

쾌변 다이어트

쾌변도 원하시고, 뱃살도 빼길 원하시면
바로 시작하십시오(쾌변과 체지방감소를 동시에 해결)

왜?

쾌변다이어트를
섭취하여야 하는가?



1. 쾌변다이어트는 한국인 일일 권장식이섬유섭취량 25g, 1일 한국인섭취량(17g, 2012년, 보건복지부) 부족한 식이섬유를 채워서 쾌변유도하는 과학적 제품
2. 배변제인 의약품의 센나 및 건강기능식품의 알로에아보라센스 등은 섭취시 배변이 묽거나, 얇아지며 또한 내성이 발생하는 경우 점점 양을 늘려야 하는데, 본제품은 장의 균총(플로라)을 바꾸고, 식이섬유를 함께 섭취하여 바나나변(굵기 2.5cm내외, 20cm)의 쾌변을 볼 수 있도록 유도하는 제품이라 좋습니다

(대학생을 대상으로 약100여명의 임상을 통하여 효능 입증)
2일 섭취 후 쾌변효과가 없을 경우 환불(품질보증)

반드시 물을 2컵이상 섭취하도록 유도하세요.
그렇지 않는 경우 심한 변비가 올 수도 있습니다.
이유는 변은 수분이 약 65%, 세균등이 27%, 섬유소, 음식찌꺼기, 소화되지 않은 물질 8%로 이루어져 있기에 수분이 섭취되지 않으면 배변될 수 없습니다.

3. 본제품은 Probio(유산균) + Prebio(식이섬유등)을 합친 synbio(신바이오) 제품입니다.

왜?

쾌변다이어트를
섭취하여야 하는가?



4. 일반적으로 변은 음식물을 섭취후 약 24시간이 경과 하여야만 변으로 만들어져 나옵니다. 각 장기별로 보면 탄수화물 1~2시간, 식이섬유 3시간, 단백질 및 지방 4~6시간 소장에서 2~4시간 정도흡수, 대장에서 8~12시간 흡수 직장에서 변이 모여서 대변으로 나옵니다. 따라서 일반적인 성인의 경우 전일(어제) 섭취한 음식물이 오늘 아침에 대변으로 나옵니다(다음페이지 그림참조)
5. 장에 해로운 음식
 - 1)과식(1일 열량의 80%섭취권장), 2) 커피, 3)초코릿
 - 4)담배, 5)육류과다섭취
6. 6대 영양소인 식이섬유의 주요기능
 - 1)소화기질환 효과 : 대장트러블, 쾌변, 게실, 충수염, 궤양
 - 2)대사성질환 효과 : 비만, 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 담석, 동맥경화

음식물이 삼켜져서 장내를 이동하는 모습

그림 8-1 음식이 삼켜져서 장내를 이동하는 모습



오전 8시
이철 식사 직후 위장에 음식이 들어 있다.



오전 9시
이철 식사 4시간 뒤, 음식이 소화와 흡수된
이 단계에 있다. 소화와 흡수가 끝나고 이철
식사 잔여물이 대장 안으로 들어갈 준비를
하고 있다.



오전 10시
① 이철 식사 잔여물이 소화결장 안으로
들어 있다. ② 점심 식사 잔여물은 대장 안으로 들어
가 이철 식사 잔여물과 섞이고 있다. ③
위에는 밥과 같은 저산 식품이 들어 있는
것이 보인다.



오후 1시
저산 식사 잔여물이 소화결장 안으로
들어 소화 과정을 하고 있다. ② 점심 식사 잔여물
은 맹장과 상행결장, 횡행결장에 들어 있다.
③ 저산 식사 잔여물이 대장으로 들어갈 준비
를 하고 있다.



오후 5시
① 이철 식사 잔여물이 소화결장을 지나 대장
속으로 들어가고 있다. ② 점심 식사와 위속
이 들어온 것을 보여준다.



오후 8시
① 이철 식사 잔여물이 대장 속으로 들어
있다. ② 점심 식사 잔여물이 대장 안으로 들어
갈 준비를 하고 있다.



오후 10시
① 이철 식사 잔여물이 횡행결장에 들어
다변을 통해 배설된다. ② 점심 식사 잔여물
은 대장을 통과하고 있다. ③ 저산 식사 잔여
물은 대장 안으로 들어갈 준비를 하고 있다.



오전 6시
저산 식사 잔여물이 소화결장과 상행결장 안
으로 배설 준비를 하고 있다.



오전 6시 30분
① 괄배반이 이루어졌다. ② 전날 저녁에 먹
었던 음식 잔여물이 이철 대장에 들어 있다.



오전 8시
장이 완전히 비워져 다시 세 끼를 받아들
일 준비가 되어 있다. 이철 식사가 위에 들어
있다.



백반이 하루에 한 번만 이루어진다. 만약
예민 (경)의 식사 잔여물이 들어 있게 된다.



정 안의 3% 이상의 식사 잔여물이 들어
올 경우 만성적인 변비가 생기게 된다.

1. 주크림 (9)

버나드젠센박사/미국
더러운장이 병을 만든다의 88page

제품 정보

- 제품명 : 쾌변 다이어트
- 제품의 유형 : 건강기능식품 [차전자피 식이섬유, 가르시니아캄보지아추출물]
- 내용량 : 8g* 60포 (480g)
- 원재료명 및 함량 : 차전자피분말, 가르시니아캄보지아추출물분말, 프락토올리고당, 청국장분말, 포도당, 곡류효소혼합분말 52종, 탈지분유, 비타민미네랄 17종, 알로에전잎분말, 유산균(락토바실러스액시도필러스, 플랜타럼), 유산균(비비도박테리움롱검, 비피도박테리움브레비스, 비피도박테리움 비피덤 등 9종)
- 섭취량 및 섭취방법
- **쾌변시 : 1일 2회, 1회 1포 식사 15분전 따끈한 물400~500ml함께 섭취하십시오.**
다이어트시: 1일 2회, 1회 1포를 식사 15분전 따끈한 물에 사과식초 2큰술 (10ml)에 희석한 후 1포를 음용하세요(피로회복, 다이어트 효능)

기능 정보

- **차전자피 식이섬유** : 혈중콜레스테롤 개선, 배변활동 원활에 도움을 줄 수 있음
- **가르시니아캄보지아추출물(HCA)** : 탄수화물이 지방으로 합성되는 것을 억제하여 체지방 감소에 도움을 줌

영양 정보

- 1일 섭취량 : 2포 (16 g)
- 1일 섭취량 당 함량 : 열량 51 kcal, 탄수화물 12 g (3.7 %), 식이섬유 8.1 g,
- 단백질 1 g미만 (1 %), 지방 0 g (0%), 나트륨 21mg (1%) , 총HCA로서 750mg

회사소개

- 벤처기업(제 20150101646호)/기술보증기금
- LIG 손해보험 / 생산물책임보험가입

쾌변다이어트

장 쾌변 다이어트는 저하된 장 건강과 기능 증진에 도움을 줄 수 있는 **차전자피 식이섬유**를 함유하고 있으며, 탄수화물이 체지방으로 합성되는 것을 억제하여 체지방 감소에 도움을 주는 **가르시니아캄보지아 추출물** 등을 함유하고 있습니다.

장 쾌변 다이어트만의 일석 삼조(一石三鳥) Diet!

Step 1

배변활동에
도움을 줌



Step 2

체지방 감소에
도움을 줌



Step 3

체중관리에
도움을 줌

속이 가벼워야 진짜 미인! 속부터 가볍게 비우세요!!

식이섬유는 흔히 '**화이버(Fiber)**'라고 부르는 것으로, 이것은 몸 안에 들어가면 소화가 되지 않은 채 그대로 빠져 나옵니다.

이처럼 식이섬유는 몸 안에서는 소화가 되지 않는데다가 칼로리도 없기 때문에 제대로 대접받지 못했지만 최근 들어 쾌변에 도움이 되는 이유로 특별한 관심을 모으고 있습니다.



차전자피 식이섬유란?

차전자(Plantago ovata 또는 plantago spp.)의 껍질을 분쇄하여 식용에 적합하도록 만든 것으로 **식이섬유를 85%이상 함유**하고 있어야 합니다.

차전자피는 칼로리나 영양성분이 거의 없고 몸 안에서는 소화도 되지 않으며, 수분 흡수력이 높아 **물과 함께 섭취 시 원래 무게의 40배 이상 팽창**하고 탄성을 유지하는 것이 특징이라고 할 수 있습니다. 특히, 차전자피에 함유되어 있는 식이섬유 중 수용성 식이섬유는 점도를 높여 변을 부드럽게 해주고, 불용성 식이섬유는 수분을 흡수하여 변의 양을 늘리고 탱탱하게 탄성을 증가시켜 장을 자극하게 되고 **장 운동을 하게 함으로써 편안한 배변활동에 도움을 줍니다.**

물과 함께 섭취 시 원래 무게의 40배이상 팽창!!



01 체지방 차전자피분말



02 물을 부으면 팽창

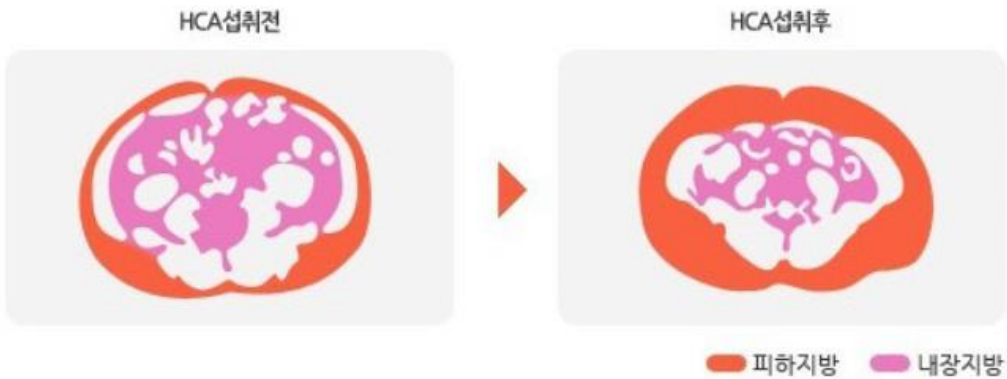


가르시니아캄보지아란?



인도 남서부 산지에서 서식하는 식물의 과일로서 HCA함량이 다른 과일에 비해 높아 전세계적으로 연구 되어온 소재입니다.

가르시니아 캄보지아는 **탄수화물이 지방으로 전환될 때 사용되는 효소의 활성을 억제하여 체중과 체지방량을 감소시켜 주는 것**이 시험관 시험, 동물시험을 통해 확인 되었으며, 인체적용시험 결과 과체중 및 비만(BMI 26 이상)인 성인의 체지방량 감소가 확인된 검증된 소재입니다.



가르시니아캄보지아의 HCA는 이렇게 작용합니다!!

