

ケトン体と老化の関係

皆さん・・・「ケトン体」という物質をご存知でしょうか？

「ケトン体」とは生物学的に体内で発生する「老化を抑制」する物質です・・・、

ではそうすればその「ケトン体」を発生させることが可能か・・・、
ずばり・・・「空腹状態」を定期的に行うことで、「ケトン体」が体内より発生させるメカニズムは既に生物学的に国内を問わず海外でも証明されています！

この情報や知識をご存知の人々は、このメカニズム通りにあえて定期的に「空腹状態」を故意的に行う生活環境を取り入れています！

(例として)

①裕福でもあえて「空腹状態」を定期的に行っている人々

②私のように貧乏で食料を調達出来ない・よって必然的に「空腹状態」を定期的に行わざるをえない人々

このケトン体という物質は即効性で確実に効果のある物質ですが、体力の衰えている方には推奨しかねる行動です！

ただやみくもに本能のまま

①常に満腹状態を保っていたい方

②ただ何となく3食をお腹いっぱい食している方

上記の方々にはいますぐにお勧めしたい行動です・・・、是非参考にして下さい！