



營多斯®多種維他命及礦物質營養片 (添加葉黃素及番茄紅素)

成人配方 每日一粒提供日常補充

全球有75%人口處於「亞健康」狀態

現代生活節奏加快，持續疲倦、頭暈頭痛、精神難以集中等狀況困擾不少都市人。身體即使沒有明顯疾病，但在生理和心理會出現不適，這種介乎健康和生病之間的身體情況，已屬處於「亞健康」(Sub-health) 狀態。^[1]「亞健康」人士表面看來健康，但身體覺得不適，西醫檢查往往下的結論是沒有患病。你和你的家人真的健康嗎？

自我檢查身體狀況

身體有出現過以下問題嗎？有多少個？

<ul style="list-style-type: none"> 失眠 頭暈頭痛 記憶力變差 容易煩躁不安 難以集中精神 腰痠背痛 	<ul style="list-style-type: none"> 眼睛疲勞 消化不良 怕冷 經常疲倦 容易氣促 容易傷風感冒 	<ul style="list-style-type: none"> 喉嚨痛 高血壓 高血脂 糖尿病 皮膚暗啞 鼻敏感
---	--	---



檢視「亞健康」成因

營養不均衡、生活壓力、憂慮、睡眠質素差劣、環境傷害等因素會對身體施加壓力，如身體沒有充足準備，抗壓能力欠佳，「亞健康」徵狀便有機會陸續浮現。

以下人士需多加注意營養補充：

生活習慣	工作、學業
長期使用手機或平板電腦、晚睡、淺眠、偏食、多肉少菜、抽煙、飲酒	食無定時、工作繁重、壓力大、日夜顛倒、處理人際關係、情緒問題
環境	家庭
空氣污染、水質問題、紫外線、室內空氣不流通、食品添加劑、殘餘農藥	照顧一家大小、兼顧不同身份、處理繁瑣家務

如何擺脫「亞健康」

亞健康狀態是不斷發展變化，可轉向健康狀態，也可轉向疾病狀態。如能改善生活習慣，彌補膳食中的不足，加強自我保健，有助早日擺脫「亞健康」，走進健康狀態。

抗氧化	身體每分每秒都會產生自由基，攻擊體內的細胞，加速身體衰老。抗氧化分子能有助中和自由基，避免細胞遭到破壞，具延緩老化作用。 ^[2-4] 番茄紅素、維他命C、維他命E、鋅、硒、錳
抗壓舒緩	生活繁忙緊張，工作壓力沉重，長期積累負面情緒，容易令人感到焦慮、疲倦。放鬆神經，保持頭腦清晰，能助你輕鬆應付日常工作及生活壓力。 ^[2-3] 維他命B雜
免疫力	工作壓力、過度操勞、睡眠不足，會對內分泌及免疫系統帶來不良影響，造成免疫力下降。強化免疫系統，在流行病風行的季節更顯重要。 ^[2-4] 番茄紅素、維他命C、鋅、碘
釋放能量	釋放食物中能量，加速代謝，營養素直達身體各部分，令你精神集中，並有助回復體力。 ^[2-3] 維他命B雜、鎂
腦部及心血管	貧血、血液循環欠佳等皆會影響精神狀態及導致手脚冰冷。補充製造紅血球所需營養，改善血液循環，有助把氧氣及營養帶到腦部，更能維持心血管健康。 ^[2-3] 維他命B雜、維他命C、維他命E、葉酸、鐵
骨骼強健	缺乏運動，少曬太陽，是加快骨質流失的元兇之一。及早補充骨骼所需，有助維持骨質密度及牙齒健康。 ^[2-3] 鈣、維他命D3
皮膚及頭髮	營養不均、紫外光、廢氣等會傷害皮膚及頭髮，加快肌膚衰老或導致脫髮。為細胞補充適當養份，令皮膚及頭髮回復年輕健康。 ^[2-3] 生物素、鋅、維他命A、維他命C、維他命E、泛酸
眼睛視力	手機及平板電腦發出的強光，加上強烈紫外線及空氣污染，嚴重威脅眼睛健康。補充視網膜營養，過濾藍波段光線，加上抗氧化保護，能改善夜視能力，舒緩眼睛疲勞，護目明眸。 ^[2,3,5] 維他命A、維他命E、胡蘿蔔素、葉黃素

建議服用份量：

成人每天口服1次，每次1粒，餐後服用或遵照醫生指示服用。

參考文獻：見英文附頁



Multivitamins & Minerals (Plus Lutein & Lycopene)

營多斯®多種維他命及礦物質營養片 (添加葉黃素及番茄紅素)

For men and women 男女適用配方

✓ Contains 30 Key Vitamins & Minerals – Provide Daily Required Nutrients

✓ One Tablet Daily, Help In Immunity, Health of Vision, Bone & Skin

✓ 提供30種維他命及礦物質，補充每日所需營養

✓ 每日1粒，有助維持良好抵抗力、視力、骨骼及皮膚健康



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



tablets

MADE IN U.S.A.