キートニック

MCT（中鎖中性脂肪）、アミノ酸、ポリフェノール、ラズベリー（粉末）

美しく歳を取るための定期的な断食やカロリー制限には、科学的な効果と有効性が提唱されています。[1,2] 断食やカロリー制限によるメリットの多くは、身体機能の栄養学的ケトーシス状態への移行によるものです。ケトーシス状態とは、ブドウ糖(グルコース)の代わりにケトン体を燃焼できる代謝状態のことです。ケトーシス状態 は、以下を健康的にサポートします。

- 体重管理
- エネルギー生産
- インスリン感受性
- ブドウ糖(グルコース)代謝
- 脳機能
- 炎症反応やその他の免疫反応

しかし、こうした科学的な助言に従って一定期間の断食やカロリー制限に取り組む多くの人々にとっての問題は、「空腹、倦怠感、頭がぼんやりする」ことへの懸念です。

したがって、次のような疑問が生じます...

空腹、倦怠感、頭がぼんやりするといった不快な状態を最小限に抑えながら、健康増進につながる断食や一定期間のカロリー制限をサポートするにはどうすればいいのか?

そこで....Key-Tonic です◊

ココナッツベースの高濃度 C8 MCT、必須アミノ酸、植物由来のポリフェノール、コーヒー１杯分のカフェイン、生物的利用能の高い少量の B12 は、シンプルながら相乗効果を期待できます。オーガニックなフリーズドライのラズベリーパウダーとステビアを少量加えておいしく仕上げています。成分の組み合わせによる独自の相乗効果だけでなく、各成分固有のメリットもあります

ココナッツベースの高濃度 C8 中鎖脂肪酸トリグリセリド(MCT)。 MCT、特に C8 中鎖脂肪酸が多い MCT は、体の中で有効なケトン体の優れた生成源になります。[3] 消化、吸収されやすく肝臓に直接到達するため、脳を含む身体ですぐに使えるエネルギー源です。[4] ケトン体を身体ですぐに使える状態ですばやく摂取できるため、脂肪とケトン体を燃焼する状態への移行がより快適になります。

タウリンは、 条件付き必須アミノ酸であり、特に心臓、腎臓、脳に供給されます。[5,6] 激しい運動トレーニング時、疾病時、手術時など、大きなストレスがかかる状況で必須アミノ酸になります。栄養学的なケトーシス状態の場合は、タウリンによって、健

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

康的な血糖レベル、網膜の健康状態、さらに健康的で明るい気分や神経機能を保つことができます。◊

L-リジンおよび **L-ロイシン**は、いずれもケト原性のみを備えた必須アミノ酸です。** つまり、代謝時に実際にケトン体に変換されるため、エネルギーとして燃焼できる材料が増え、ブドウ糖(グルコース)燃焼からケトン体燃焼の状態にすばやく移行できます。◊こうしたケトジェニックな効果に加えて、L-リジンは L-カルニチンの生成を促進する効果もあります。これは脂肪酸を代謝してエネルギーに変える栄養素で、健康的なコレステロールレベルの維持に貢献します。◊[7] さらに、メリーランド大学の研究によると、リジンはカルシウムの吸収とコラーゲンの形成にも貢献し、骨、軟骨、腱、肌の生成に効果を発揮します。◊[8] また、L-ロイシンは数少ない分岐鎖アミノ酸の 1 つで、筋肉の成長と修復に不可欠です。◊

***ケト原性のみのアミノ酸は、代謝状態に応じて糖原性またはケト原性のどちらにもなるアミノ酸とは異なります。*

カフェイン 。 私たちの多くは、毎朝のコーヒーや紅茶でカフェインを摂取することで頭の回転が良くなることをすでに体感しています。 しかし、この調合にカフェインを加えたのは、精神をクリアにする効果だけでなく、ケトン体の生成を促進する効果があるためです。◊[9] ケトン体の増加により、代謝、身体能力、空腹の管理でさらなる効果を期待できます。◊

***カフェインの摂取については次の点に注意してください。 この調合の服用量に含まれるカフェイン(70mg)は一般的なコーヒー 1 杯分とほぼ同量ですが、1 日のカフェイン摂取量の推奨上限レベルは 400mg であることに注意してください。 つまり、毎日の習慣(コーヒー、紅茶、エナジードリンク、チョコレートなど)で一定量のカフェインをすでに摂取している場合は、1 日の消費量を評価し、必要に応じて調整する必要があります。さらに、カフェインの摂取に慣れていない、またはカフェインへの感受性が高い方の場合は、Key-Tonic を少量から開始し、自分の体の反応を確認することをお勧めします。 少ない量で耐性を確認できたら、徐々に摂取量を増やし、様子を見ながら規定の摂取量を目指します。*

レスベラトロール。 このパワーハウスポリフェノールは、カロリー制限による代謝効果や長寿効果に対抗しうる植物由来の原料の 1 つです。◊[10] 多くのレスベラトロールの効果は、サーチュイン遺伝子(「サーツ遺伝子」)という遺伝子族の発現にポジティブな影響を及ぼす機能に由来しています。[11] このサーツ遺伝子族は、自食作用によって健康的な加齢を促進し、古くなった(老化した)細胞の再生をサポートすることで知られています。◊ 動物モデルでは、レスベラトロールとその一族のプテロスチルベンの両方が、加齢や他の神経学的な問題に対してきわめて有効に作用し、脳の健康を保つことがわかっています。◊[12] レスベラトロールは、ブドウ、ブルーベリーなどの果物や野菜、さらにイタドリ(*Polygonum cuspidatum*)に見られます。

プテロスチルベンは、上記のレスベラトロール一族のフィトアレキシンであり、長寿命への有効性が知られています。◊[13] 最も研究例の多い効果としては、栄養学的な健康と代謝バランスのサポートです。◊[14] また、化学構造のわずかな変異により、プテロスチルベンはレスベラトロールより生物学的な利用能が若干高く、体内でより長く活動することがわかっています。[15]

メチルコバラミンは、B-12 の 1 形態であり、人体での吸収性と有用性に優れています。 また、B-12 の欠乏は、一般に老齢者に見られる症状ですが、この減少にはいくつかの要素があり、胃酸の減少(加齢または薬物による)、胃に本来備わっている要素の欠如、抗糖尿病薬やメトホルミンなどの特定の薬品の使用などが考えられます。 さらに、ストレスが原因でこの栄養素の体内需要が高まり、必要摂取量が増加することも考えられます。B12 は、健康的で明るい気分、エネルギーレベル、脳と心機能とともに、健康的な髪、肌、爪にも貢献します。長寿をまっとうし、生活の質を保つためには軽視できない栄養素です。◊

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

ステビア(*Stevia rebaudiana*)は、血糖レベルやインスリンレベルに悪影響を及ぼさないため、ｷｰﾄﾆｯｸ の甘味料に選ばれました。 甘すぎない、おいしく感じられる範囲の控えめな甘みを加えています。山盛りではなく小盛りのようなものとお考えください。

オーガニックなフリーズドライのラズベリーパウダー。血糖指標が低い植物性栄養素が含まれるベリー類にも固有の抗酸化効果があり、繊維、ビタミンC、ケセルチンが含まれています。

ｷｰﾄﾆｯｸ には次のような効果があります。

- ケトン体の生成をサポートし、体重管理、運動能力、エネルギー増進とともに、精神をクリアに保ちます。◊ 標準食からカロリー制限食への移行をサポートします。
- 昼食(または他の食事)の後に脳を活性化します。◊
- 現在の食事制限プログラムにアミノ酸、ポリフェノール、栄養素を追加できます。

ぜひお試しください。

REFERENCES:

1. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0531556513001186
2. https://www.cell.com/cell-metabolism/pdf/S1550-4131(13)00503-2.pdf
3. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6481320/
4. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29914035
5. https://www.pnas.org/content/115/43/10836
6. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2994368/
7. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2861661/
8. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6153947/
9. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28177691
10. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0531556513001034
11. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15749705
12. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28283884
13. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29210129
14. http://scholar.google.com/scholar_url?url=http://downloads.hindawi.com/journals/oximed/2013/575482.pdf&hl=en&sa=X&scisig=AAGBfm00uaI4qQxfAq2xFJ3t4b3hGJ0Fmg&nossl=1&oi=scholarr
15. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4099343/

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

Supplement Facts

Serving Size One 15 cc Scoop (5.0 g)
Servings Per Container 30

Amount Per Serving		% Daily Value
Calories	20	
Vitamin B-12 (Methylcobalamin)	50 mcg	2083%
Key-Tonic Proprietary Blend	2.07 g	*
Taurine		*
L-Lysine		*
L-Leucine		*
Caffeine		*

Amount Per Serving		% Daily Value
Coconut MCT (Medium-Chain Triglycerides)	1.4 g	*
Polyphenol Blend	0.9 g	*
Organic Raspberry Powder		*
trans-Pterostilbene		*
trans-Resveratrol		*

*Daily Value not established

INGREDIENTS: Key-Tonic Proprietary blend (Taurine, L-Lysine, L-Leucine, Caffeine), Coconut MCT (Medium-Chain Triglycerides; 70%), Polyphenol Blend (Organic Raspberry Powder, *trans*-Pterostilbene, *trans*-Resveratrol), Stevia (*Stevia rebaudiana* (Bertoni) Bertoni) Leaf Extract, Methylcobalamin.

US.SF2.MOD 1B

お子様の手の届かない場所に保管して下さい。

妊娠中または妊娠を希望している方や授乳中の方、医師の判断により処方薬を投与されている方、何らかの 疾 病 や 症 状 が
ある方はは他のあらゆるサプリメントの場合と同様、本品をご利用になる前に必ず担当医にご相談ください。
カフェイン含有につき、お子様や、カフェインに対する過敏反応のある方は本品を使用しないで下さい。

アレルギー関連情報：本品の取り扱い施設では、魚/甲殻類、大豆、乳製品を 含む製品も製造されています。

本品で動物実験は行っておりません。

ヴィーガンの方にも安心です。

ご使用方法：お好みの冷たい飲み物 120～180 m l に15 ccスプーンですりきり1杯 (約5g) を入れ、
シェイカーなどでよく混ぜてからお召し上がりください。

◊これらの記述内容についてはアメリカ合衆国FDA(食品および薬品管理局)の評価を受けておりません。本品はいかなる病気に対しても、その診断、治療、予防を目的としたものではありません。

Lifeplus International • P.O. Box 3749, Batesville, Arkansas 72503 • 800-572-8446 • www.lifeplus.com

この文書はアメリカ合衆国内で使用・配布することを前提として作成されています。

© 2021 Lifeplus International. All rights reserved.

6648 — JA-0521
US.SF2.MOD 1B