

ได้อย่างเหมาะสม ลดอาการผิดปกติ เช่น ร้อนวูบวาบตามตัว และหงุดหงิดง่าย นอกจากนี้ ยังช่วยลดโคเลสเตอรอลในเลือด ป้องกันการเกิดไขมันสะสมในหลอดเลือดช่วยทำความสะอาดผิวจากภายใน โดยการกำจัดของเสีย สารพิษออกจากร่างกาย ลดการตกค้างของเสียตามผิวหนัง ทำให้เลือดสะอาด และไหลเวียนได้ดีขึ้น ทำให้ผิวพรรณผุดผ่องสวยงาม ลดการเกิดสิว โดยเฉพาะสิวที่เกิดเนื่องจากฮอร์โมนเพศชายสูง

อัลฟัลฟา มีศักยภาพในการรักษาแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้ ช่วยทำให้ผิวกระเพาะแข็งแรง ช่วยโรคกระเพาะอาหาร ปวดท้องเพราะมีแก๊สมาก และทำให้การหลั่งของน้ำย่อยเป็นปกติ

นอกจากนี้ ยังให้ผลดีกับโรคเกาต์ และ โรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ ป้องกันการสะสมของกรดยูริก และกรดอื่นๆตามข้อต่อต่างๆ และป้องกันมะเร็งในอวัยวะที่สร้างฮอร์โมนเช่น มะเร็งรังไข่ มะเร็งเต้านม และมะเร็งปากมดลูก ได้อีกด้วย

แมกนีเซียม อะมิโน แอซิดดีเลท : แมกนีเซียมมีความสำคัญกับการหดตัวของกล้ามเนื้อตามปกติ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อหัวใจ ต้องการแมกนีเซียม เพื่อให้มีการทำงานเป็นปกติ แมกนีเซียมทำงานร่วมกับแคลเซียม ในการควบคุมการหดตัวและการคลายตัวของกล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นการเต้นของหัวใจ

แมกนีเซียม ทำงานเคียงคู่กับแคลเซียม เพื่อทำหน้าที่สำคัญต่างๆ ในร่างกาย มีการศึกษาหลายครั้งที่ผ่านมา ถ้ามีแมกนีเซียมสูงในอาหาร และน้ำ ผู้คนจะเป็นโรคกระดูกพรุน กระดูกแตก และฟันผุน้อยลง

ซีลีเนียม อะมิโนแอซิด ดีเลท : จำเป็นต่อการเจริญเติบโตและการทำหน้าที่ของร่างกาย เป็นแร่ธาตุสำคัญในกระบวนการป้องกันมะเร็ง และโรคหัวใจ ป้องกันการเกิดต่อกระจก และจอประสาทตาเสื่อม ต้านไวรัส บรรเทาเริ่มที่ปาก และโรคถุงลิวต์ และทำให้คนไข้โรคเอส แอล อี มีอาการดีขึ้น



ด้วยความปราณณาจาก
NutraHerbal®

นวัตกรรมอาหารเสริมจากแพทย์ และเภสัชกร

ไทยสสส อัลไลแอนซ์ ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพ และความงาม



Thaidham Alliance Ltd.
The Innovation of Health & Beauty

จัดจำหน่ายโดย : บริษัทไทยสสส อัลไลแอนซ์ จำกัด
โครงการพรีเมียม iwaas level ที่ 21/281-284
ช.บวลจันทร 50 แขวงบวลจันทร เขตบึงกุ่ม กทม. 10230
โทร. 02-363-7699 แฟกซ์ 02-363-4422
www.thaidham.com

สนใจสอบถามปัญหาสุขภาพ และความงามที่
thaidhamalliance@hotmail.com



อาหารเสริม สำหรับสตรี วัยทอง

บิวตรา เซอร์บีส
นวัตกรรมอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ

www.thaidham.com



อาหารเสริมสำหรับสตรีวัยทอง

วัยทองคืออะไร “วัยทอง” คือ วัยที่รังไข่หยุดทำงานอย่างสิ้นเชิง รังไข่เป็นอวัยวะภายในที่ทำหน้าที่ผลิตไข่ และสร้างฮอร์โมนเพศหญิง ฮอร์โมนนี้ออกฤทธิ์ต่ออวัยวะเพศ และอวัยวะอื่นๆทั่วร่างกาย เมื่อรังไข่หยุดทำงาน ร่างกายก็ตกอยู่ในภาวะขาดฮอร์โมนเพศหญิง ทำให้ไม่มีประจำเดือน ร่วมกับการเกิดอาการต่างๆ

เมื่อสตรีมีอายุประมาณ 40 ปี รังไข่จะผลิตไข่ออกมาไม่สม่ำเสมอ ทำให้โอกาสที่จะตั้งครรภ์ลดน้อยลงมาก ในระยะนี้การผลิตฮอร์โมนเพศหญิงก็ลดลงด้วย แต่ยังมีปริมาณพอเพียงอยู่จึงยังไม่เกิดอาการใดๆ เมื่ออายุมากขึ้นไปอีกการผลิตฮอร์โมนเพศจะลดลงมาก ทำให้ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอและหมดไปในที่สุด จากการสำรวจพบว่าหญิงโดยเฉลี่ยจะหมดประจำเดือนเมื่ออายุประมาณ 50 ปี

ปัญหาที่พบบ่อยในสตรีวัยทอง

ผลจากการขาดฮอร์โมนเพศหญิง ทำให้เกิดปัญหาต่ออวัยวะในระบบต่างๆ ได้ทั่วร่างกาย ต่อไปนี้

1.ปัญหาด้านผิวหนัง : เนื้อเยื่อของผิวหนังขาดความยืดหยุ่น และ ชุ่มชื้น ผิวหนังจึงแห้งเหี่ยว และคัน

2.ปัญหาด้านระบบทางเดินปัสสาวะ และช่องคลอด : เนื้อเยื่อช่องคลอดขาดความยืดหยุ่น และชุ่มชื้น ช่องคลอด และกระเพาะปัสสาวะ มีการฝ่อลีบ และหย่อนตัวลง ทำให้มีปัญหาเรื่องการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ ปัสสาวะบ่อย มีอาการแสบที่ช่อง

ทางออกของท่อปัสสาวะ ในรายที่เนื้อเยื่อหย่อนยานมาก ก็จะมีผนังช่องคลอด และมดลูกเคลื่อนต่ำออกมานอกปากช่องคลอด ที่รู้จักกันว่า “โรคกระบังลมหย่อน”

3.ปัญหาด้านระบบทางเดินอาหาร และระบบขับถ่าย : อาการท้องอืด และท้องผูก

4.ปัญหาด้านระบบประสาท อารมณ์ และสภาพจิต : อาการวิตกกังวล ซึมเศร้าอ่อนแรง นอนไม่หลับ ขาดสมาธิ ความจำไม่ดี หลงลืมง่าย

5.อาการร้อนวูบวาบ : เกิดขึ้นเป็นพักๆ และมักเป็นตอนกลางคืน ทำให้นอนหลับพักผ่อนไม่เต็มที่ เป็นมากในช่วงปีแรกของวัยทอง หรือช่วงก่อนเข้าวัยทอง

6.โรคหัวใจ : เมื่อฮอร์โมนเพศหญิงลดลง จะทำให้ระดับโคเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น ไชมันไปเกาะที่ผนังหลอดเลือด ทำให้มีโอกาสเกิดหลอดเลือดหัวใจอุดตัน

7.โรคกระดูกบาง กระดูกพรุน หรือกระดูกพรุน : เมื่อเข้าสู่วัยทองกระดูกจะมีการสลายตัวมากกว่าการสร้าง กระดูกจึงบางลงเมื่ออายุมากขึ้น กระดูกยิ่งบางมากหลังจากหมดประจำเดือนไป 10-20 ปี (อายุประมาณ 60-70 ปี)กระดูกก็อาจจะบางมาก จนทำให้กระดูกหักได้ง่าย แม้เพียงแคยกของหนัก ตำแหน่งที่กระดูกหักได้บ่อยในวัยนี้ คือ กระดูกสันหลัง กระดูกสะโพก และกระดูกข้อมือ การหักของกระดูกสันหลังมักจะเป็นการยุบตัวลงส่งผลให้ตัวเตี้ยลงหลังโก่งและปวดหลัง

อาหารเสริมสำหรับวัยทอง

ประกอบด้วย สารสกัดจากถั่วเหลือง สารสกัดจากอัลฟัลฟา แมกนีเซียมคีเลท และซิลิเนียมคีเลท ทำหน้าที่ร่วมกัน ชดเชยฮอร์โมนเพศหญิงที่สูญเสียไป และ ให้แร่ธาตุจำเป็นสำหรับสตรีวัยทองดังนี้

สารสกัดจากถั่วเหลือง 225 มก. : ในถั่วเหลืองมีสารไฟโตเอสโตรเจน (Phytoestrogen) ซึ่งเป็นสารประกอบในพืช มีสูตรโครงสร้างคล้ายฮอร์โมนเอสโตรเจนของคน มีฤทธิ์ป้องกันมะเร็งได้ และอาจช่วยส่งเสริมสุขภาพ และ ป้องกันโรคบางอย่างได้ เช่น โรคหัวใจขาดเลือด โรคกระดูกพรุน เนื้อเยื่อระบบสืบพันธุ์ และโรคกระดุกพรุน

สารไฟโตเอสโตรเจนในถั่วเหลือง คือ ไอโซฟลาโวน มีสารสำคัญ 2 ชนิด คือ เดดซีน(Daidzein) และ จินีสทิน (Genistein) มีฤทธิ์ลดอาการร้อนวูบวาบ หงุดหงิด อาการทางผิวหนัง และเยื่อบุบริเวณช่องคลอดอักเสบ แห้ง และ ยังช่วยป้องกันมะเร็งเต้านม และมะเร็งที่สร้างจากอวัยวะที่ผลิตฮอร์โมน (Hormone-Link Cancer) เช่น มะเร็งรังไข่ มะเร็งปากมดลูก เป็นต้น นอกจากนี้สารสกัดจากถั่วเหลืองยังช่วยลดระดับโคเลสเตอรอล เพิ่มความหนาแน่นของกระดูก และการสูญเสียมวลกระดูกได้

โดยปกติฮอร์โมนเอสโตรเจนมีฤทธิ์ยับยั้งการทำงานของ osteoclasts (ตัวทำลายกระดูก) ดังนั้นภายหลังภาวะการหมดประจำเดือน การทำงานของ osteoclasts จึงมากขึ้น และ ทำให้เนื้อกระดูก(bone mass) บางลง การเพิ่มระดับไฟโตรเอสโตรเจนสามารถเพิ่มความหนาแน่นของกระดูกได้

สารสกัดอัลฟัลฟา 150 มก.: อัลฟัลฟา ได้ถูกใช้เพื่อการรักษาทางการแพทย์มาตั้งแต่ในสมัยโบราณ ทั้งในประเทศจีนและอินเดียในอัลฟัลฟามีสารไฟโตรเอสโตรเจน คือ ไอโซฟลาโวน ซึ่งจะเข้าไปชดเชย ไฟโตรเอสโตรเจนที่ลดต่ำลง ช่วยปรับสมดุลฮอร์โมนในร่างกาย รวมทั้งมีวิตามินดี และแร่ธาตุหลายชนิด ซึ่งจะช่วยให้ร่างกาย