

# 長效維他命C500毫克

長效維他命C配方有助你身體保持足夠維他命C水平、維持最佳狀態

## 維他命C是最不穩定的維他命

維他命C是最不穩定的維他命，屬水溶性質，不能長時間儲存於體內。雖然我們日常可從水果（尤其是柑橘果）和多葉類蔬菜中得到維他命C，但由於維他命C會因熱、光和暴露於空氣中而被迅速破壞。即使我們的身體吸收了維他命C，但不久便會被身體排出體外。<sup>[1-3]</sup>所以市面上一般的普通維他命C補充劑，並未能為我們提供到最佳的效果。

## 長效維他命C配方的特色

長效維他命C能於8小時內緩緩釋出天然維他命C，讓你可以提高維他命C營養素的吸收，令你時刻領略到它的功效。經特別配製的緩釋維他命C補充劑，可維持血液中的維他命C常處於穩定的水平。此外能全日不斷地為我們身體提供維他命C，有助身體對抗因受陽光和污染所帶來的傷害，保持身體健康。<sup>[1-5]</sup>

## 為甚麼要服用長效維他命C？

維他命C (Ascorbic acid)是組成及維護膠原質的必要元素，能將大量的結締組織細胞捆綁在一起。維他命C能幫助鐵質吸收和活動，促進葉酸及身體新陳代謝，強化和維持牙齒、骨骼及牙齦健康。<sup>[1-7]</sup>維他命C更是一種強大的抗氧化劑，能中和自由基，保護身體免受與氧化有關的傷害，包括皺紋及其他身體問題。<sup>[1-5]</sup>

## 維他命C的重要性

- 紓緩因感冒引致的疲勞<sup>[1-4,6,8]</sup>
- 紓緩由各種病原體引起的皮膚敏感、鼻敏感、或氣管敏感<sup>[1-5]</sup>
- 能保護及鞏固微細血管及結締組織健康<sup>[1-4]</sup>
- 幫助兒童的骨骼健康成長，強壯身體，提高學習能力<sup>[1-4,8]</sup>
- 促進膠原蛋白的合成，促進傷口的癒合，對於皮膚受激光或磨皮後的復健、燙傷患者的皮膚重建有良好的效果<sup>[1-5,8]</sup>
- 有助減低缺鐵性貧血、紓緩牙齦出血、牙週病、腫痛、皮膚出現紫斑、青瘀等的壞血病的症狀<sup>[1-6]</sup>
- 強力抗氧化作用，能保護皮膚避免受紫外光(UV)及自由基物質的傷害而產生的加速老化現象<sup>[5]</sup>
- 增強食慾，維持腸胃系統的健康<sup>[9]</sup>
- 促進氨基酸中的酪氨酸和色氨酸的新陳代謝<sup>[10]</sup>

## 建議服用份量：

成人及12歲或以上的兒童，每天口服1-2粒或遵照醫生指示服用。

參考文獻：見英文附頁

註：此說明書為2017年更新版本

# Vitamin C 500 Time Release Tablets 長效維他命C500毫克



Manufactured By:  
Vitamins For Life  
248 Wagner St.,  
Middlesex, N. J. 08846,  
U.S.A.