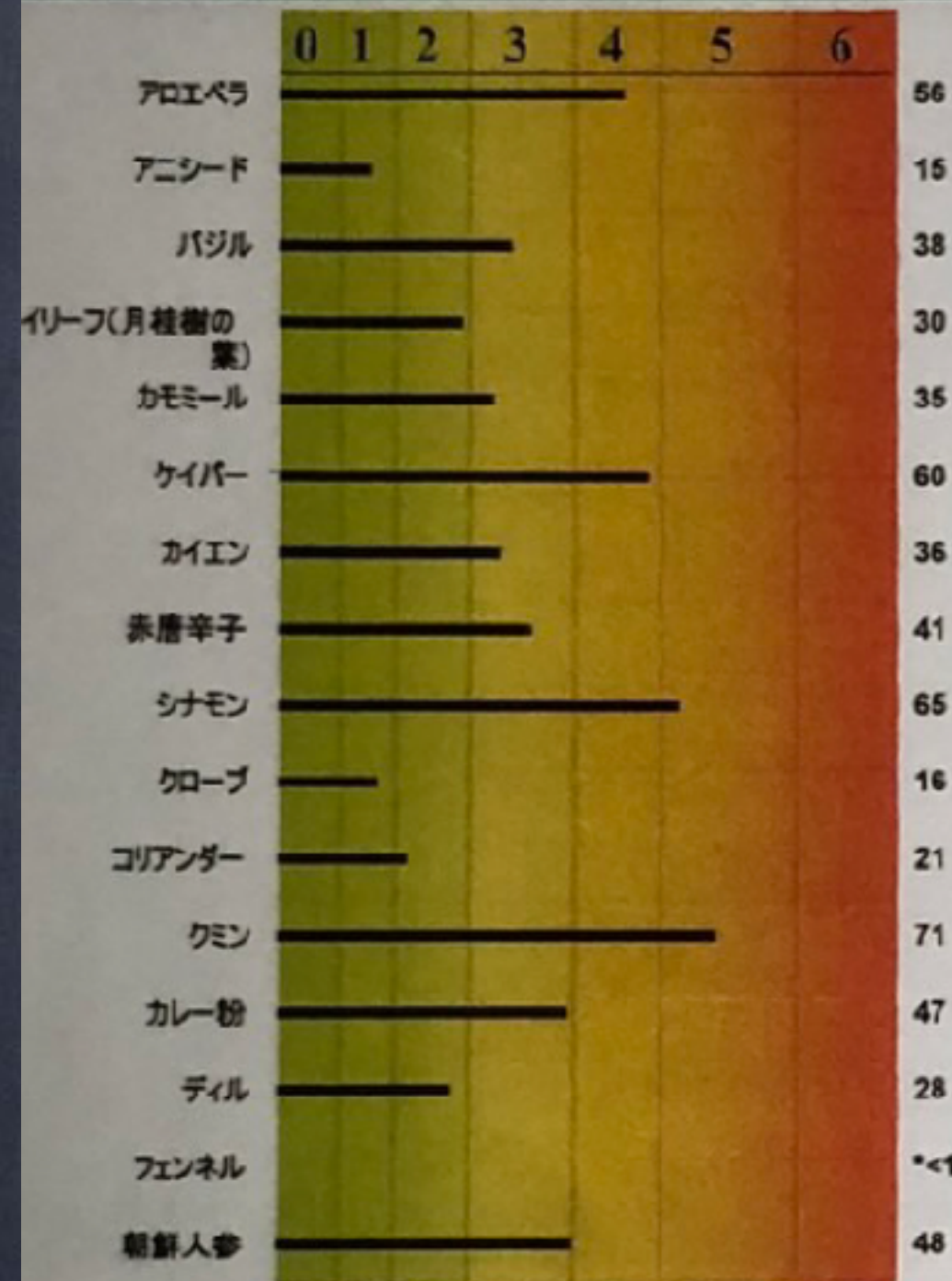
「頭では理解してないけど、体は拒絶」

している

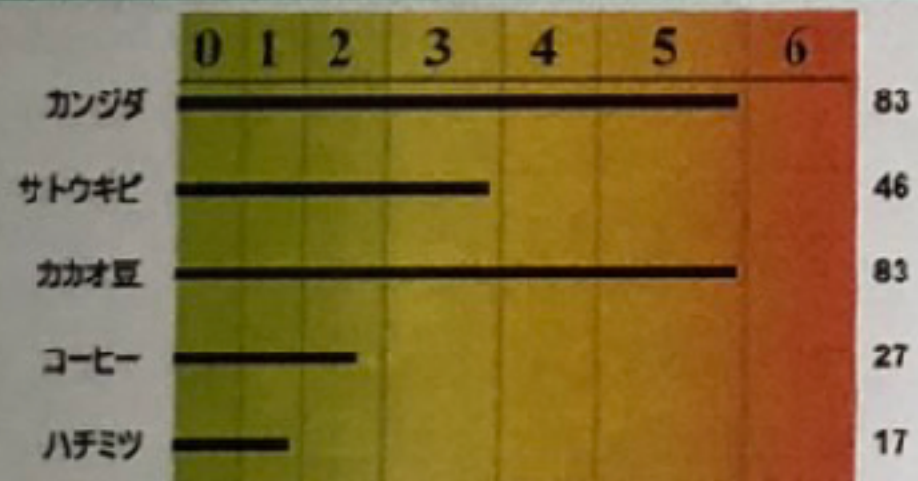
ということは「異物」と判断されているので
栄養吸収どころではない！



ハーブ/スパイス

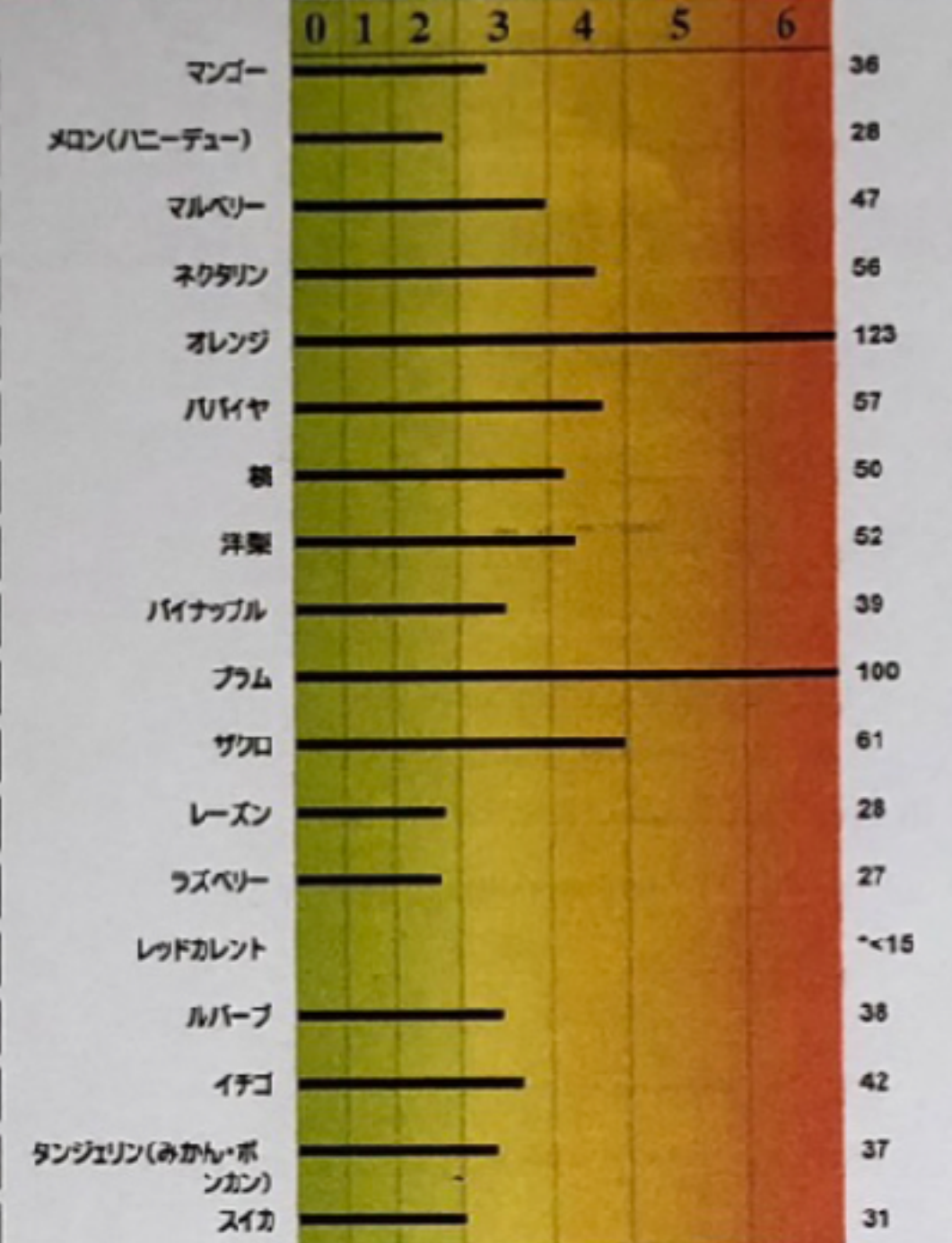
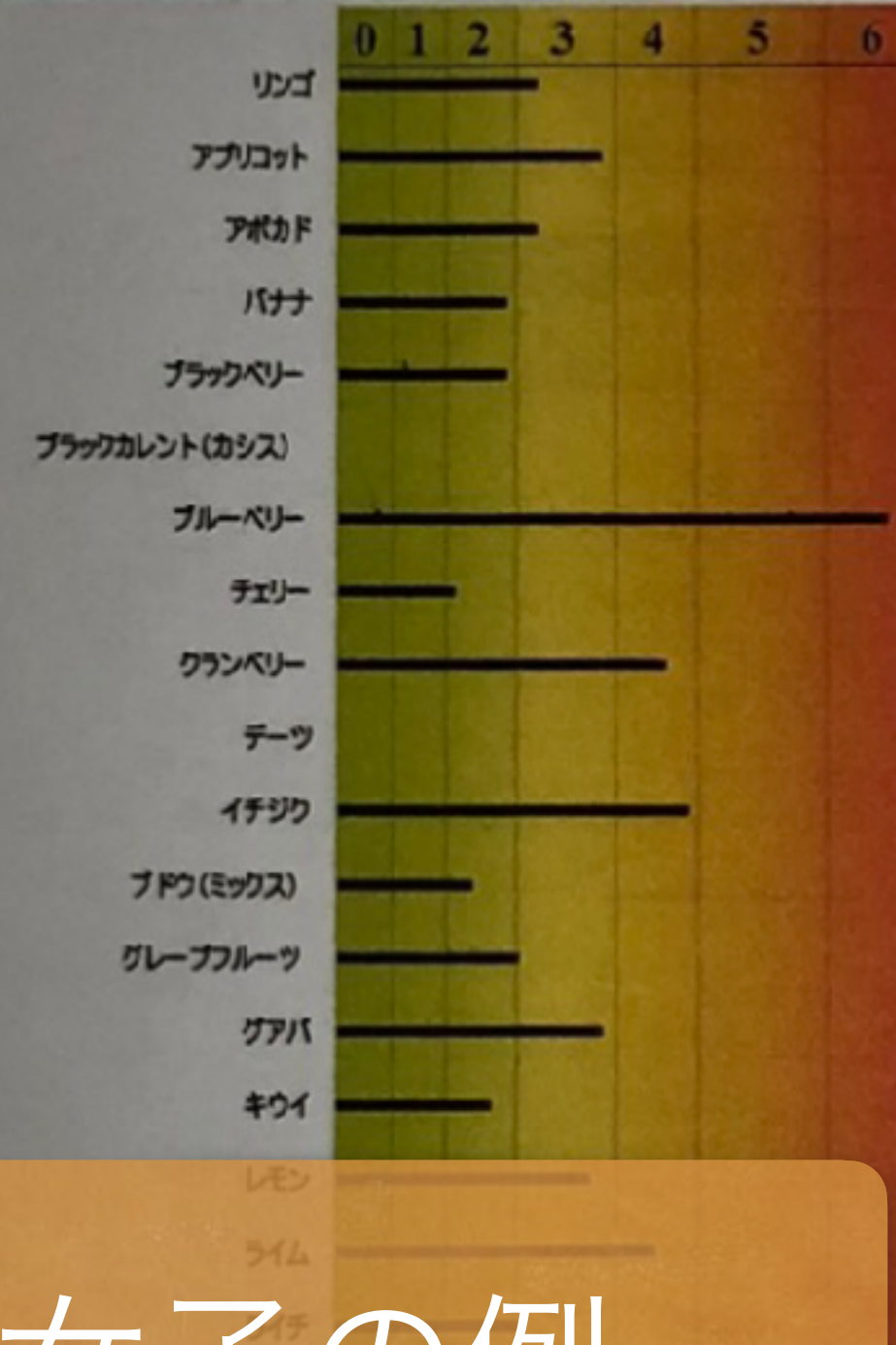


その他

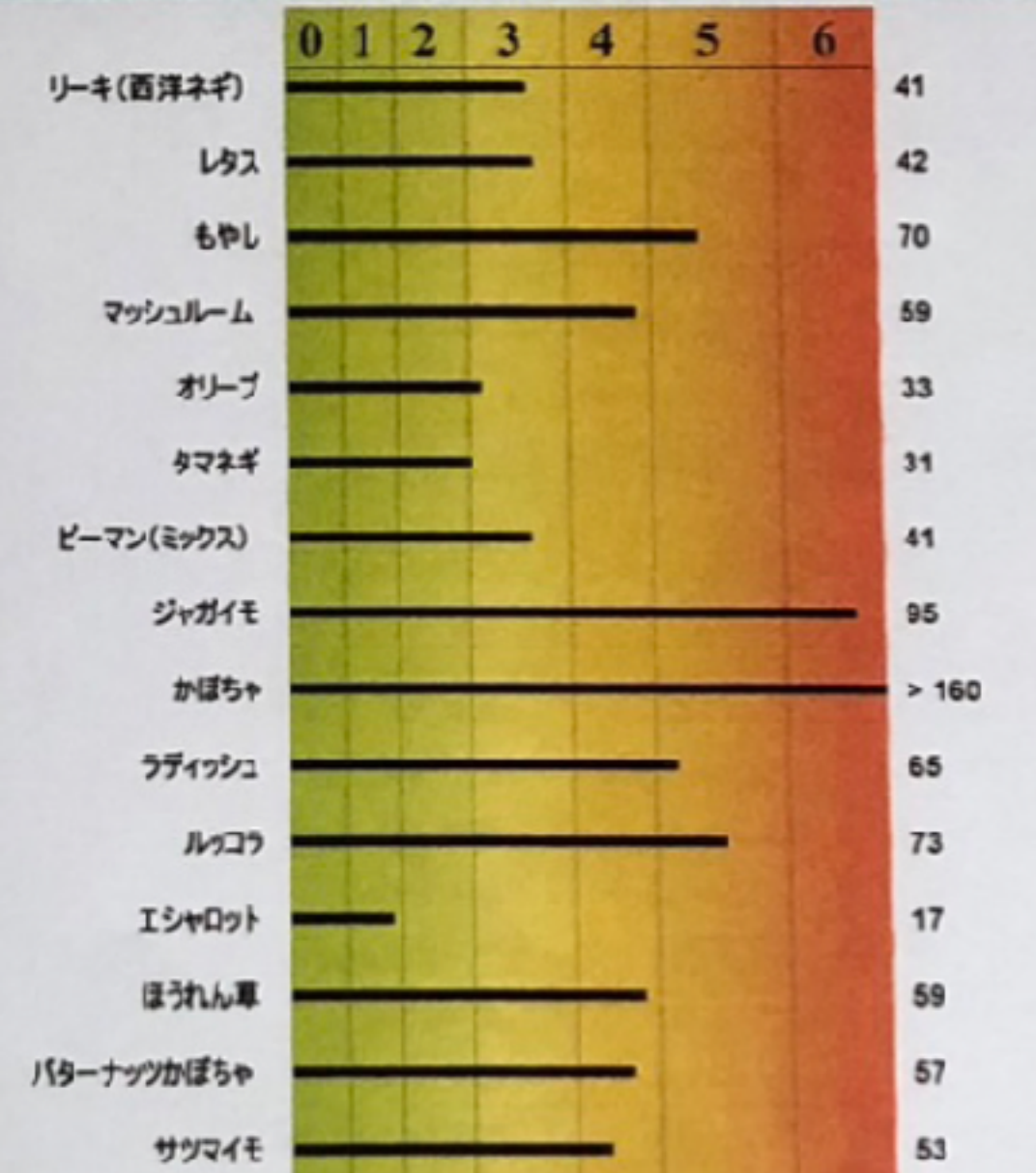
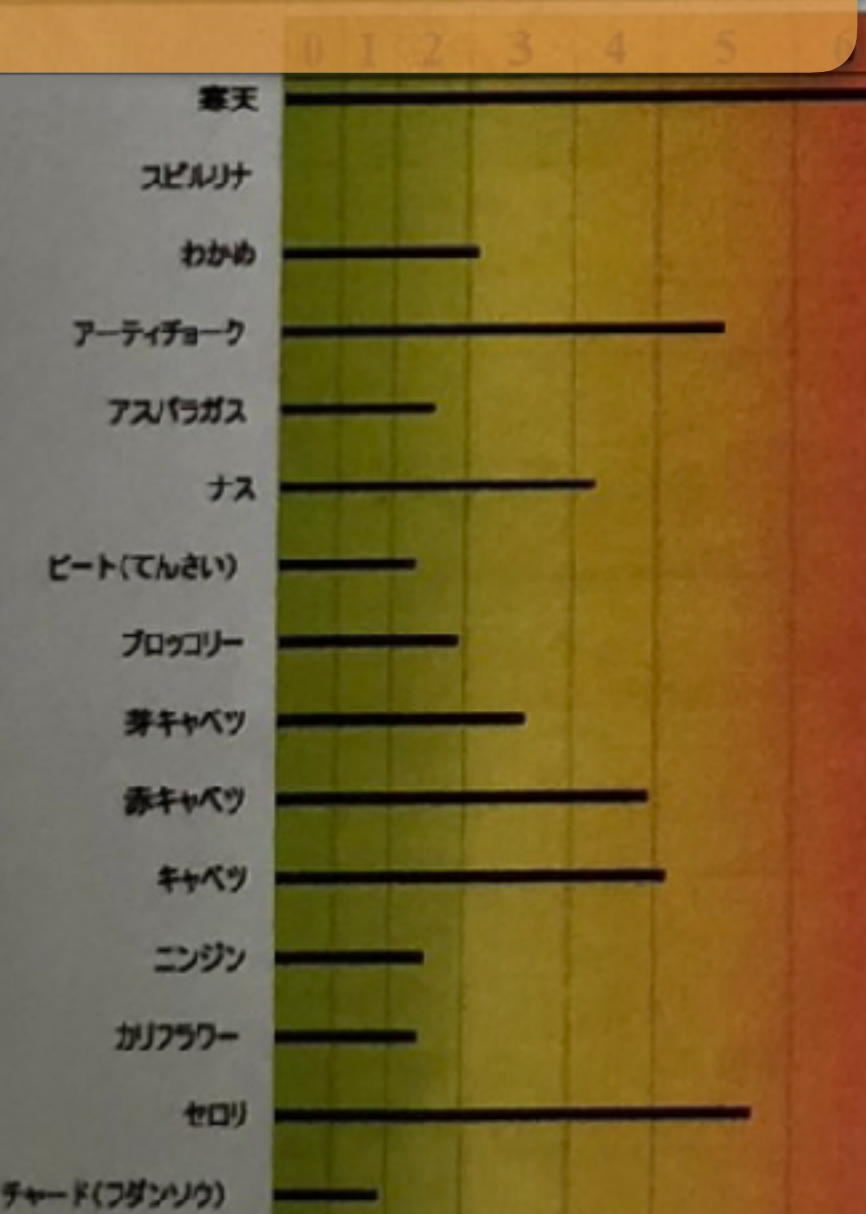


非常に上昇: 4-6

フルーツ



野菜/海草



中学生女子の例

キャッサバ (タピオカ)

パセリ

カンジダ、イースト

カカオ

ブルーベリー

オレンジ

プラム

寒天

セロリ

ジャガイモ

カボチャ

無数にあるアレルギーの
中でも強烈は拒絶反応

アーモンド

ピスタチオ

ナッツ全般

えんどう豆

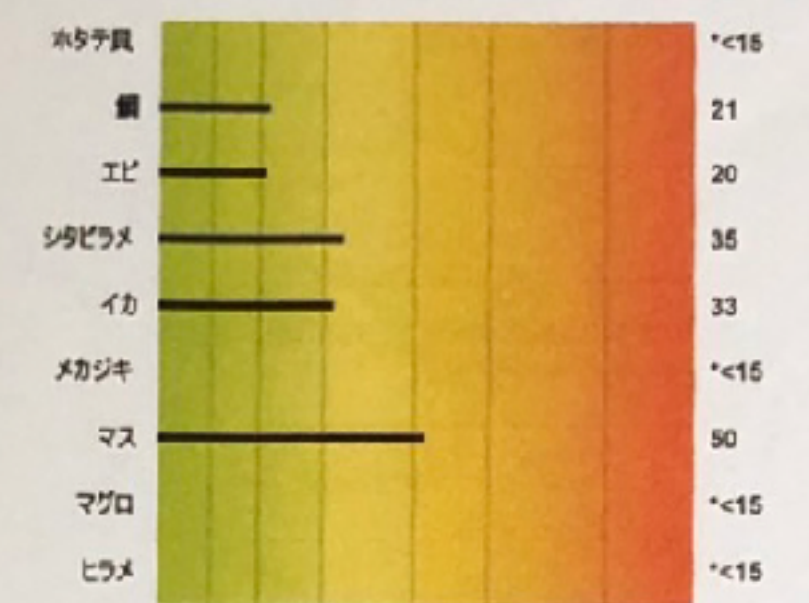
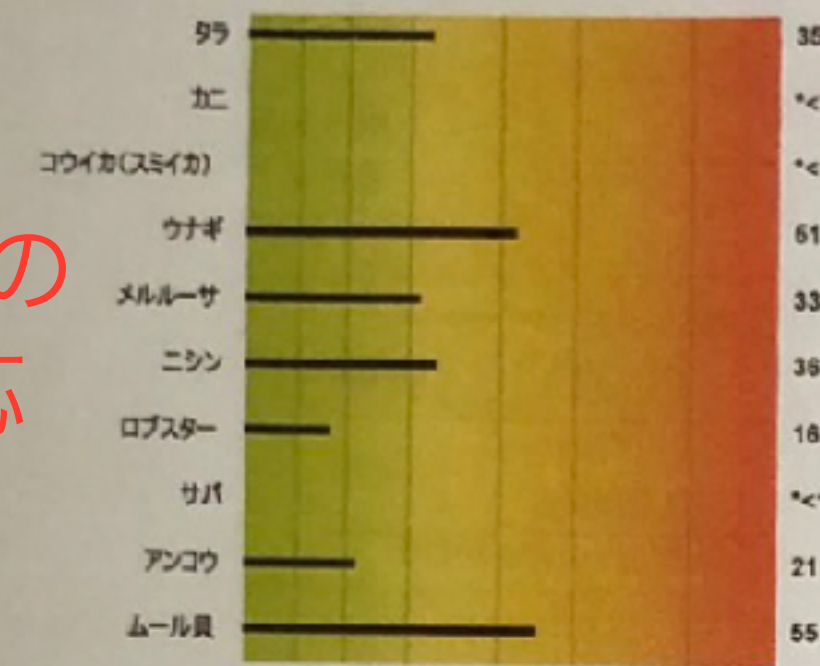
大豆、インゲン

豆全般

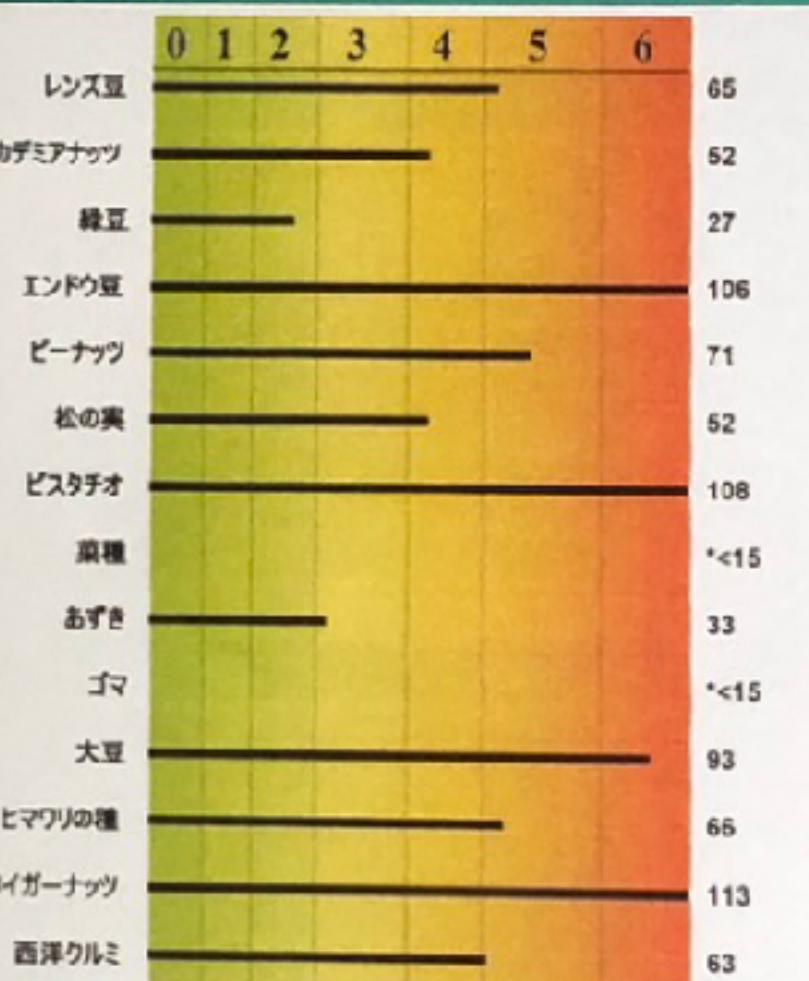
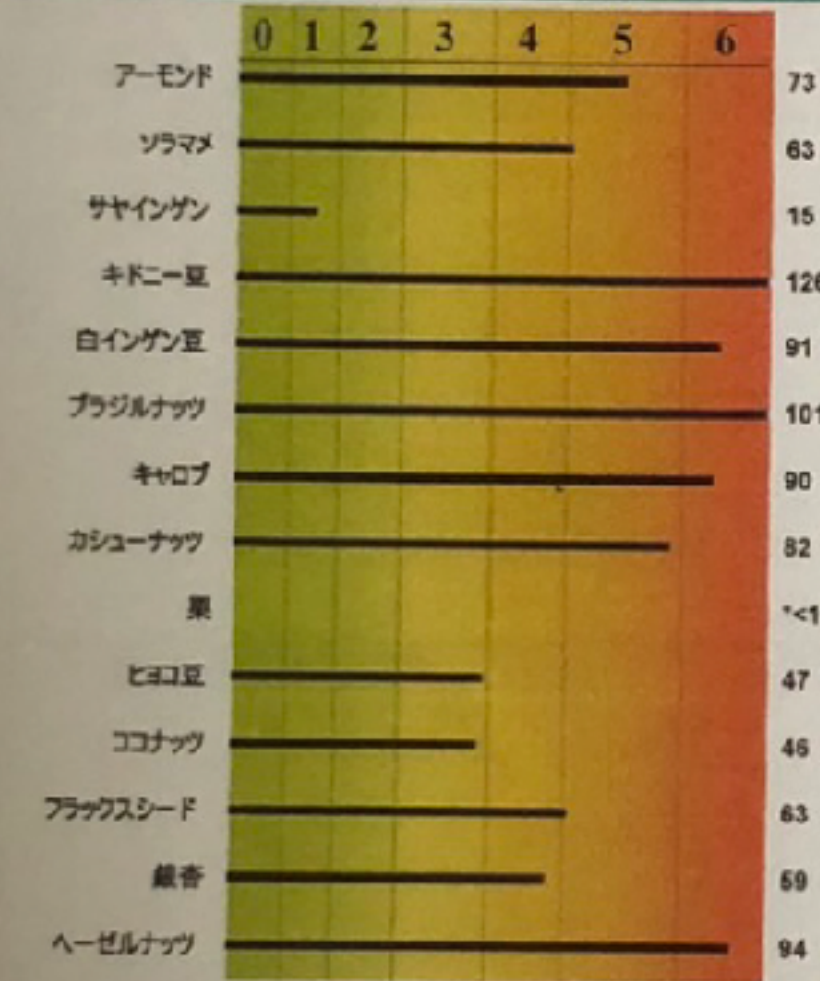
大麦、小麦全般

米、雑穀全般

卵、乳製品全般



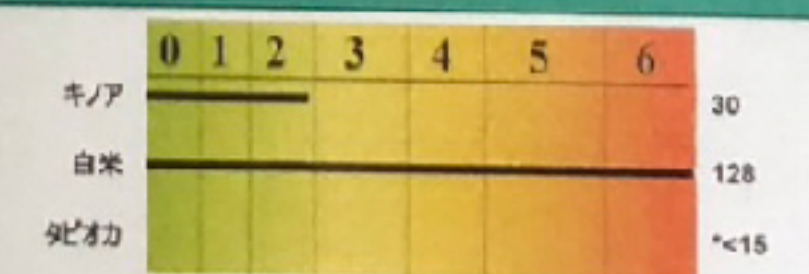
ナッツ/種子/豆



穀物(グルテンを含む)



穀物(グルテンを含まない)



レッドカラント

カシス

デーツ

マジョラム

フェンネル

ペパーミント

スペアミント

紅茶、ごま、菜種、栗

カニ、イカ、サバ、メカジキ、マグロ、ヒラメ、イワシ、牡蠣

牛肉、豚肉、鶏肉、ラム、鴨、七面鳥

アレルギー反応のない食材

中学生女子の例

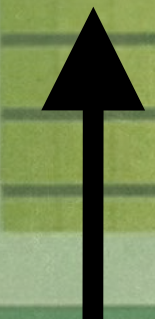
●ユーグレナ

▲クロレラ

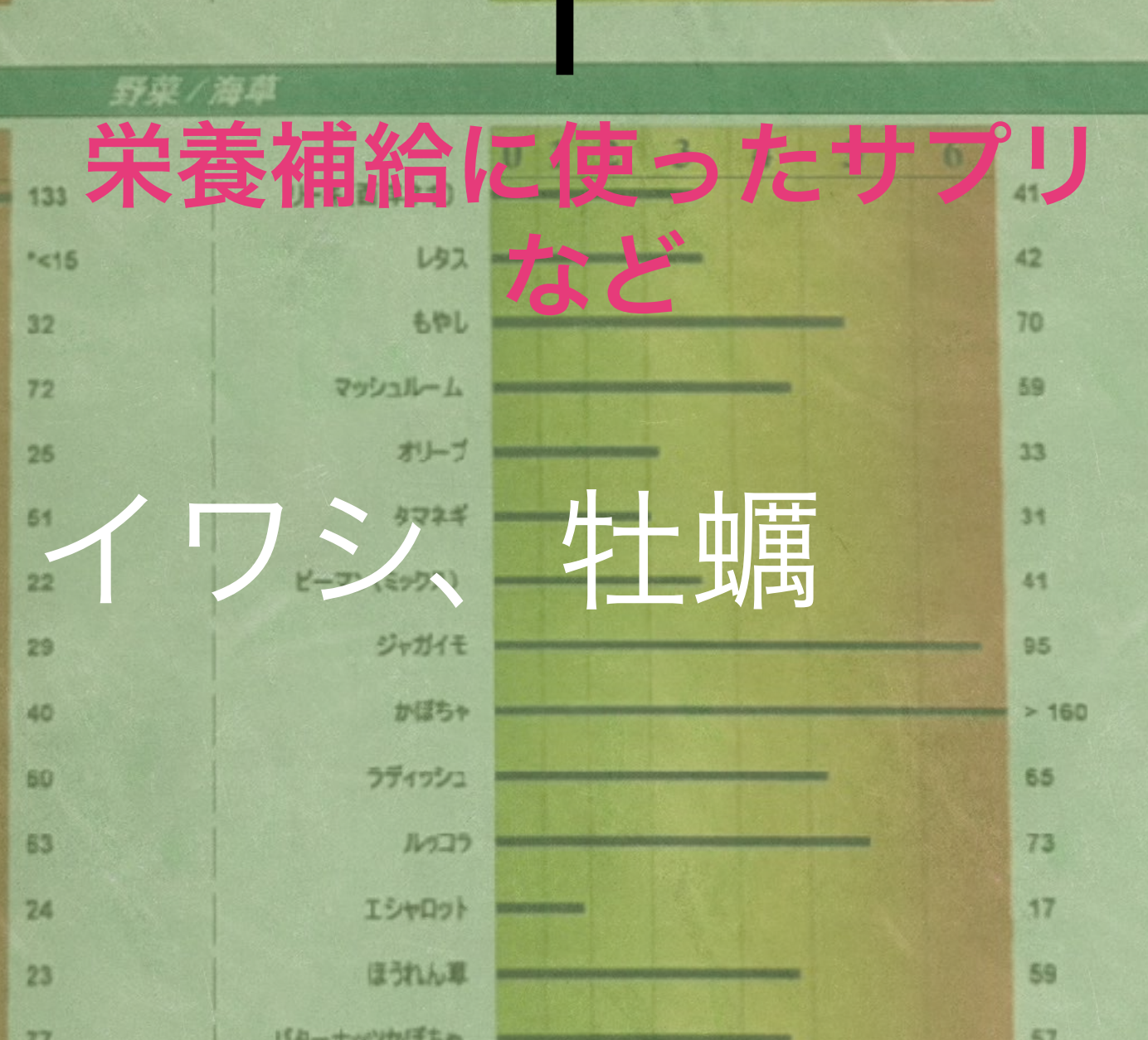
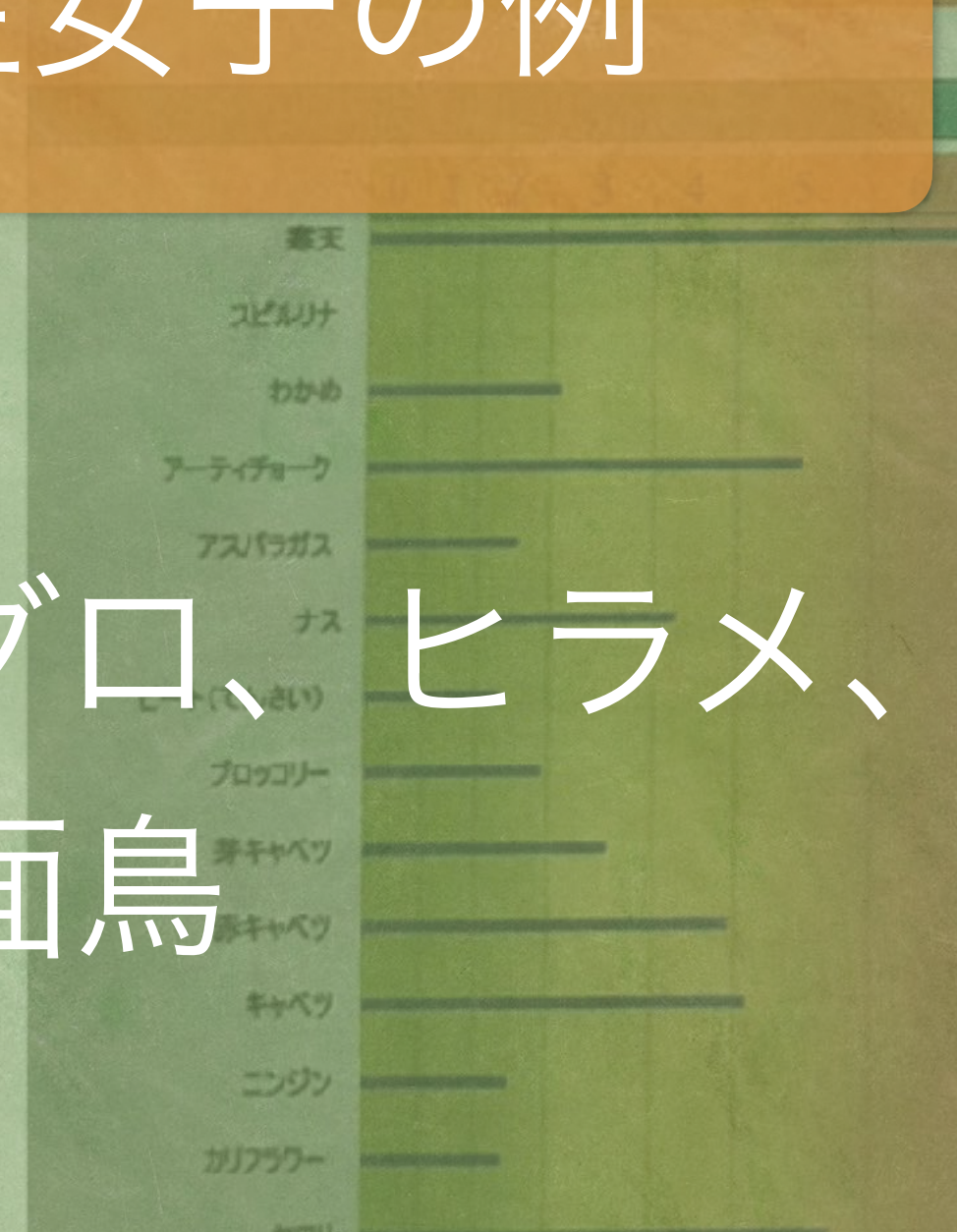
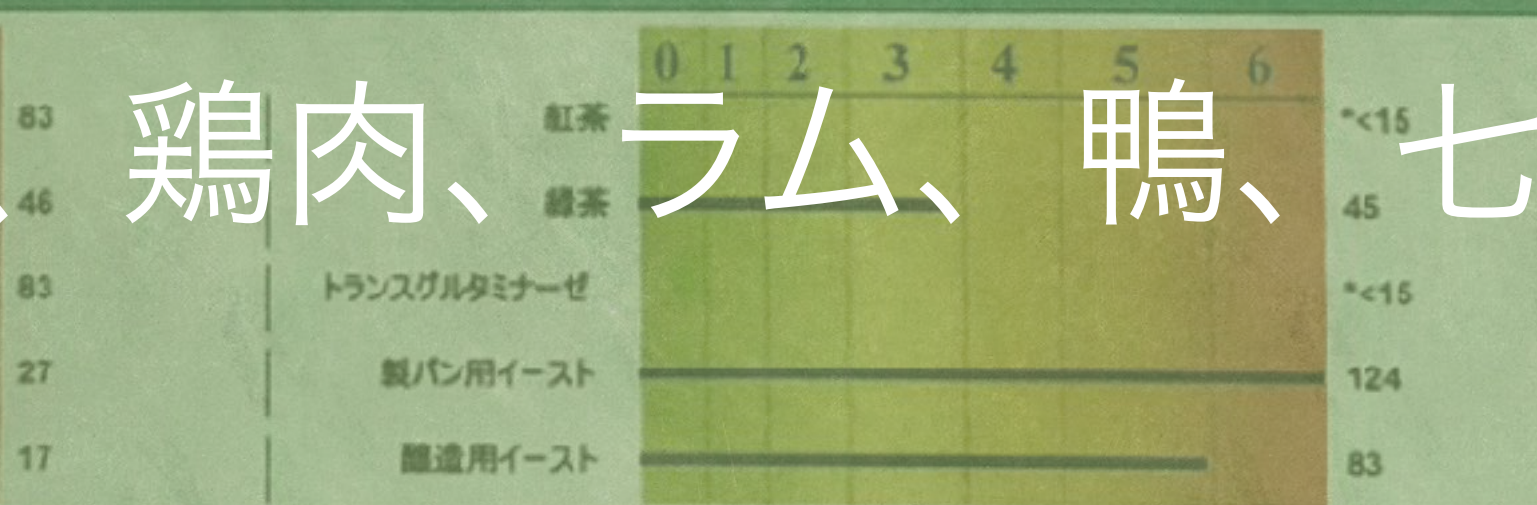
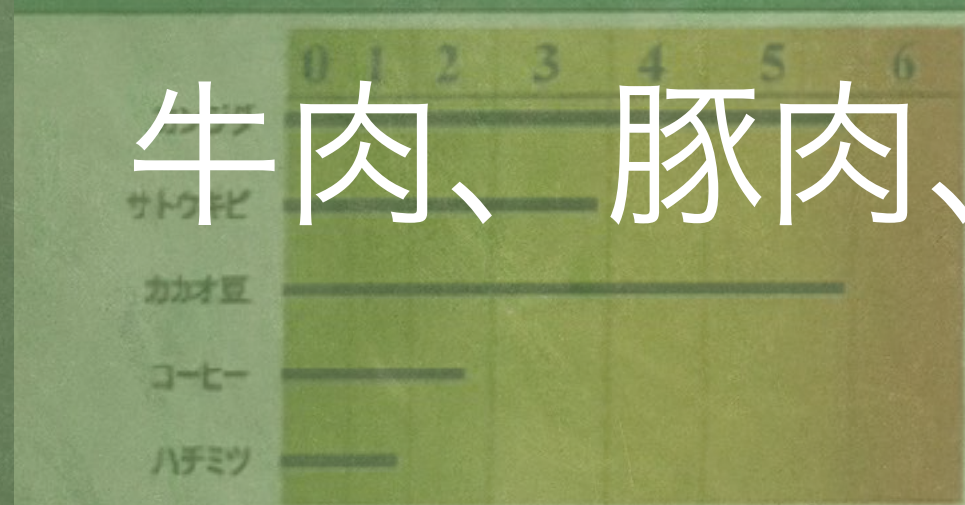
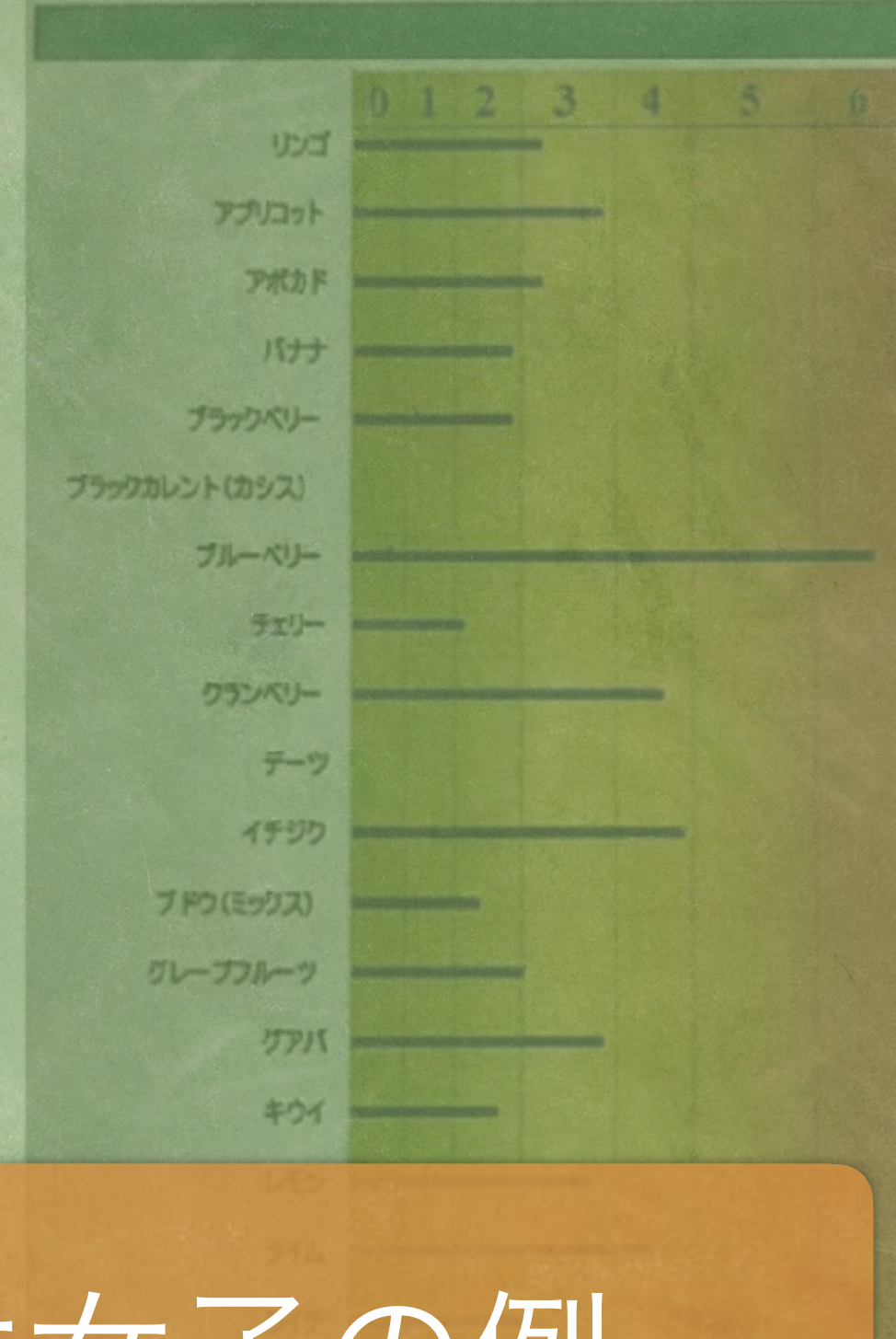
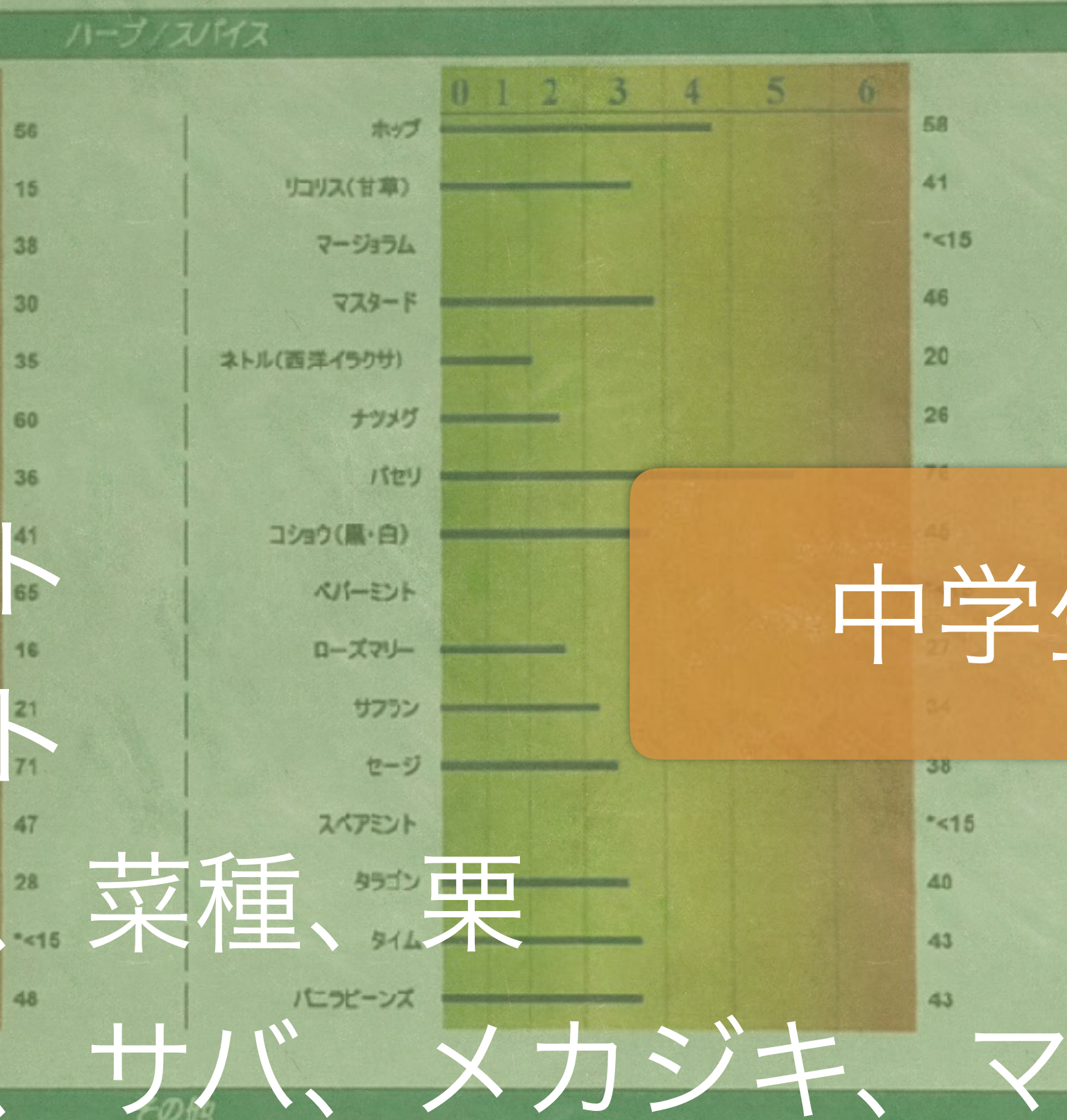
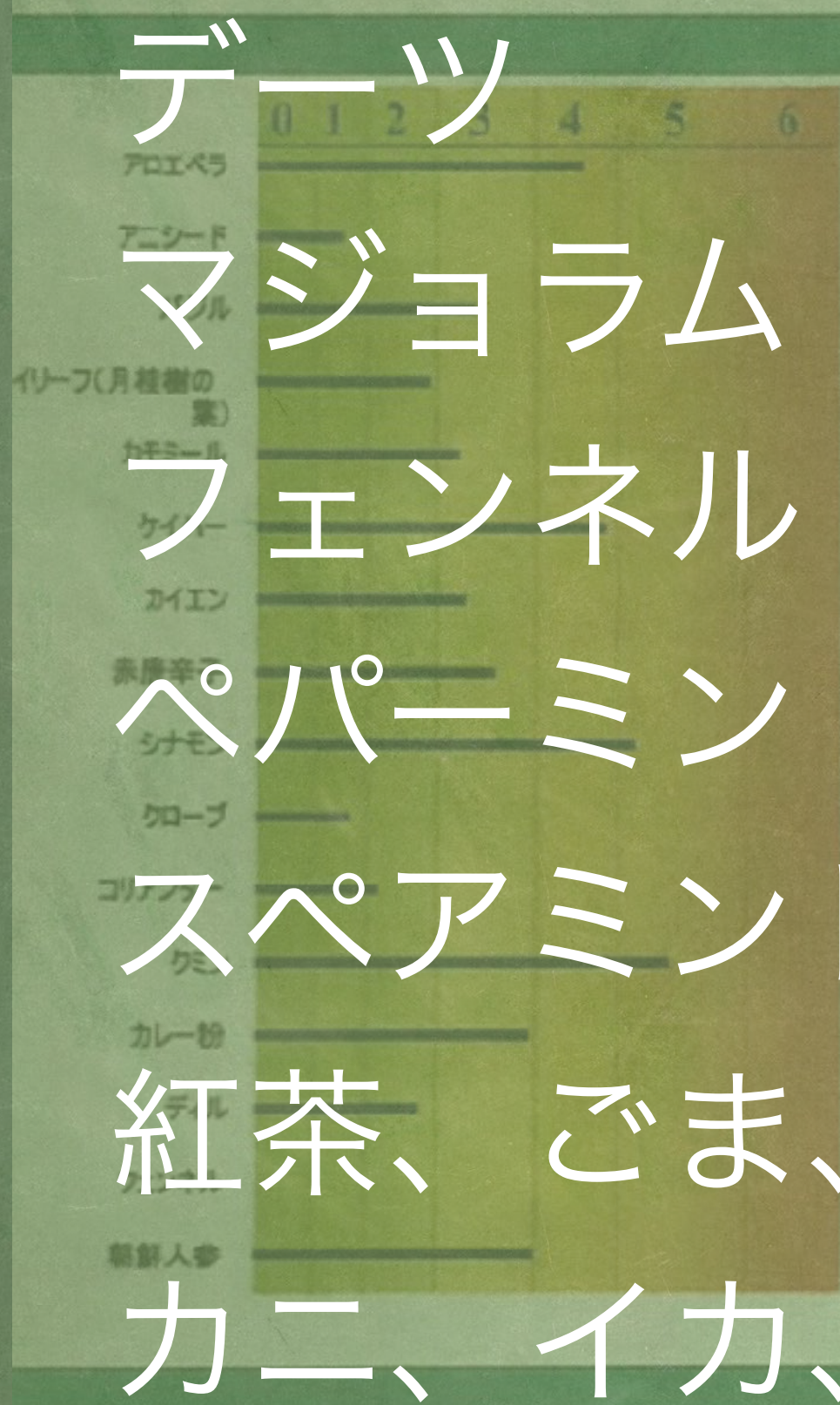
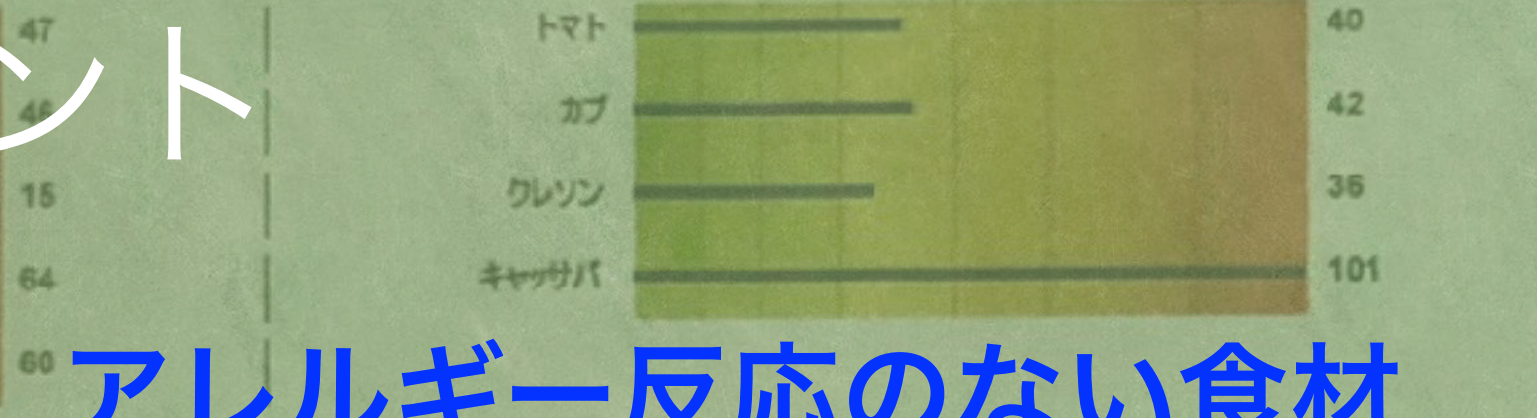
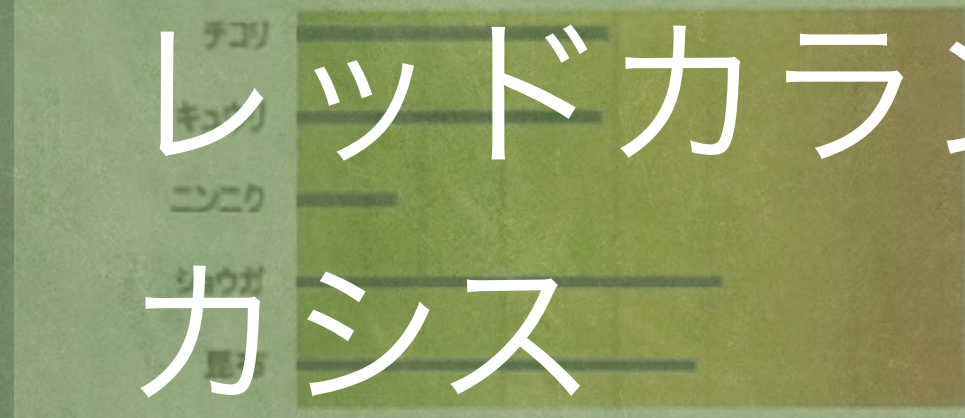
▲アサイーベリー

○アミノ酸

○天然塩



栄養補給に使ったサプリなど



遅延型アレルギー

の場合、食べれば食べるほどに拒絶反応が強まるため、体内のダメージ量も蓄積され体内の化学的バランスの異常や血液の数値異常などにも発展、また類似する食材に対しても様々にアレルギー反応を広げていく。

血液検査の数値異常は 「原因」にあらず！

何らかの「原因」により、血液の状態が
「こんななんなってますよ～」というお知らせ
数ある症状のうちのひとつ。

大事ななのは、なぜその数値に陥ったのか？
解決すべきは、症状ではなく原因！

血液の数値異常を起こす

「原因」とは何か！？

- ① 変なもの、体に合わないものを飲み食い
化学物質を注入（注射）していませんか？
- ② ストレス溜め込んでませんか？
無理し過ぎていませんか？

アレルギーを起こす

「原因」とは何か！？

①早食い、食べ過ぎ、習慣化

②ストレス

③化学物質

④カビ
など

農薬、薬剤、薬剤添加物、食品添加物
マイクロカプセル（香料など）など

鮮度の低いもの、古くなったものを食
べない、生食を控える、食中毒に注意

①早喰い、食べ過ぎ、習慣化


医学と薬の発祥、アーユルヴェーダでは
単一のハーブを三日続けて飲む事を禁じている。

医学の父、ヒポクラテスは、断食が最善最良の薬に
なり得ると述べている。



④カビ、その他 食中毒など

ラテックスアレルギーやヒスタミン中毒
アナフィラキシー、即時型及び遅延型アレルギー抗体
の反応を作る。

 過去ライブ参照

