

# MegaLife

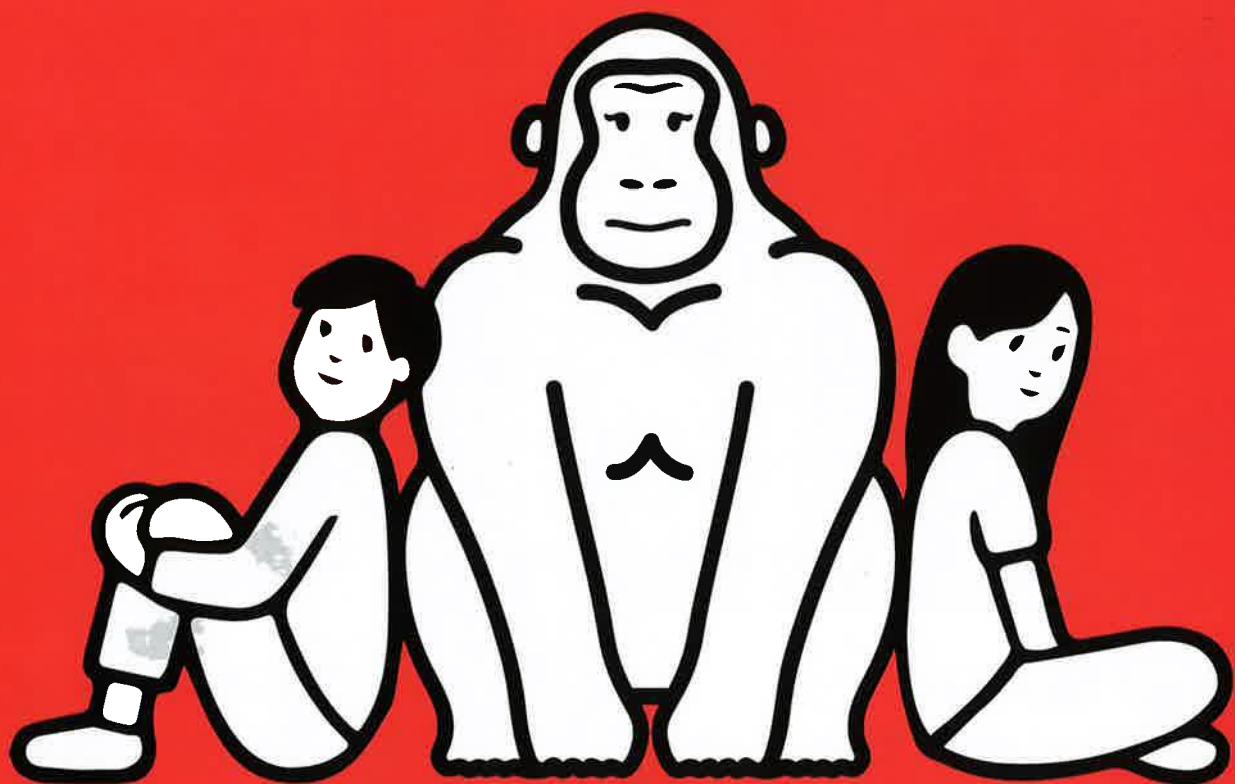
www.megalife.com.hk  
Vol. 361 / 2020 July

生活晴報

驚喜價  
**\$25**

只有動物會教你的人生哲學

做人好難？



9 771995 259001

從今天開始，我要重新做人！

# 健腸孖寶 為您加 70分！

你的免疫力七成來自腸道！

益生菌 + 益生元 健康腸道話咁易

## TUMMYPAL + SUPAGUT

益 億 菌

益 菌 優 營 素

ASIAN5

專為亞洲人  
研發益生菌  
組合配方

獨家配方

5 大優質  
活性益菌  
和果寡糖

XOS20

20 倍效能  
高濃度 XOS  
益生元

安全可靠

無添加糖和  
有害添加劑  
耐酸耐熱

健腸孖寶的  
7大功用

- ✓ 有助控制體重
- ✓ 改善腸道健康
- ✓ 保護骨骼健康
- ✓ 支持免疫系統
- ✓ 維持健康心血管系統
- ✓ 改善情緒及記憶
- ✓ 或有助抑制細胞病變



國際品質



GMP 工廠生產  
國家食品藥品監督管理局保健食品標誌  
STC 優質“正”印章認證  
非基因改造認證



## 益生菌要點食？

最近大家開始關注腸道健康，因腸道健康代表免疫系統良好，病痛少，連精神同身材都會有改善，而人體腸道內有七成免疫細胞，可謂一個最影響身體嘅器官。為了保護腸道健康，大家開始留意益生菌，講到益生菌，就一定關我健腸孖寶事啦。據我所知，大家為吸收更多益生菌，首選食物就係買乳酪，只不過你又知唔知，乳酪嘅益生菌进入到腸前之前，又要經過幾多關呢？不如就等我講解下啦！

首先，當食物從口進入之後，經過胃同小腸需要六至八個鐘，重要經人體兜五至七米先可以被人體吸收。假設乳酪入面嘅益生菌呢一刻進入人體，佢先要經過消化酶洗禮，然後到入個胃，胃除了負責消化分解，同時係一道城牆守護人體，乳酪入到胃部，首先會被 pH2 嘅胃酸消毒，如果呢個時候，乳酪入面嘅益生菌唔夠強壯，咁經過胃部之後，唔少益生菌已經被胃酸殺死。而假設能夠避開胃酸分解，但去到腸道之前，益生菌仍然要確保不被膽鹽分解，最後排除萬難入到大小腸，益生菌大軍好可能已經所剩無幾。

所以，唔係越多乳酪越好呢！跟住有人會話，食完乳酪都有得去到廁所，點會無效？但係，其實普遍亞洲人都有乳糖不耐症，食完乳酪之後會去廁所可能係因為唔吸收而肚癟，而唔係益生菌作用。

所以服用益生菌，就一定要有針對性，包括針對亞洲人乳糖不耐症，揀過一D適合嘅品種同類型嘅益生菌，可以頂得住胃酸膽鹽，直達腸道，而另一方面，都要增加益生元去養住益生菌，否則益生菌大軍就會無軍備補給，無法維持腸道健康了！所以益生菌同益生元真係缺一不可呀！亦都因為有咁針對性嘅要求，單憑食療就無可能咁精準做到，用保健品同健康食品輔助，就真係無可厚非啦！

咁當然啦，有時響最初就要搞清楚事情真假，例如，菠蘿包可以冇菠蘿，你冇冇睇清楚，可能你食緊嘅乳酪，其實係冇益生菌㗎……

下期專欄將會為大家介紹我哋好容易忽略，但其實對腸道健康十分重要嘅益生元，千祈唔好錯過啊！



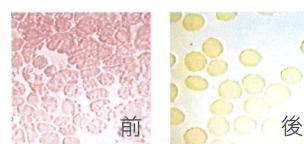
## 香草強悍殺病菌

新冠病毒推使我為每一病人及其家人進行了觀察血像，年齡由 3 到 85 歲人士，他們依照衛生處建議做足安全設施，出外戴口罩、勤洗手、使用消毒劑和減少到人口密集公共場所，無發燒、無咳和無呼吸不適記錄。

健康紅血球是呈圓形扁平和獨自在血液內自由運行，沒想到觀察血的百多位人士，顯微鏡下血像竟是黏稠團成塊狀，有的不規則棘凸外形，有的體積萎縮，此外雜質，膽固醇及大量不同大小的微生物在血液內遊走，這反映他們亞健康狀態和已受不同細菌或黴菌感染，隱伏病患了！

我使用複方芳香草本提取物在大學進行改善不良物質，如酒精，花生油和刀豆蛋白 A 引發肝炎之生物研究，結果發現複方的天然化學活性成份檸檬醛、香葉醇、松油醇及芳樟醇能把小鼠之肝炎，肝酵素，酒精肝和脂肪肝大幅度修復。香草複方調節肝細胞色素，透過消炎和去除血內損壞線粒體之游離基，香草複方經胃吸收進入小腸及肝內，同時協助提升人體內最強力免疫 NK 細胞活躍，可吞噬不良細胞和吐出穿孔素 (perforin) 標靶識別目標病毒細菌，並使細菌上脂多糖 (LPS) 的外膜分裂而自我凋亡。當人飲用香草複方，能促進胰臟號召 NK 細胞移往血管內，進行在血液追擊大廈殺細菌病毒，約 15-20 分鐘後再取血觀察，這百多位人士先前的血黏稠和棘凸形態已消退 6 成以上，他們驚喜自己身體運行的紅血球能快速改善，並且即時有利尿效果。

人體細胞受病毒感染時，阻礙細胞內外液帶正電的鈉離子失平衡，從血像見紅血球細胞膜受病菌感染的影響下，顯示細胞滲透壓失調，影響腎臟排尿減少，繼而體內鈉濃度漸升高，不自覺情況下血壓微微上升而出現水腫、疲倦、占寒占凍或頭痛等情況。



在 20 分鐘後服用草藥飲料，血細胞的外觀完全不同，呈圓形和粉紅色。



Dr. Lily Lai

自然療法醫學博士。過去 20 年專項研發脂肪酸與芳香化合物的療效，以科研測試制定功能性驗方，針對肝炎及肝功能的逆轉。創立「動樂健」抗氧化花香飲用水，提升腦神經遞質多巴胺分泌，促進好心情和防止腦神經萎縮的作用。