

YUMEGA 智精叻 EPA-DHA 奧米加3咀嚼魚仔魚油 Omega-3 Kids Fish Oil



專為兒童而設的
益腦營養補充品
Best nutritious supplement
exclusively formulated for children

什麼是奧米加-3？

奧米加-3是取自深海魚脂，它包含多種不飽和脂肪酸，主要為EPA和DHA。這兩種不飽和脂肪酸可促進人體的腦部和智力發展，特別是發育中的兒童。然而人體不能自行合成奧米加-3脂肪酸，因此只能依靠從飲食攝取。^[1] 一般兒童對魚油的腥味會有所抗拒，導致在日常飲食中未能攝取足夠的奧米加-3。因此服食魚油丸可以彌補平日攝取不足的EPA和DHA脂肪酸。

魚油與兒童學習能力和行為

魚油含豐富奧米加-3，它當中包含的兩種脂肪酸EPA及DHA可促進兒童的互動功能，激發兒童腦部發展，提升專注力和集中力，從而改善學習表現。近期臨床醫學發現，缺乏奧米加-3脂肪酸的兒童可能會出現學習行為上的問題，例如過度活躍和無法專注學習。^[2-3] 因此，若無法確保平日從膳食中吸收足夠的奧米加-3，特別為兒童而設的咀嚼魚油丸便是最佳的選擇。

缺乏Omega-3脂肪酸可能會導致以下問題：

- 過敏症狀 ^[1]
- 缺乏專注力 ^[2-3]
- 過度活躍 ^[2-3]
- 情緒低落 ^[1]
- 難於入睡 ^[1]
- 閱讀困難 ^[2-3]

奧米加-3魚油對兒童的好處：

- 增強兒童學習能力 ^[2-3]
- 增強兒童專注力 ^[2-3]
- 緩和過度活躍及過度情緒化行為 ^[3]
- 提升記憶力及智力 ^[2-3]
- 保護視網膜及維持良好視力 ^[6]

優質的EPA-DHA魚仔魚油丸

智精叻EPA-DHA奧米加3咀嚼魚仔魚油選取自優質深海魚油，每粒軟膠囊含豐富EPA和DHA，為兒童補充健康成長所需的均衡營養素。它同類兒童奧米加-3產品中，可能是份量較平均和質量最好的奧米加-3魚脂產品。

每粒智精叻EPA-DHA奧米加3咀嚼魚仔魚油產自澳洲，其所有製造過程都經過澳洲衛生局的嚴格監管，確保產品維持高品質。智精叻EPA-DHA奧米加3咀嚼魚仔魚油丸有芳香的果汁味，加上有趣的魚仔形狀軟膠囊，是大人和小孩都喜愛的優質產品。

服法：

3歲以下嬰幼兒：每日1粒。建議刺破膠囊或扭開小魚兒膠囊的尾部，把魚油擠出混合飲料或食物一起食用。

3歲以上：每日咀嚼1粒。

6歲以上：每日咀嚼2粒。

12歲以上：每日咀嚼3粒。

小朋友可以扭開小魚兒膠囊的尾部，將魚油直接擠進口中或拌入你們喜愛的飲料如牛奶、果汁和食物一起享用。

參考文獻：

見英文附頁。