

为什么蛋白质对日常生活如此重要？

每天，您的身体都在进行修复细胞、组织构建、更新肌肤及维持代谢运作，而这一切皆由蛋白质驱动。蛋白质占您体重的**18-20%**，是构成**肌肤、肌肉、秀发及重要器官**的基础。

您知道吗？

人体无法自行制造或储存蛋白质，因此必须通过日常饮食摄取。这就是为什么每天摄取足够的优质蛋白质至关重要，它能帮助您的身体修复、更新及维持最佳状态。

蛋白质在人体中起着至关重要的作用

大脑 (≈45%)

支持专注力、学习能力及神经传递功能，以维持思维敏锐活跃。

肌肉 (≈80%)

提供结构及支持骨骼形成，以提升强度和稳定性。

骨骼 (≈30%)

肠胃道 (≈65%)

支持肠道细胞的更新，促进健康肠道屏障的形成，以提升营养吸收。

肌肤 (≈60%)

促进肌肤紧致、弹性及更新，以打造健康亮泽美肌。

心脏 (≈60%)

有助于维持心脏功能，并支持健康的血液循环。

*蛋白质占除水重量的百分比
来源: Maruzen Publishing Co. Ltd. Amazing Numbers in biology in Japanese.

Everyday Shake Protein 给予全家人



每份提供
14克
蛋白质

PDCAAS
评分为**1.0**
— 高蛋白质
质量

9种
人体必需
氨基酸

富含
钙质

7种
维生素B群
以提供
能量支持

不含
胆固醇