



# Cranberry Extract 250mg

## 高濃度小紅莓精華(又名蔓越莓)

### 泌尿道感染症狀<sup>[1]</sup>

- ◆ 尿頻：次數頻密，但每次只能排出少量尿液
- ◆ 小便時感到赤痛、灼熱
- ◆ 尿液混濁，甚至帶血
- ◆ 小腹脹痛（近恥骨位置），顯示膀胱感染
- ◆ 如有發熱、腰背痛、作悶、嘔吐，顯示腎臟可能受到感染

### 泌尿道感染

泌尿道感染（亦稱尿道炎）是泌尿道內有細菌存在而引起的感染，可發生於尿道沿線，從上泌尿道的腎臟到下泌尿道的膀胱，不同年齡人士均有機會受到感染。<sup>[2]</sup> 細菌沾附在細胞壁相信是大部分泌尿道感染的成因，<sup>[3]</sup> 超過八成個案是由大腸桿菌引起，大腸桿菌可能由腸道轉移到尿道繼而引起發炎。<sup>[2]</sup> 包覆細菌的細菌膜有著特別的結構，幫助細菌黏附在尿道細胞上，<sup>[3]</sup> 如經常憋尿或排便不暢，有機會令滯留在內的細菌繁殖增生，增加感染機會。

### 女性比男性容易受感染

因著男女生理結構的不同，女性比男性患上泌尿道感染的機會高（比例約8比1），<sup>[4]</sup> 荷爾蒙分泌改變亦是增加感染機率的因素之一。女性於不同階段雌激素水平隨之改變，如懷孕或更年期間，引起生理和心理的轉變。此外，由於更年期時雌激素分泌減少，陰道黏膜層會變薄，且失去彈性和潤滑，陰道容易痕癢和發炎。有些婦女的尿道亦受影響，導致膀胱功能衰退，小便失禁。<sup>[5]</sup>

### 小紅莓原花青素守護健康

小紅莓又名蔓越莓，小紅莓汁及小紅莓醬被用作增進尿道健康及紓緩泌尿道感染徵狀的恩物已有長久歷史，<sup>[6]</sup> 科學家嘗試探究小紅莓隱藏的健康奧秘，近年主要集中研究小紅莓抑制細菌依附的機制，以及抗菌依附的小紅莓成份。每粒小紅莓均蘊含絕佳的抗氧化健康因子，包含維他命C及原花青素，<sup>[7]</sup> 原花青素相信是小紅莓中具紓緩泌尿道感染徵狀功能的主要成份。<sup>[3,6]</sup>

進食小紅莓亦是減低復發機率的方法之一，但一杯小紅莓便含高達4克的糖份，是對身體的一個沉重負擔，多食有機會引致肥胖、糖尿、高血壓等問題，相反，維康命高濃度小紅莓精華不含糖份，是所有年齡族群的健康之選。

### 研究力證小紅莓益處

多項研究結果顯示小紅莓有助預防膀胱及尿道發炎，對頻繁的女性患者有更顯著效果。在其中一個實驗中，年長女性飲用小紅莓汁可減低膀胱細菌數量，另一實驗則顯示較年輕的長期女性患者如服用小紅莓補充劑，會顯著減低再次復發的次數。<sup>[8]</sup>

### 小紅莓百科<sup>[3,6]</sup>

- ◆ 被譽為「超級水果」
- ◆ 強力抗氧化
- ◆ 把關泌尿道健康
- ◆ 減緩腎石形成
- ◆ 含豐富原花青素
- ◆ 抑制細菌黏附
- ◆ 支持心血管及免疫系統

### 小紅莓有以下益處：<sup>[6,9]</sup>

- ◆ 維持泌尿系統健康
- ◆ 維持菌叢生態
- ◆ 減緩痕癢不適
- ◆ 維持心血管及腎臟健康
- ◆ 抗菌效果
- ◆ 紓緩泌尿道感染徵狀
- ◆ 支持免疫力

### 建議服用份量：

成人：每日服2-3粒，或遵照醫生指示服用。

參考文獻：見英文附頁。

 **Supports A Healthy Urinary Tract**  
有助保持尿道健康



# Cranberry Extract 250mg

## 高濃度小紅莓精華(又名蔓越莓)



 **Supports A Healthy Urinary Tract**  
有助保持尿道健康

Manufactured By:  
Vitamins For Life  
248 Wagner Street,  
Middlesex, NJ 08846,  
U.S.A.

