

医学界で長い間
ないがしろにされてきた
《血糖値スパイク》
の存在

最新科学が突き止めた
《血糖値スパイク》
(=血糖値の乱高下)
の恐怖

健康診断や人間ドック
では見つけられない
《血糖値スパイク》

新たな合併症
「認知症・がん・
突然死」を引き起こす
《血糖値スパイク》

1食当たり「糖質40g」
(ざるそば1枚50.5g)で
《血糖値スパイク》に

毒性の強い「AGE」
(=終末糖化産物)
を生み、
脳や全身の細胞を壊す
《血糖値スパイク》

ダイエット中の
若い女性に
多く起きている
《血糖値スパイク》

若くて痩せた
女性でも
「ポッコリお腹」
(=内臓脂肪化)
は危険な兆候



午後眠くなる／だるい／
頭がボーっとするのは
《血糖値スパイク》
が原因