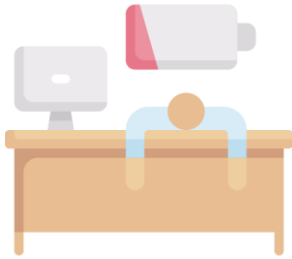


維生素 C

1. 有哪些生理功能?

- ✓ 加速傷口癒合。
- ✓ 穩定自由基，避免細胞受氧化傷害。
- ✓ 促進膠原蛋白合成與強化結構。
- ✓ 有助免疫功能的運作。
- ✓ 協助鐵質吸收。
- ✓ 參與脂質代謝。
- ✓ 參與血清素、兒茶酚胺等合成。
- ✓ 抑制酪胺酸酶，防止黑色素生成。

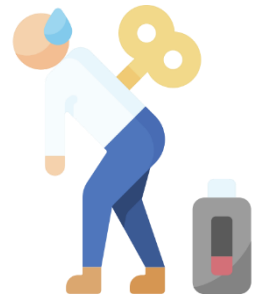
2. 短期缺乏會怎麼樣?



疲勞



牙齦發炎



全身乏力

3. 長期缺乏會造成什麼問題?



維生素 C 的長期缺乏，會導致壞血病！



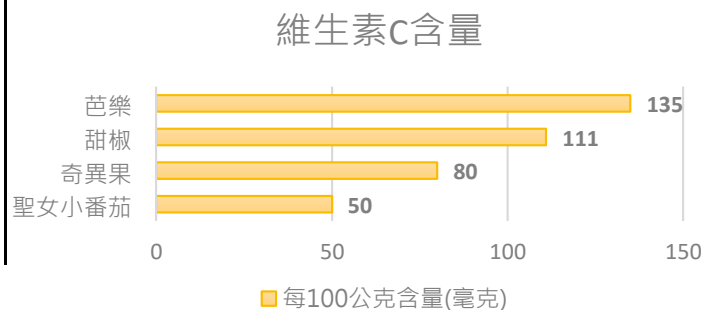
什麼是壞血病呢？

壞血病就是因為長期缺乏維生素 C，導致人體的結締組織弱化、微血管變得脆弱，導致牙床出血，甚至是牙齒鬆動掉落，以及微血管易破裂造成點狀瘀血，並且不容易好；除此之外，也常伴隨著軟弱無力、關節疼痛等症狀出現！

4. 建議補充量及各食物維生素 C 含量



增生注射後建議補充量：3000 毫克/日



5. 如何選擇補充保健品?

選擇具有特殊酯化行配方的維生素 C：

- ✓ 更能促進人體吸收與利用。
- ✓ 酯化型維生素 C 能預防高單位維生素 C 對腸胃道的不適症狀。
- ✓ 白血球對於酯化型維生素 C 的吸收能力較好，更能提高免疫細胞的活性，提升免疫力的效果比一般維生素 C 更好！