

MAKE-MEDICAL【メイクメディカル】株式会社

10年若返り！？

美・健康メソッド！！



6つの複合メソッドで、美と健康を！！

6つの複合メソッドで、 美と健康を！！

- STEP 1 糖質を少なく、高たんぱく質食生活習慣！
- STEP 2 高濃度・高吸入ビタミンCで抗老化・抗酸化！
- STEP 3 水素吸入で免疫細胞を活性化
- STEP 4 お灸で血行促進
- STEP 5 イヌリンで腸活！



STEP1

糖質を少なく、たんぱく質を多く
とにかく、糖質を少ない食生活習慣に！



例えば、ガン細胞主なエネルギー源＝「ブドウ糖」なんです！

ガンの大好物は、“ブドウ糖”

「糖を断つ！！」ことが重要ですね

癌患者さんの1日の糖質は、5gまでだそうです！

タンパク質が多く、糖質の少ない食生活への転換が重要です。

糖質と老化の関係は、主に「糖化（グリケーション）」と「インスリンの影響」*の2つのメカニズムによって説明されます。

1. 糖化（グリケーション）と老化

糖質を摂取すると、血液中のブドウ糖がタンパク質や脂質と結びつき「終末糖化産物（AGEs：Advanced Glycation End Products）」という老化促進物質を作ります。

「終末糖化産物 AGEs」の影響

皮膚の老化 → コラーゲンやエラスチンが劣化し、シワ・たるみの原因になる。

血管の老化 → 動脈硬化を引き起こし、心血管疾患のリスクを高める。

脳の老化 → 脳内のタンパク質が糖化し、認知症（アルツハイマー病）の原因の一つになる。

骨の老化 → 骨のタンパク質も糖化し、骨粗しょう症のリスクが高まる。

AGEsが増えやすい条件

高血糖状態 → 血糖値が高いほど糖化が進みやすい。

揚げ物・焼き物 → 加熱によって食品自体にAGEsが増え、体内での糖化が進む。

2. インスリンの影響と老化

糖質を多く摂取すると、血糖値が急上昇し、それを下げるためにインスリンが大量に分泌されます。

10%

15%

MAKE

メイクメディカル株式会社

インスリンと老化の関係

インスリンの過剰分泌（高インスリン状態）が続くと、慢性炎症や細胞の老化を引き起こす。

インスリン抵抗性（インスリンが効きにくくなる状態）が進むと、糖尿病だけでなく、老化全般を加速させる。

インスリンを抑えると長寿につながる？

低糖質食（ケトジェニック）やカロリー制限が長寿に効果的と言われるのはインスリンの過剰分泌を抑えることで老化を防ぐため。

実際、「長寿遺伝子（サーチュイン遺伝子）」は、低血糖・低インスリン状態で活性化することが知られている。

3. どうすれば糖化 & インスリン老化を防げるか？

血糖値の急上昇を防ぐ

糖質の摂取量を抑える（特に精製された糖質は避ける）。

食べる順番を工夫（野菜 → タンパク質 → 炭水化物の順）。

食後に軽い運動をする（血糖値の急上昇を防ぐ）。

AGEsの摂取を減らす

揚げ物・焼き物より、蒸し料理・煮物を選ぶ（低温調理）。

AGEsを減らす食材（ビタミンC・ビタミンE・ポリフェノールなど）を摂る。

インスリンの分泌を抑える
間欠的断食（16時間断食など）を取り入れる。
糖質を減らし、良質な脂質（オメガ3など）を摂取する。

糖質を過剰に摂取すると「糖化」と「インスリンの影響」によって老化が加速します。怖いですね・・・

そのため、血糖値をコントロールし、AGEsの生成を抑える生活習慣を取り入れることが、アンチエイジングの鍵になります。



STEP2

高濃度・高吸入ビタミンCで抗老化・抗酸化！

高吸収リポソームビタミンCと糖質は、化学構造がほとんど同じです。

ガンは、大好物の糖質と思って、ビタミンCを食べます。

疑似餌食ベコロリ作戦！！ ビタミンCを食べたガンは死滅して行きます。

だから、断糖後に、高吸収リポソームビタミンCを摂取、高濃度ビタミンC点滴が効果的なんです。リポソームビタミンCは、リン脂質の膜でビタミンCを包み込み、吸収率を高めたビタミンCの形態です。通常のビタミンC（アスコルビン酸）よりも体内での利用効率が高く、以下のような効果・効能が期待できます。

1. 一般的なビタミンCの効果・効能

10%

- 抗酸化作用 → 活性酸素を除去し、老化や病気の予防に役立つ。
- 美肌効果 → コラーゲン生成を促し、シミ・シワ・たるみの予防に。
- 免疫力向上 → 風邪や感染症の予防、炎症の抑制。
- 疲労回復 → ストレスや運動による酸化ストレスを軽減。
- 鉄の吸収促進 → 貧血予防に役立つ。

MAKE
メイクメディカル株式会社

2. リポソーム化による特長とメリット

10%

通常のビタミンCは水溶性のため、大量に摂取すると吸収されずに排出されやすいですが、リポソームビタミンCは脂質の膜（リン脂質）で包まれているため、吸収率が高く、持続的に効果を発揮します。

MAKE
メイクメディカル株式会社

吸収率の向上

通常のビタミンC（経口摂取）は、吸収率が20～30%程度
リポソーム化すると吸収率が80～90%に向上。
胃腸での分解を防ぎ、小腸や細胞に効率よく届けられる。

胃腸への負担が少ない

通常のビタミンCを高用量摂取すると胃が荒れることがあるが、リポソーム化により胃の刺激を抑えられる。

持続時間が長い

一般的なビタミンCは数時間で尿とともに排出されるが、リポソーム型は細胞内に長時間留まり、効果が持続する。

3.期待できる具体的な健康・美容効果

10%

美肌・アンチエイジング

コラーゲン生成を促進し、肌のハリ・弾力を維持。
シミ・くすみを防ぐ（メラニンの生成を抑える）。
紫外線ダメージの修復を助ける。

A免疫力向上・風邪予防

体内の白血球の機能を強化し、ウイルスや細菌に対する抵抗力を高める。
風邪やインフルエンザの予防、回復を早める効果が期待される。

疲労回復・ストレス耐性向上

副腎の機能をサポートし、ストレスホルモン（コルチゾール）の生成を助ける。活性酸素の除去により、慢性疲労や運動後の回復をサポート。

がん予防・治療補助

高濃度のビタミンCががん細胞の増殖を抑制する可能性がある（高濃度ビタミンC点滴療法と同様の作用）。

強力な抗酸化作用により、がんの発生リスクを低減する可能性。

動脈硬化・心疾患予防

血管の健康を維持し、動脈硬化のリスクを低減。

LDL（悪玉）コレステロールの酸化を防ぐことで心疾患リスクを下げる。

鉄の吸収促進・貧血予防

非ヘム鉄（植物由来の鉄）の吸収を促進し、貧血を予防。

特に女性やヴィーガン（菜食主義者）に有益。

4. 効果的な摂取方法

空腹時に摂取すると吸収率が高まる（特に朝や運動後がおすすめ）。

水と一緒に摂取する（吸収を助ける）。

1日1,000～3,000mg程度が推奨量（目的によって変動）。

リポソームビタミンCは、通常のビタミンCよりも吸収率が高く、持続時間が長く、胃への負担が少ないのが大きなメリットです。

美肌・免疫力向上・抗酸化・疲労回復・がん予防など、さまざまな健康・美容効果が期待できるため、高品質なビタミンCを効率よく摂取したい人に適しています。

STEP3

水素吸入で免疫細胞を活性化

水素吸入（自社製造）

高濃度水素の吸入は、体内の活性酸素を選択的に除去することで、抗酸化・抗炎症・エネルギー代謝向上などの効果が期待されています。以下、主な効能を解説します。



活性酸素の除去（抗酸化作用）

体内の悪玉活性酸素（ヒドロキシラジカル）を選択的に除去し、細胞の老化や酸化ストレスを抑える。

アンチエイジング効果（肌の老化防止・シミ・シワ予防）。

生活習慣病の予防（動脈硬化・糖尿病・高血圧など）。

疲労回復・エネルギー代謝の向上

活性酸素の蓄積による細胞のエネルギー産生低下を防ぐことで、疲労回復を促進。

持久力や運動パフォーマンス向上（アスリートのリカバリーにも利用される）。

炎症・アレルギーの抑制

慢性炎症を抑えることで、リウマチやアトピー性皮膚炎などの炎症性疾患を改善。

花粉症や喘息の症状緩和にも有効とされる。

認知機能向上・脳疾患予防

脳の酸化ストレスを抑えることで、認知症（アルツハイマー病・パーキンソン病）のリスク低減。

脳梗塞後の回復促進や後遺症の軽減が期待されている。

生活習慣病（糖尿病・高血圧など）の予防・改善

インスリンの感受性を高め、血糖値を安定化（糖尿病予防）。

血管の炎症を抑えて動脈硬化・高血圧を予防し、心筋梗塞・脳卒中のリスクを低減。

がん予防・治療補助

放射線治療や抗がん剤の副作用を軽減し、がん患者のQOL（生活の質）を向上。

がん細胞の増殖を抑える可能性が研究されている。

美容・ダイエット効果

新陳代謝を活発にし、脂肪燃焼をサポート（ダイエット効果）。

肌のターンオーバーを促進し、ハリ・ツヤのある肌を維持。

高濃度水素吸入のメリット

経口摂取（飲む水素水）よりも吸収が早く、効果が持続。

医療機関でも治療目的で使用（例：水素ガス吸入療法）。

副作用がほぼなく、長期的な使用が可能。

● 抗酸化作用

水素は強力な抗酸化物質で、活性酸素（ROS）を選択的に還元し、細胞を酸化ストレスから守ります。

酸化ストレスが免疫系に与える影響を減少させることで、免疫力の向上に寄与します。

● 免疫細胞の活性化

水素分子は、免疫細胞（特にT細胞やマクロファージ）の機能を向上させ免疫応答を強化するとされています。これにより、細菌やウイルスに対する防御力が高まります。

● 炎症の抑制：慢性炎症が免疫系を弱める原因の一つとされていますが、水素は炎症を抑制する効果があり、これが免疫力の維持に役立ちます。

- 細胞の修復と再生：水素は細胞内のミトコンドリア機能を改善し、エネルギー産生をサポートすることで、免疫系の細胞の修復や再生を促進します。

高濃度水素の吸入は、抗酸化作用を中心に「健康維持・疲労回復・美容・病気予防」など幅広い効果が期待されます。

特に、慢性疲労・生活習慣病・脳機能低下が気になる人にとって、有望な健康法といえます。

STEP 4

お灸で血行促進



お灸は、ツボを温めて血行を促進し、自然治癒力を高める東洋医学の療法です。もぐさ（ヨモギの葉を乾燥・精製したもの）を使い、温熱刺激によってさまざまな健康効果が期待できます。

ル株式会社

1.お灸の主な効果・効能

血行促進・冷え性改善

温熱刺激で血流を改善し、手足の冷えを解消。
肩こり・腰痛・むくみの緩和にも効果的。

自律神経の調整・リラックス効果

副交感神経が優位になり、ストレス緩和や安眠効果が期待できる。
頭痛・不眠・イライラの改善にも役立つ。

免疫力向上

体を温め、白血球の働きを活性化し、免疫力を高める。
風邪の予防・回復促進にも効果的。

消化器系の改善（胃腸の調子を整える）

胃もたれ・便秘・下痢の改善に有効。

胃腸のツボを刺激することで食欲不振や消化不良を解消。

婦人科系トラブルの緩和

生理痛・生理不順・更年期障害の緩和に効果的。

「三陰交」のツボを温めることで、ホルモンバランスを整える。

慢性的な痛みや炎症の軽減

肩こり・腰痛・関節痛・神経痛の緩和。

ツボ刺激により筋肉の緊張をほぐし、炎症を鎮める。

ダイエット・代謝アップ

基礎代謝を向上させ、脂肪燃焼を促進。

「足三里」や「関元」のツボを刺激すると内臓の働きが活発になり、痩せやすい体質に。

2. お灸の種類

直接灸（もぐさを直接肌にのせる） → 強い刺激が必要な場合に使用。

間接灸（もぐさの下に台座や塩・生姜を置く） → 刺激が少なく初心者向け。

電子灸・温灸（火を使わない） → 手軽に使える。

3. お灸をするときの注意点

食後すぐ・飲酒後は避ける（血流が変化しすぎるため）。
高熱時・皮膚が炎症している場合は控える。
火傷しないように適度な刺激で使用する。

お灸は、血行促進・自律神経調整・免疫力向上・痛みの緩和・婦人科系改善など、多くの健康効果があります。冷え性やストレス、不調を感じている人にとって、簡単に取り入れられるセルフケアとしておすすめです。

イヌリンは、水溶性食物繊維の一種で、腸内環境の改善や血糖値・脂質の調整に役立つ成分です。菊芋・ゴボウ・玉ねぎなどに多く含まれ、以下のような健康効果が期待できます。



STEP 5

イヌリンで腸活！

イヌリンは、腸内環境を整えるプレバイオティクスとして、便通の改善や免疫力向上、血糖値やコレステロールのコントロールに寄与する重要な成分です。

消化されずに腸に届くことにより、腸内フローラを改善し、全体的な健康にポジティブな影響を与えるメカニズムを持っています。

メイクメディカル株式会社

腸は免疫機能において中心的な役割を果たしています。
腸内フローラは、免疫システムを調整し、腸内バリアが異物の侵入を防ぎ、
腸管免疫系が全身の免疫系と連携しています。
腸内環境が整っていると、免疫系は正常に働き、病気から体を守ることができます。
しかし、腸内環境が乱れると免疫機能の低下や過剰反応が起こり、健康にさまざまな悪影響を及ぼすことがあります。
したがって、腸内環境を整えることは、免疫機能の維持と全体的な健康にとって非常に重要です。

腸内環境の改善（便秘解消・腸活）

腸内の善玉菌（ビフィズス菌）のエサとなり、腸内環境を整える。
便のカサを増やし、スムーズな排便を促す（便秘解消）。
腸の蠕動運動を活発にし、腸の働きをサポート。

血糖値の上昇を抑える（糖尿病予防）

糖の吸収をゆるやかにし、食後血糖値の急上昇を防ぐ。
インスリンの分泌を抑え、糖尿病予防・改善に効果的。

脂質異常の改善（中性脂肪・コレステロールを下げる）

コレステロールの吸収を抑え、血中脂質を正常に保つ。
LDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪を低減し、動脈硬化を予防。

ダイエット・肥満予防

水を含んで膨らみ、満腹感を得やすくする。

腸内細菌がイヌリンを分解する際に短鎖脂肪酸を作り、脂肪の蓄積を抑える。

デトックス効果（腸からの老廃物排出）

腸内の不要な有害物質や老廃物を吸着し、体外へ排出。

腸の健康維持により、美肌効果も期待。

血圧の調整（高血圧予防）

腸内細菌が作る短鎖脂肪酸が血管を拡張し、血圧を下げる働き。

ナトリウムの排出を促進し、高血圧を予防。

イヌリンは、腸内環境の改善、血糖値・コレステロールの調整、ダイエットサポートなど、さまざまな健康効果が期待できる食物繊維です。

特に糖尿病予防や便秘解消に役立つため、日常的に摂取すると健康維持に効果的です。

各種資料ダウンロード

資料一覧フォルダ

<https://make-medical.com/various-materials>



アースについて

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-grounding-required.pdf>



医療機関向け情報

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-medical-professional-guide.pdf>



選べる体験！ご利用方法

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-experience-guide.pdf>



水素吸入器の選び方

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-how-to-choose.pdf>



お試し2週間 返送要領

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/2week-trial-return-instructions.pdf>



メンテナンス機器 返送要領

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/maintenance-equipment-return-procedure.pdf>



レンタル 返送要領

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/rental-return-instructions.pdf>



購入切り替え 返送要領

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/04/purchase-transition-return-guide.pdf>



ご利用者様特典

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-user-benefits-guide.pdf>



MEGA900/1800取扱説明書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/mega900-mega1800-instruction-manual.pdf>



MEGA3600/5400/7200取扱説明書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/mega3600-mega5400-mega7200-instruction-manual.pdf>



免疫力サポートメソッド

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/10/immune-support-method-guide.pdf>



水素濃度測定器無料貸し出し

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-concentration-meter-free-rental.pdf>



お試し2週間

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-free-trial-2weeks.pdf>



PSE適合性試験成績書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/pse-compliance-test-report.pdf>



MEGA900/1800設置方法動画

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/mega900-mega1800-setup-video.mp4>



MEGA3600/5400/7200設置方法動画

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/mega3600-mega5400-mega7200-setup-video.mp4>



製品一覧表

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-mega-series-specs.pdf>



使用上の注意事項

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-usage-precautions.pdf>



水素発生量測定動画

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-generation-rate-measurement-video.mp4>



水素の持つパワー

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-benefits-guide.pdf>



水素濃度測定動画

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-concentration-measurement-video.mp4>



返品・返金保証について

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/return-refund-policy.pdf>



MAKE

水素濃度測定データ

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-concentration-measurement-data.pdf>



パンフレット

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/hydrogen-inhaler-brochure.pdf>



レンタルのご案内

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/09/rentarunogoaennai.pdf>



ファイルを小さくする方法

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/10/pdf-file-size-reduction-guide.pdf>



美・健康メソッド

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/04/beauty-and-wellness-method-guide.pdf>



ランニングコスト

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/10/hydrogen-inhaler-running-cost-guide.pdf>



MAKE

代表取締役 経歴

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/03/professional-profile.pdf>



ビデオ通話設置サービス

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/01/video-call-setup-support-guide.pdf>



MEGA7200のコンセントについて

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/10/mega7200-power-requirements.pdf>



水素・酸素吸入器 特許証

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/11/hydrogen-oxygen-inhaler-patent-certificate.pdf>



カニューラWATER LESS取扱説明書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/04/cannula-waterless-instruction-manual.pdf>



カニューラWATER LESSキット取扱説明書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2026/04/cannula-waterless-kit-instruction-manual.pdf>



COOLINGカニューラ取扱説明書

<https://make-medical.com/wp-content/uploads/2025/11/cooling-cannula-instruction-manual.pdf>



お問い合わせ

銀座本社 & 水素吸入無料体験ショールーム

〒104-0061

東京都中央区銀座5-14-3

MAKEビル【銀座5丁目ビル】

FACTORY

〒378-0322

群馬県沼田市利根町老神531-1

カスタマーサービス

03-6899-5234

メールアドレス

info@make-medical.com



メイクメディカル

MAKE MEDICAL株式会社

LINEでのお問い合わせはこちら▶

<https://lin.ee/r6uAZQDi>

ホームページはこちら

<https://make-medical.com>

