

野菜水菓綜合酵素液



酵素是什麼？

🎯 酵素：

生物體內進行新陳代謝作用所需的催化劑。

🎯 新陳代謝作用：

細胞對「新鮮」營養素吸收，與「陳舊」廢物排泄的過程。

🎯 酵素系統：

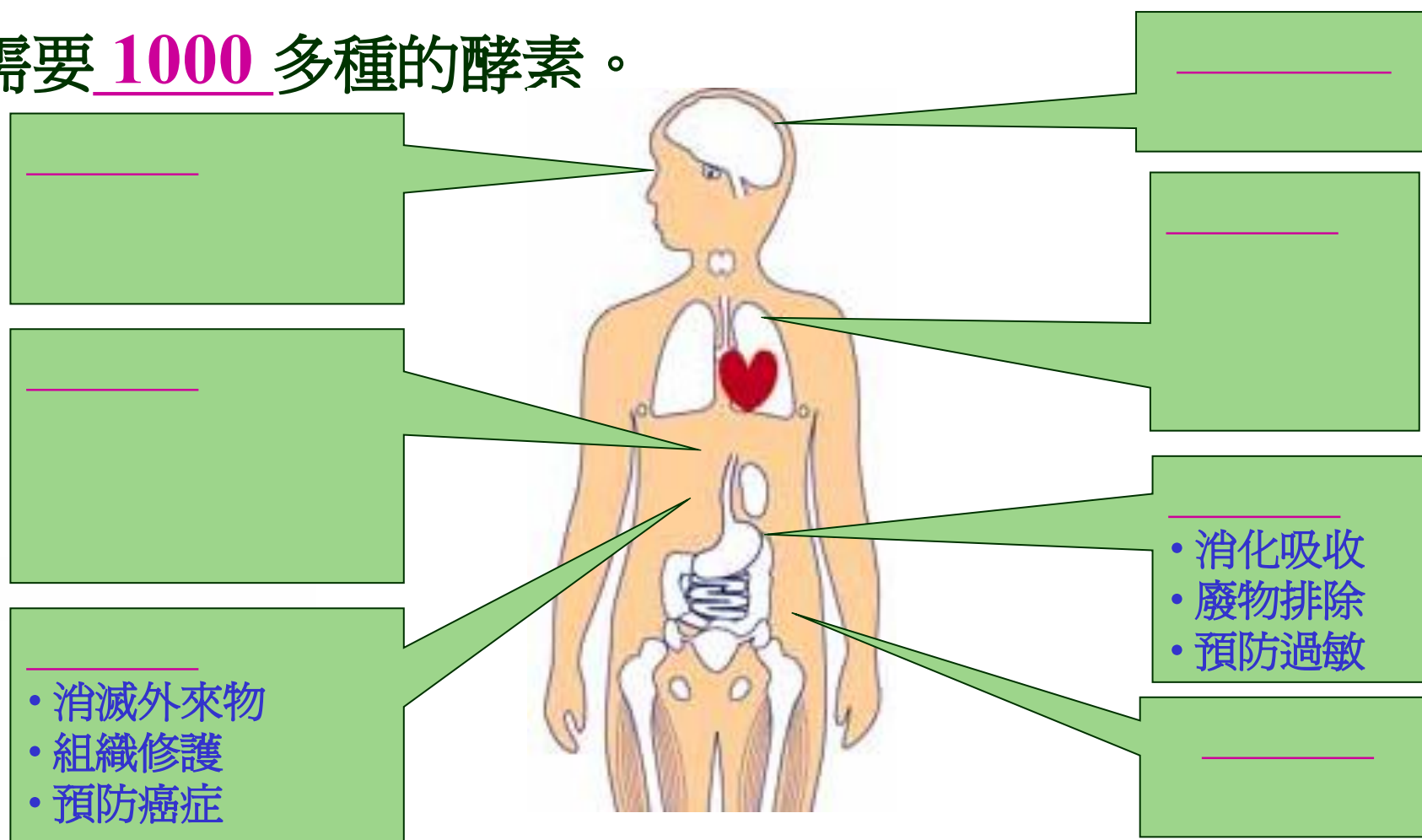
由多種酵素所組成，幫助體內各種生化反應的進行與催化，維持身體的機能，使細胞活化、分化與再生。

人體一旦缺乏酵素，所有代謝將會失調！



維繫生命的關鍵－酵素系統

每一項新陳代謝都有專屬的酵素，人體維持正常運作約需要 **1000** 多種的酵素。



"身體"不可以缺乏酵素！

當人體發燒、體溫上升時，**酵素系統**會受到波及甚至停擺，使人們呈現疲倦、身體有氣無力的反應，嚴重者連意識都會變得模糊。

我發燒了，酵素很怕熱，所以我很不舒服！



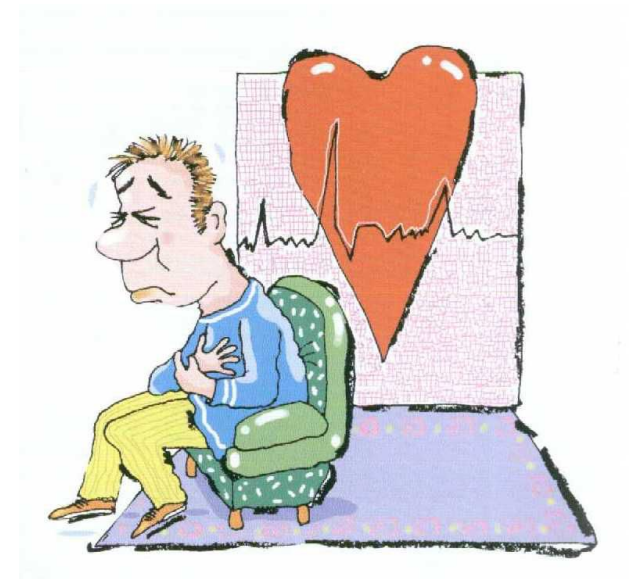
酵素何其重要！



酵素的種類與功能

依化學作用分六類	酵素功能舉例	相關疾病症狀
氧化還原酵素 (Oxidoreductase)	食物在體內產生熱量或抗氧化作用	疲勞、老化、動脈硬化、免疫失調、癌症等
水解酵素 (Hydrolase)	食物經水解後才可以消化吸收	消化不良、乳糖不耐症、發育不良、潰瘍等
轉移酵素 (Transferase)	肝臟的解毒作用	肝發炎、肝硬化、黃膽、皮膚病、免疫失調等
異構酵素 (Isomerase)	合成體內所需的營養成分或酵素	營養不良、能量失調、發育遲緩、老化等
裂解酵素 (Lysase)	將毒素轉變成容易排出體外的形式	酸性體質、腎臟疾病、青春痘、癌症、便秘等
接合酵素 (Ligases)	建造新組織或細胞	細胞代謝失調、發育遲緩、貧血、骨質疏鬆等

酵素不足 引起疾病的元凶



酵素不足 引起疾病的元凶

- ▶ 消化不良的蛋白質、碳水化合物和脂肪，會被血管再次吸收，容易導致過敏及皮膚方面的疾病。
- ▶ 消化酵素不足時，未消化的食物容易發酵產生毒素，再被血液吸收，容易造成便秘、脹氣及痛風等症狀。



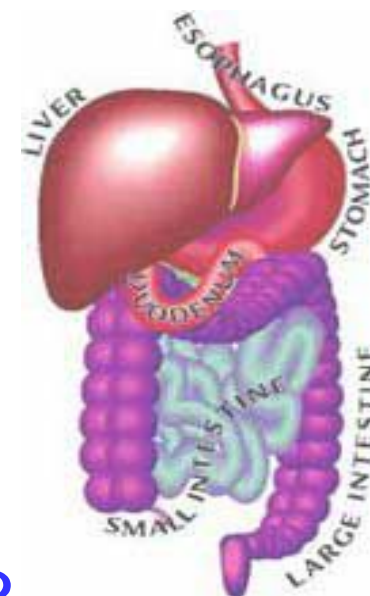
你的身體缺乏酵素嗎？



您是否經常感冒或免疫力不好呢？



您是否經常感到呼吸困難、胸悶呢？



為何缺乏酵素？

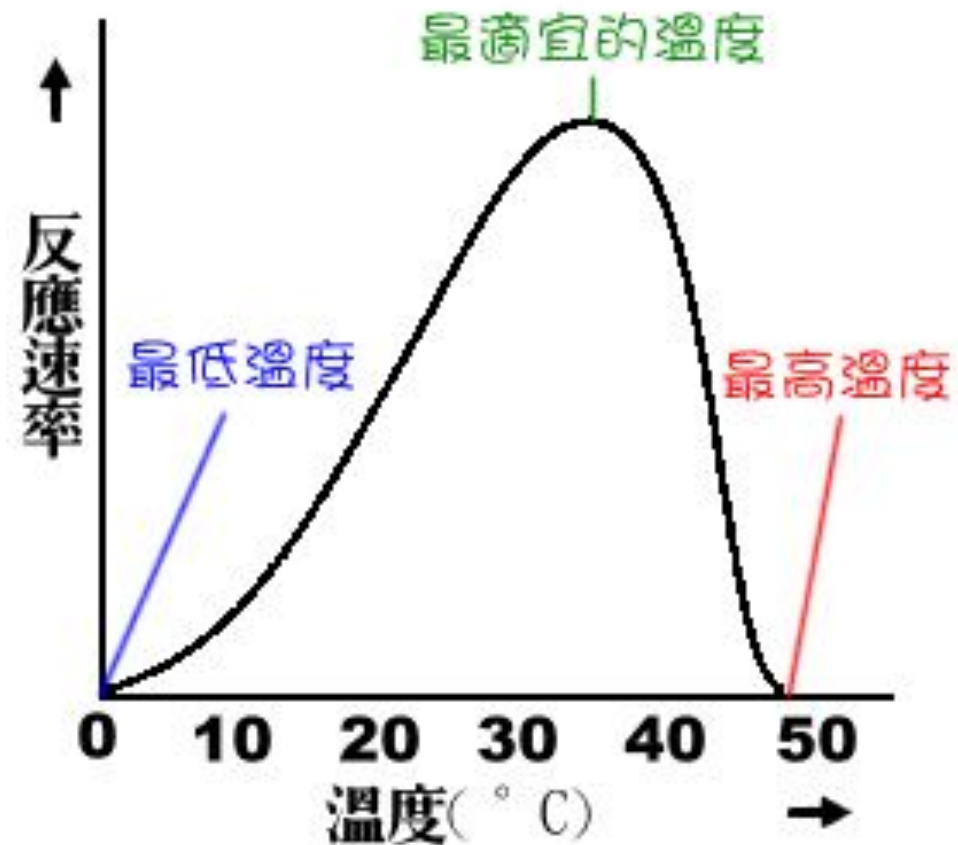
- * 人體有如一座精密的化學工廠，無時無刻都需要酵素來進行複雜的化學反應
- * 身體製造酵素的能力隨著年齡增加而減少
- * 食物中的酵素容易因加工烹調過程中破壞流失
- * 營養不均衡、抽煙、喝酒、睡眠不足
- * 慢性疾病、酸性體質、壓力、肥胖
- * 遺傳.....等因素



老化、熟食、情緒壓力易降低消化酵素功能

酵素何其珍貴！

熟食會破壞
食物中的酵素



酵素的科學報告



Poult sci 2003, 82:436-442



Wei Sheng Yan Jin 1999, 28:309-311

酵素的科學報告

● 增強免疫力，免於細胞感染

酵素可以保護腸道細胞免於細菌感染引發的發炎反應，減少腸道傷害。

Infect Immun 2002, 70:86-95



()

GOT GPT ALT ALP

Biol Pharm Bull 2002,25:1645-1646



酵素的科學報告



Clin Immunol 2002, 104:183-190



In Vivo 1999, 13:7-12



您一定要認識的"酵素"

抗氧化酵素

- SOD
- 穀胱甘鈣過氧化酶(GPX)
- 觸酶 (Catalase)

解毒排毒酵素

- 肝臟細胞色素P-450 (cytochrome P-450)
- 麩氨酸草醋酸轉氨酵素(AST/SGOT)
- 麩丙酮酸轉氨酵素(SGPT)



產能酵素

- 輔酵素Q₁₀

消化酵素

- 澱粉酶
- 脂肪酶
- 木瓜酵素
- 鳳梨酵素

代謝酵素

- 丙麩氨醯轉脢酵素(r-GT)

能量的煽風點火者 輔酶Q10

侯家瑋／林口長庚兒童醫院遺傳內分泌科主任醫師

粒線體是細胞內的迷你發電廠，它可製造能量（ATP）以產生動力，輔酶Q10（Coenzyme Q10）則是一種存在於細胞粒線體內的蛋白質，可消化分解呼吸鏈有氧呼吸的生化物質，是人體產生能量的必需物質，生命得以持續，少不了這種物質。

輔酶Q10是一種脂溶性物質，化學結構類似維生素K，它可在動物體內自然合成，在人體各器官中代謝率高的，例如心、腎、肝、肌肉、胰臟處

塞有其功能：

1. 抗氧化作用：血脂肪過氧作用將產生不安定分子自由基會破壞細胞，許多惡性病變或心臟血管病變，細胞老化成因均源於此。故可矯正異常老化現象。

2. 改善心肌功能：效率，供給更多氧氣，缺血。

3. 對減少牙齦炎、降低牙周病嚴重度有幫助。

CoQ10 人體電廠修補劑

中國時報 張

輔酶Q10，或稱為CoQ10，或維他命Q10，是在1957年由牛肝的微粒分離出來的。粒線體相當於人體的發電廠，與產生ATP的裝置有關。而CoQ10則可以增加能量的製造，並能為抗氧化劑，防止脂肪的過氧化，以及阻礙穩定的電子傳遞，而減少自由基的產生。

缺血性心臟病與CoQ10

缺血性心臟病是CoQ10缺乏的主要原因。很多研究集中在利用CoQ10治療缺血性心臟病，主要是因為心臟不斷的在運動，需要較多的能量。而缺血性心臟病的病人，心臟裡的CoQ10的濃度也隨之減少。研究顯示補充CoQ10可以防止心臟缺血，以及缺血恢復後，血液再灌注心臟時造成的損傷。

但人體臨床試驗的結果，在缺血性心臟病方面，雖然早期結果顯示病人使用後，住院的頻率、氣喘、水腫有改善，但病人數太少。最近的研究無法得到明確的證明具有效果。

在高血壓方面，利用CoQ10做輔助療法，發現收縮壓減少16mmHg，舒張壓減少10mmHg，但也有爭議。至於在心臟手術後恢復時間的縮短，在心臟梗塞方面，似乎有幫忙。

在糖尿病方面，由於CoQ10有抗氧化劑的作用，因此認為可改善葡萄糖的控制。最近研究有對糖尿病的研究顯示，糖化血色素有些減少，也

就是說，對血糖的改善有點幫忙。洪等大腦所需能量。

由於大腦也是個需要能量的地方，CoQ10對腦神經疾病是否有幫忙呢？巴金森氏病的研究方面，每天吃1200mg可以減少功能障礙44%，日常生活的能力減退也較緩慢，但仍有待證實。有些特殊的症狀與粒線體的異常有密切關係，病人容易發生腦中風或癱瘓，CoQ10也可減輕症狀。有趣的是，CoQ10還可減少偏頭痛發作的頻率。

吃藥最怕的是沒有作用卻又出現副作用。但少數的病人在吃CoQ10後有輕微的腸胃不舒服。由於心臟病人有時會吃抗凝血藥，同時服用CoQ10時凝血時間並沒有影響。

大部分的CoQ10是由肝臟和腎臟合成的，每克的重量大約在100mg上下。在心臟血管疾病或糖尿病，可以使用到每天200mg，但在巴金森氏病需要較高的劑量，甚至到1200mg。而較嚴重的糖尿病使用劑量則更大。

不離主腦 都是重要因子

最近降血壓的藥statins類相當流行，雖然它可以抑制膽固醇的形成，但部分人會出現肌肉痠痛、疲倦，嚴重的甚至有肌肉溶解的現象。這些人血中的CoQ10也減少，主要是因為CoQ10的合成受到statins的影響。研究發現，合併statins和CoQ10治療病人，降脂同時副作用也較好。

其實，CoQ10嚴格算來是一種補充劑，和另類療法，並不算是一種主要的治療藥物。在中藥的配方，有所謂的「君臣佐使」，君是主治藥物，臣則輔助君藥，加強治療效果，佐為輔助君藥，又能減少主藥之副作用；使則引導藥物抵達生病的器官。CoQ10比較不像君藥，它像臣藥或佐藥，治療效果不強，但有其治癒地位。

（作者張天鈞為台大內科教授）

護心酵素 使用須知

● 輔酶Q10是「君臣佐使」中的「臣」，所以不是主藥，但能輔助主藥發揮生理效果，並存在下才能進行。

● 輔酶Q10是「君臣佐使」中的「臣」，所以不是主藥，但能輔助主藥發揮生理效果，並存在下才能進行。

● 輔酶Q10是「君臣佐使」中的「臣」，所以不是主藥，但能輔助主藥發揮生理效果，並存在下才能進行。

大量產能



抗氧化酵素可以清除自由基

抗氧化劑

自由基

預防疾病
健康促進



組織傷害
與疾病



抗氧化劑：

- SOD 酵素
- CoQ₁₀
- GSH Px

自由基的來源：

紫外線、抽煙、空氣污染

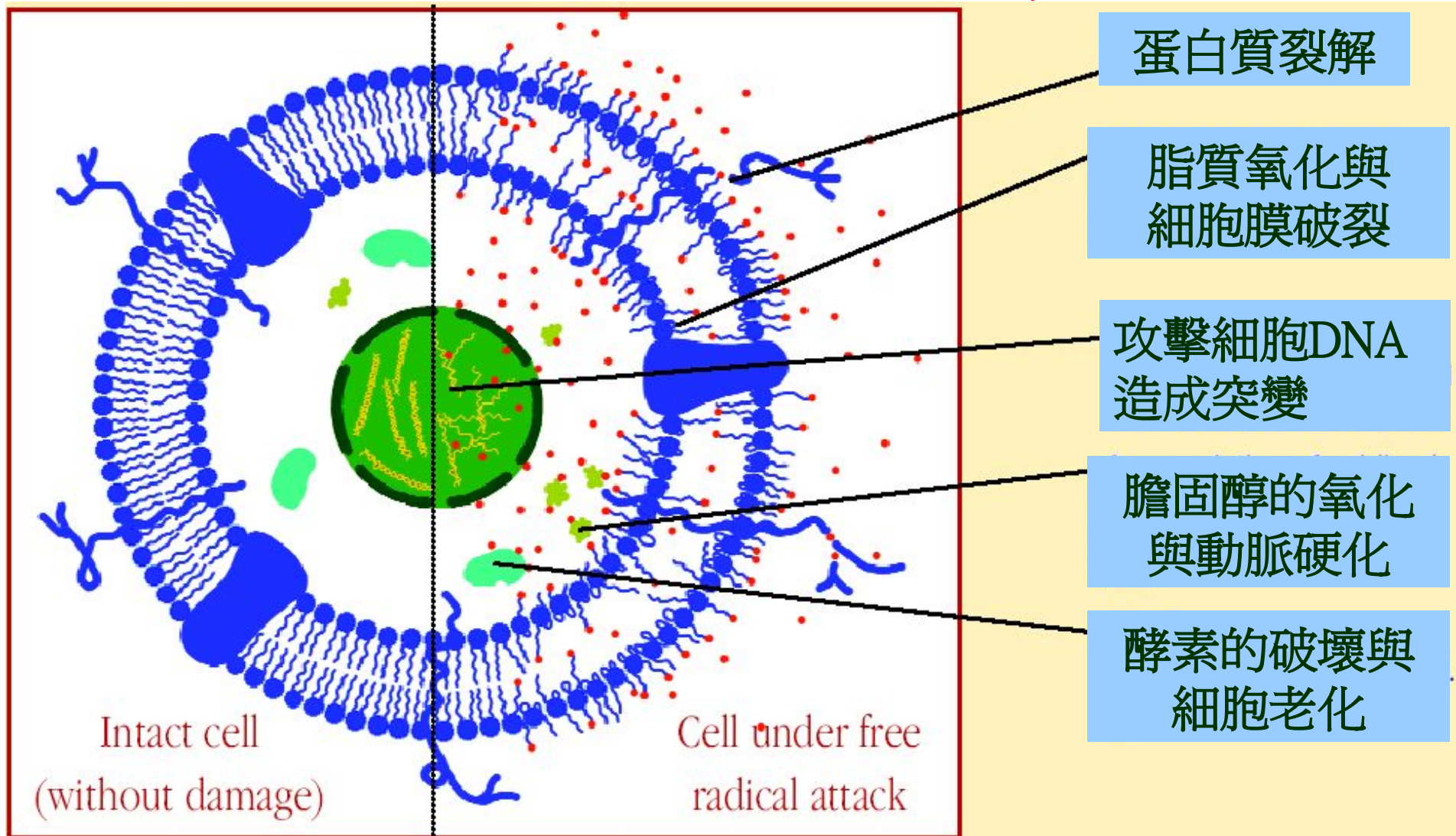
壓力、飲食、疾病、藥物等



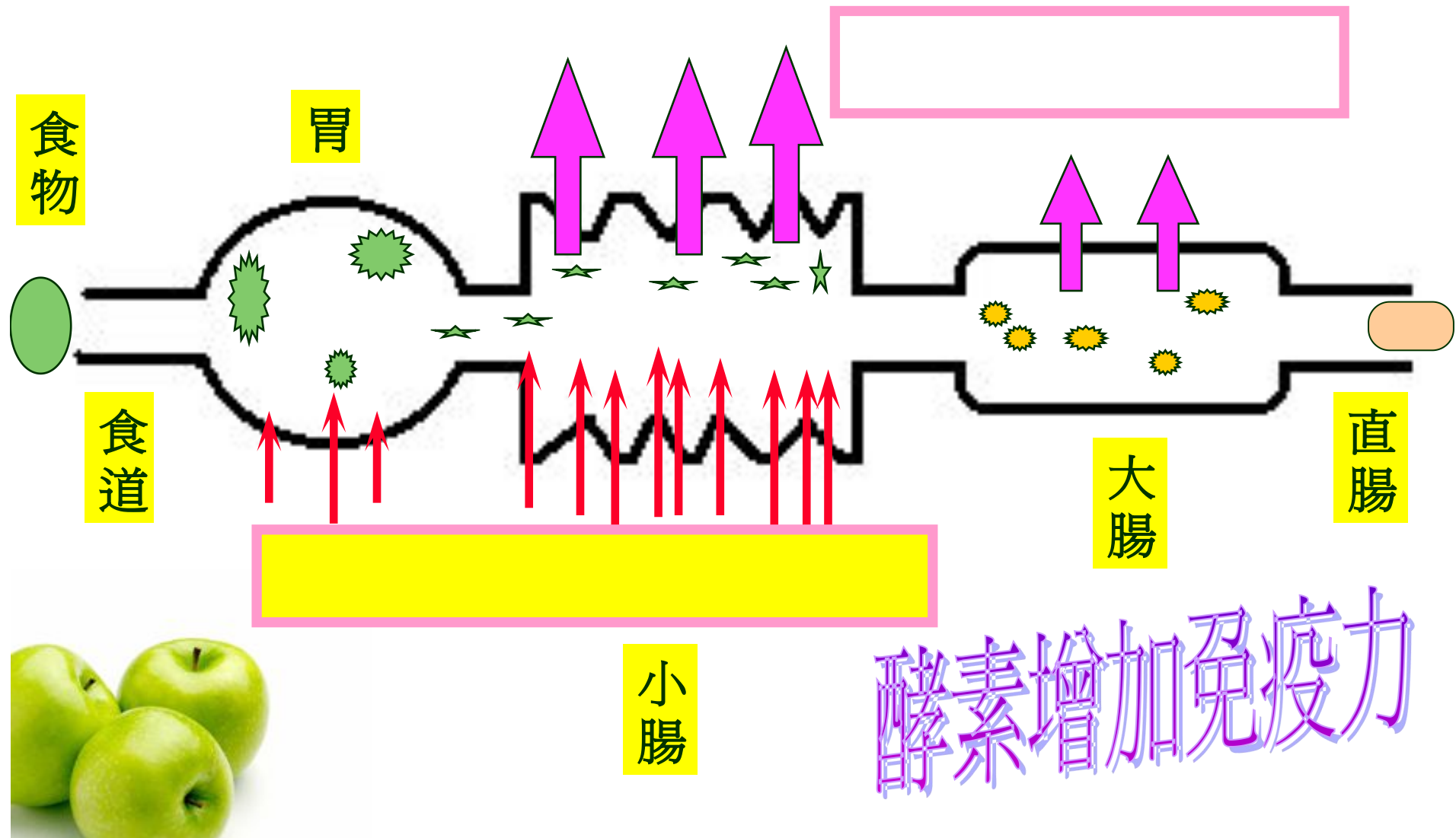
正常細胞

自由基攻擊後
的受損細胞

抗氧化酵素
保護細胞



酵素幫助腸胃道的消化吸收



消化不良 小毛病 大困擾

消化不良 小毛病 大困擾 失眠、就醫、請假 為常人2倍

【記者吳佩蓉／報導】別以為消化不良沒什麼，醫界研究發現，有消化不良症狀者，出現睡眠障礙比例為常人2倍，就醫、請假次數也都比常人高；尤其「消化不良症候群」

患者多是30~50歲的青壯人口，患者檢查一切正常卻常抱怨肚子臍痛，經常請假看病不但易引起老板反感，有時連醫師都受不了。

臺北榮總調查2千多名健檢

民衆，結果發現有消化不良症狀者近四分之一，進一步以問卷調查受檢者過去3個月內的腸胃道症狀，以及過去一年內工作、就醫及睡眠品質，結果發現，有消化不良症狀者，發生睡眠障礙的比例為常人2

消化不良症候群
患者睡眠品質及就醫、請假狀況比較表

區別	有症狀者	無症狀者
睡眠障礙發生率	37.9%	18.7%
因腸胃道症狀就醫比例	60%	25.7%
因腸胃不適請假比例	13%	3.5%

資料來源／臺北榮總醫師

記者吳佩蓉／製表

盧俊良指出，由於此疾可能與患者的體質、個性及情緒有關，國外已試著用催眠或心理治療等方法，改善「消化不良症候群」，初步效果不錯；他

或多些社會支持，參加親友聚會，儘量解除負面情緒，反而可能有助於改善症狀，讓患者不再終日為腹痛、腹脹悶悶不樂。民生報 8/15

胃不消化 功能消化不良作祟

吃東西容易飽脹 甚至噁心、腹痛 維持正常飲食 避免飯後工作運動 才能治本

但他也提醒，要注意異質性病的警示症狀，如起黑便、血便、吐血、吞嚥困難、嘔吐、嚴重疼痛、體重減輕、腹部腫塊、臉色蒼白、黃疸等，一旦發現這些情況時，應即早就醫診治。

至於功能性消化不良的治療，他指出，除了藥物治療外，例如調節腸胃蠕動、調節自律神經等藥物外，最重要的是須維持正常的飲食作息，包括定時定量、不要暴飲暴食、少吃宵夜，避免飯後立即工作或運動，適度調節生活壓力。

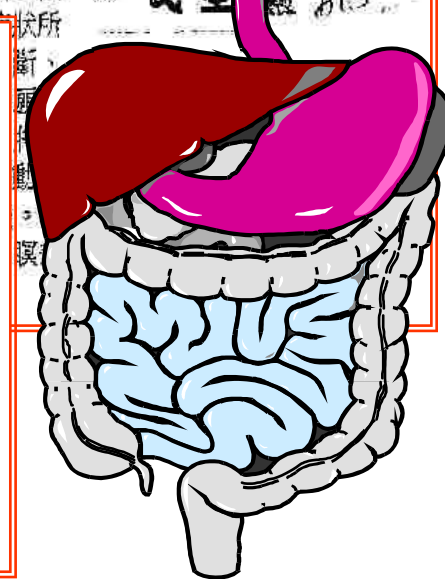
在飲食內容上，應避免菸、酒、咖啡、濃茶、辛辣食物及佐料等刺激性食物，減少產氣較多的食物，如豆類、澱粉類的攝取；還有避免容易改變腸胃蠕動的食物，如巧克力等甜食、糯米、油炸的食物。

其症狀是腹脹、上腹痛、噁氣為主，大部分發生在飲食後，病情可能會持續數個月以上，嚴重度可能會時好時壞；但他強調，功能性消化不良並不會變成胃潰瘍或癌症。

板橋亞東醫院肝膽腸胃科主任李宗熙表示，功能性消化不良是病人約佔腸胃科門診患者的二成，但其中，據研究，十到二十位有此症狀者，卻未必就醫。此症發生的原因主要是上消化道蠕動失調、胃腸道敏感度增加，和長期飲食習慣不良、生活壓力、某些食物可能有關。

醫師提醒，除了藥物的治療外，根本解決之道，在於維持正常的飲食作息，定時定量，少吃宵夜以及刺激性的食物等，同時避免飯後立即工作或運動，並適度調節生活壓力，才能避免反覆發作。

人間福報



腸胃為後天之本

腸道不健康 慢性根源

腸道含有70%淋巴組織，毒素入侵造成發炎，進而引發大腸癌、潰瘍性結腸炎及全身各種疾病。

十至百分之十五的比菲德氏益菌，但是在檢查後發現，在其體內卻只有十萬分之一。的有益菌，而這些人主要是因為減肥不吃飯，只吃一些花生等豆類零食，一星期只排便一次。飲食不良所產生的腸道不健康最直接的即是產生大腸直腸癌，台安醫院病理檢驗科主任陳茂元指出，腸道老化現象近年來已明顯的呈現在國人的結腸直腸癌疾病，國內結腸直腸癌的發生率已上升到十大癌症的第二名，主要即是體內腐敗菌的數量大增，腸道菌群的平衡狀態被破壞，產生和衰老類似的變化，引發大腸癌、潰瘍性結腸炎及各種疾病。

王桂良院長表示，發炎症狀是疾病的根源，有許多慢性退化性例如高血壓、糖尿病、癱瘓症、巴金森氏症都會在疾病初期有則都是由於有毒素生發炎反應。

當有發炎反應時院長說，很多人都會後產生鼻息肉肥厚、肌肉痠痛或是皮膚過敏起疹子、胃不適或是疲倦等期累積下面演變為

王桂良指出，在有些發炎現象，是否已經有這些問題升、血糖異常、肝升，都有可能是已經些都可做為是否已經而攸關這些發炎道開始，王院長說，腸子生微，也正則會影響腸的健康多，有好菌也有壞腸子健康，壞菌多會造成全身疾病；特別小心。

小孩常感冒的原因：
蔬菜水果吃太少，
零食、西式速食吃太多。

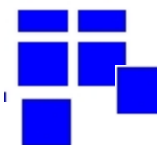
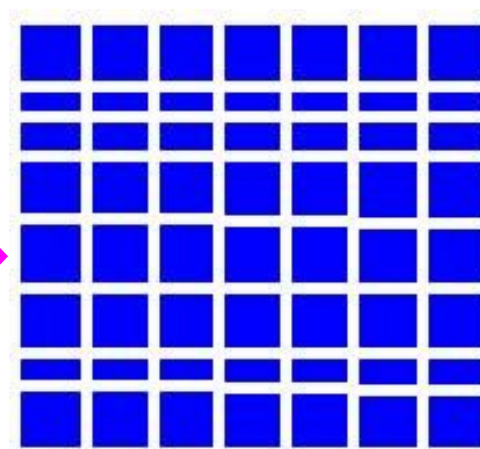
記者關嘉慶／台北報導
腸道不健康是一切慢性病的根源！安法診所院長王桂良昨（十四）日在參加一項抗老防病記者會時指出，腸道中含有百分之七十的淋巴組織，如果腸道不健康，往往就會使得慢性病毒叢生。大家通常都知道「病從口入」，其實，更精確的說法應該是「病從腸入」，病毒由口到達腸道，刺激腸道的淋巴組織，造成發炎，除了會引起各種疾病，還會讓人提早老化。腸道不健康，很快的就會使腸道產生老化；日本微生物學博士辨野義己也指出，日本的年輕人腸道老化的情形已有增加的趨勢。曾經發現一名十九歲的女生原本體內應該要有百分之



消化酵素的作用(水解酵素)



分解



常見消化酵素的種類

- 🎯 酵素：一般通稱，有許多不同種類的酵素。
- 🎯 酶：特別針對某一特定成分。

[illegible]

飲食補充天然酵素 可改善腸胃機能

【台北訊】在保健食品的貨架及直銷目錄上，酵素的種類日益增加，以整腸健胃、清除毒素、提振免疫力等訴求，吸引消費者掏荷包。

人體消化系統本身就會製造酵素，但在腸胃機能失常時，除了藥物，從飲食中補充酵素，也能促進腸胃健康。

衛生署台南醫院新化分院副院長蔡宗龍表示，人體消化道主要的功能分泌各種消化酵素，例如口腔唾液分泌澱粉酵素、胃部及食道的黏液、腸道分泌蛋白質酵素、纖維酵素、肝臟分泌膽汁乳劑、脂肪、胰臟的胰素可協助其他酵素一起作用等，可將食物中的各類營養素分解成小分子以益於身體吸收利用。

隨著不當的飲食習慣、情緒壓力及年齡的增長，分泌酵素能力逐漸下降，當人體消化酵素分泌不足時，食物中的營養素無法被消化，並形成毒素；但是腸胃過度分泌消化液也會同樣會引發發炎反應。

實踐大學營養學系兼任副教授凌美月指出，所有未經烹煮的天然食物均含豐富的酵素，由於高溫及過度烹煮會使食物中的酵素受到破壞，人體無法利用食物中原有的酵素，因此必須由人體自行分泌消化酵素。

營養醫學界早已發現藉由補充綜合消化酵素，可以改善現代人消化不良、潰瘍及各種常見消化道疾病，例如木瓜酵素、鳳梨酵素這兩種酵素都可促進蛋白質的分解作用。

凌美月指出，陸續有學者於實驗中發現，鳳梨酵素能幫助腸胃道潰瘍黏膜的癒合，已廣泛應用於潰瘍性腸炎病患的治療；許多醫學報導也指出，鳳梨酵素除了可以幫助消化、促進營養吸收外，更具有消炎、殺菌作用，確實是防治消化道發炎、改善腸胃功能的極佳選擇。

此外，乳糖酵素可以增加腸道中乳糖的分解與利用，可改善東方人常見的乳糖不耐症，改善喝牛奶就腹瀉的情形。

面對市面上林林總總的酵素產品，凌美月建議，以低溫濃縮萃取的粉狀酵素較佳，因為此種方法與技術可以保留大量的活性酵素；經過熱處理的酵素，幾乎都是已死亡的酵素，當然無法協助腸胃進行預備消化，消費者在購買時要特別注意。



綜合酵素
植物綜合
腸胃整健
保安康常

植物綜合酵素是什麼？

● 利用食品發酵技術，將數十種不同的植物發酵所生成的多種植物綜合酵素與豐富營養成分：

- 調整腸道機能的消化酵素
- 抗氧化酵素與增加免疫力營養素
- 協助排毒、解毒與代謝的酵素
- 寡糖與易吸收的維生素與礦物質
- 多種提升體內能量的酵素



酵素營養療法

🎯 “酵素”與“免疫營養”息息相關：

● 維護免疫機能的營養素：

- 維生素：維生素A、 β -胡蘿蔔素、維生素B群、C、E
- 礦物質：鐵、鋅、硒、銅、錳等。

● 維生素A及 β -胡蘿蔔素：

維持上皮及黏膜細胞的健全，以阻絕病原體入侵

● 維生素C：

保護細胞、增強白血球及抗體的活性、刺激身體製造干擾素以破壞病毒，減少白血球的損失。

● 鋅、硒、銅、錳是免疫機能酵素的核元素。



補充綜合酵素的好處

提供抗氧化酵素

提神醒腦、補充能量

幫助消化吸收

保護細胞

加速體內廢物排泄

促進細胞新陳代謝

增加免疫力

改善體質

減肥

預防與改善疾病



野菜水菓綜合酵素液

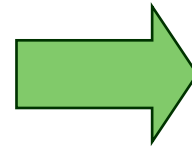


百分百植物發酵

結合傳統與現代生物科技技術



- 萃取
- 發酵
- 靜置
- 純化
- 九個月製成釀造



草本蔬果發酵液

- 滴滴精純
- 富含植物綜合酵素
- 多種營養素

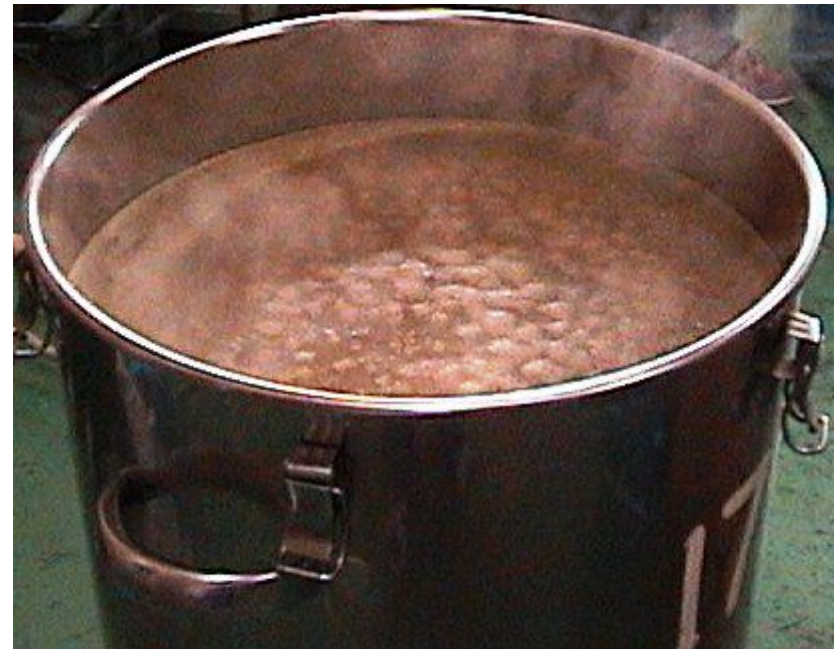
野菜水果綜合酵素液製造過程



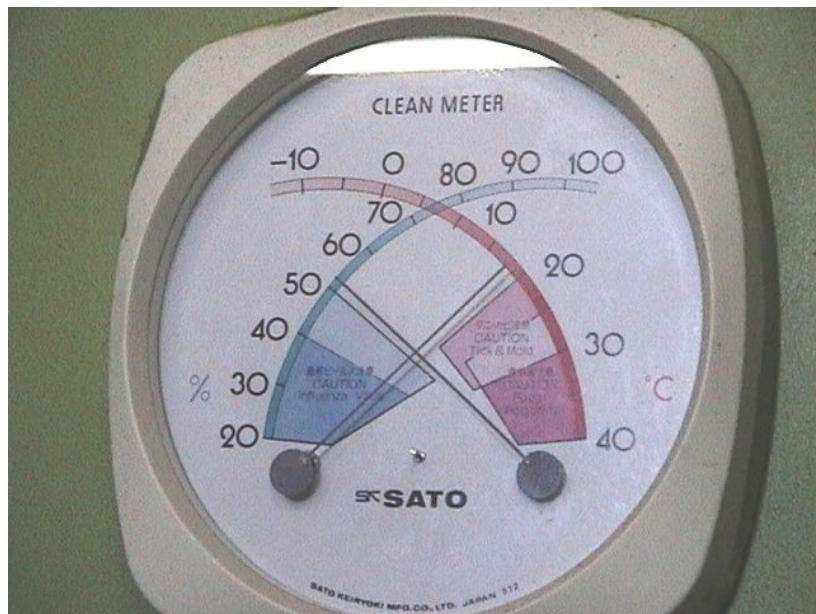
野菜水果經九個月長時間發酵



萃取、純化



野菜水菓綜合酵素液關鍵製程



掌握酵素溫度、濕度與發酵時間



日本綜合酵素液研發博士



野菜水菓綜合酵素液



成分	純天然 糙米 及 36 種蔬菜水果
野菜類 	高麗菜、小黃瓜、南瓜、白菜、菠菜、地瓜葉、芹菜、山芹菜、蕃茄、綠花椰菜、甜菜、山藥、白蘿蔔、紅蘿蔔、牛蒡
水果類 	梅子、木瓜、鳳梨、檸檬、葡萄、柚子、蘋果、奇異果、芭樂、香蕉、楊桃、金桔
養生食材 	洛神花、糙米、芝麻、黑豆、薏苡、紫蘇、枸杞、紅棗、黃耆
有益菌	酵母菌、乳酸菌 健全腸道機能，增強免疫力

野菜水菓綜合酵素液



補充綜合酵素，好處多多：

- 全方位幫助身體消化吸收、抗氧化、解毒與修復
- 藉由發酵作用將蔬果分解成小分子營養素，直接被人體迅速吸收、參與調節新陳代謝
- 喝的美容保養品、增強體力



建議使用方法：

每日1-2次，每次30 c.c，直接飲用
，或加入冰水、果汁調和飲用皆可。



野菜水菓綜合酵素液

適用族群：

- 一般保健
- 營養不均衡
- 緊張忙碌上班族
- 消化吸收不良、容易漲氣者
- 容易疲勞的人
- 慢性病患的保養
- 小孩、中老年人的保健
- 養顏美容
- 減肥者

不含化學成分與防腐劑



健康美麗 吃的出來！

利用飲食調整的方式
讓身體表露出
健康、美麗、自然
**野菜水菓
綜合酵素液**

