



## Nutriway® Calcium Magnesium 紐崔萊鈣鎂片 - 預防和治療骨質疏鬆

依性別和年齡的不同，每個人們對鈣質的需求也不同。在懷孕、哺乳或是更年期期間，女人需要增加鈣質的補充來維護骨骼的密度和強健骨骼。減肥、避免食用高熱量、高膽固醇和糖份高的飲食習慣使得 70% 25 歲以上的女性沒有攝取到鈣質的每天建議攝取量。尤其是更年期後，女性會需要攝取更多的鈣質來預防骨質疏鬆。

### 為什麼要補充鈣鎂片？

鈣與鎂兩者都是維護骨骼健康的主要礦物質。鈣質是人體中含量最豐富的礦物質，人體中的鈣質有 98% 集中在骨骼，因此它是維護健康的骨骼與牙齒的必需礦物質。另外，鈣質還有許多其他的作用，包括促進細胞分裂、人體內重要的生物化學過程、肌肉的收縮、血液凝結和神經系統的機能。鈣也會促進酵素的活性化，幫助運輸營養到各個細胞。

人體中有 64 % 的鎂也集中於骨骼中，鎂是許多酵素系統的必需礦物質。這兩種礦物質都是維持正常肌肉和神經活動的必需物質。如果人體沒有從飲食中攝取足夠的鈣質或鎂，它會轉向從肌肉和骨骼中取出鈣與鎂，而影響到以上的機能。身體從骨骼中取出鈣質會使骨骼變的脆弱、易碎，喪失骨骼的原樣，導致姿態不良，引起骨質疏鬆症。

研究表示單方面的補充鈣質會影響到鎂的功能，同樣的只攝取鎂也會影響到人體內鈣質的作用。服用結合鈣和鎂的補充品會供給身體均衡的營養，達到最佳的健康狀態。

### 紐崔萊的優點

紐崔萊，Nutriway 營養補充食品的製造商，是當今全球營養補充食品業界的領導者。紐崔萊以累積近 70 年的知識與經驗，使用具營養價值的植物濃縮素生產高品質的產品。我們是唯一一個維生素和礦物質的製造品牌在自有的天然有機養殖農場裡從研製配方、種植、採收到生產、運送，每一個步驟都由紐崔萊親自負責並嚴格監控，運用最尖端的科技研究帶給您最好的天然植物菁華。

資料來源 Euromonitor International - 以 2002 年藥片和膠囊之銷售量為根據。

## 紐崔萊鈣鎂片對哪些人有功效？

適用對象：

- 飲食中很少食用含有鈣質的食物，如牛奶、奶製品、小魚的軟骨、深綠色有葉蔬菜或核桃的人。
- 無法食用牛奶、奶製品或乳糖的人。
- 避免脂肪、膽固醇、乳糖或是常常減肥的人。
- 需要大量鈣質的人們，包括青春期、老年人和懷孕，或是在哺乳的婦女，因為依性別和年齡的不同，每個人們對鈣質的需求也不同。
- **小孩子** – 由於骨骼組織還在發育，所以小孩子有高鈣質的需求。如果是喂母乳，嬰兒每天需要 300 毫克的鈣質；使用奶瓶的嬰孩，每天則需要 500 毫克的鈣質。一般 11 歲以下的小朋友每天需要攝取 700-900 毫克的鈣質。
- **十幾歲的少年** – 在青春期階段的小孩成長發育的很快，所以他們每天需要攝取 1000- 2000 毫克的鈣質。
- **約二十多歲的年輕人** – 骨骼質量在最高的階段 – 骨骼成長會增加骨骼的質量。在這個階段如果加強攝取足夠的鈣質，年老後罹患骨質疏鬆症的機率會大大減少。中年人每天需要攝取約 800 毫克的鈣質。
- **懷孕的婦女** – 嬰兒的發育需要大量的鈣質，而他們所攝取的鈣質都來自於母親的骨骼。因此懷孕的婦女需要確定有足夠的鈣質來保護她的骨骼質量以及補給胎兒所需的營養。懷孕的婦女每天需要攝取約 1200 毫克的鈣質。
- **在哺乳的婦女** – 喂母乳的婦女需要為自己和嬰兒攝取足夠的鈣質，大約為每天 1200 毫克。
- **老年人** – 更年期之前的五年內女性的骨骼會流失許多的鈣質。然而，不論是男性還是女性，隨著年齡的增加骨質流失也會增加，所以老年人需要每天補充約 1000 毫克的鈣質。
- **更年期後** – 每天需要攝取約 1200-1500 毫克的鈣質。

## 為什麼要選擇紐崔萊鈣鎂片？

紐崔萊鈣鎂片是礦物質的營養補充品，它同時提供兩種礦物質，均衡補充飲食中所缺乏的鈣和鎂，幫助預防骨質疏鬆症。

每粒鈣鎂片結合了來自純天然的礦物質的碳酸鈣和鎂氧化物，並包括紐崔萊紫花苜蓿濃縮素提供抗氧化劑和植物營養素。

- 含有來自純天然的兩種礦物質，每粒鈣鎂片含有 800 毫克的鈣質與 540 毫克的鎂，達到每天所建議的服用量。
- 含有 60 毫克從植物和水果中萃取出來的崔萊紫花苜蓿濃縮素，為身體補充抗氧化劑和植物營養素。

- 獨特的“NUTRILOCK”特製的膜衣包裹使片劑更容易吞服。
- 不含合成色素或防腐劑，特別適合想要求避免食用人工添加物的人。
- 不添加乳製品、糖、酵母或乳糖。

#### 服用量：

成人每天 1- 4 顆與膳服用

- 60 顆瓶裝
- 186 顆瓶裝

#### 建議：

懷孕或哺乳時可服用。請緊蓋瓶蓋並存放在 25°C 以下的陰涼、乾燥的地方。

#### 重要：

配合運動可增加身體吸收鈣質的能力，並能將鈣質集中於骨骼。

活性成份			
營養資料	每顆含量	每 4 顆含量	RDI +
鈣質 (碳酸鈣)	200 mg	800 mg	800 mg
鎂 (氧化鎂)	135 mg	540 mg	320 mg
紫花苜蓿濃縮粉末	60 mg	240 mg	++

#### 其它輔助的補充產品：

紐崔萊 Double X 營養片 (Nutriway Double X) -

含有高效能的維生素、礦物質和紐崔萊的植物濃縮精華，如：類生物黃鹼素抗氧化劑和其它植物營養素，另外，還有維生素 B6 以及維生素 D 來促進鈣質的效用。

紐崔萊葡萄糖胺骨素 (Glucosamine with Boswellia HCl) -

幫助減少關節腫脹和發炎，促進關節活動性，還有暫時舒緩關節炎引起的疼痛。另外，它還能修復軟骨，降低運動傷害並改善關節的機能。

## 爲什麼植物營養素如此重要？

大自然創造了植物、水果和蔬菜提供我們在一般維生素和礦物質之外其它的營養，這些營養通稱爲植物營養素，可以幫助減少退化疾病的發生。

這就是爲什麼我們的補充食品是結合必需的維生素、礦物質和特有的紐崔萊植物濃縮素，另添加生物類黃酮素、抗氧化劑和其它植物營養素，因爲它們在人體健康上扮演著極其重要的角色。

## 常見問題的問與答

Q. 什麼是骨質疏鬆症？

A. 骨質疏鬆症是一種脆弱易碎滲透性的骨骼狀況。大多數發生在老年人，而女性罹患骨質疏鬆症的機率比男性高。根據澳洲骨質疏鬆症協會表示：

- 25%的澳洲女性和 17%的男性會引發骨質疏鬆骨折。
- 女性每兩人中就有一人會罹患骨質疏鬆症；而男性中每三人就有一人會罹患骨質疏鬆症。
- 所有被診斷的骨折：46%是脊椎性骨折，16%是臀部，而 16%是手腕。

Q. 爲什麼鎂那麼重要？

A. 人體中 64 %的鎂集中於骨骼中，是維護骨骼健康的主要礦物質。不足的鎂會導致蝕骨細胞的病變，加速骨骼的退化影響骨骼的完整。

鎂是許多酵素系統所需的必須礦物質，它也和 300 多種必須的新陳代謝反應有關。另外，它也與能量的產生、DNA 的接合，還有骨骼、細胞、染色體的結構息息相關。鎂更是影響肌肉和神經活動性的重要礦物質。

## 90 天滿意保證

產品代號:

60 顆瓶裝 VS/ QO 100336

186 顆瓶裝 VS 121 / QO 470