

必知的 肠道健康3部曲

您的肠道拥有一个在幕后协同工作的完整生态系统，其中包括益生元、益生菌和后生元。每种“生元”在守护肠道健康方面均扮演着不同的角色。让我们剖析它们之间的差异。

益生元



滋养有益菌

益生元属于膳食纤维，是有益菌的食物来源。

例如：

- 菊粉
- 低聚果糖 (FOS)
- 低聚半乳糖 (GOS)

益生菌



补充有益菌

益生菌是活的微生物。当摄入足够剂量时，能为人体带来健康效益。

例如：

- Lactobacillus Rhamnosus GG™
- Bifidobacterium Lactis HN019™
- Lactocaseibacillus Paracasei LPC-37™

后生元



有益菌的发酵产物

后生元是益生菌在发酵过程中产生的有益代谢副产物。

例如：

- 短链脂肪酸
- 细胞壁成分
- 代谢物与蛋白质
- 细菌素



它们能为整体健康带来卓越效益！



肠好， 肌肤美

- 减轻炎症
- 强化肌肤屏障，抵御有害菌



肠强， 防御无敌

- 激活天然防御信号
- 平衡炎症反应



肠健， 身心安

- 修复肠道黏膜
- 阻断有害病原体附着于肠壁



肠乐， 脑袋灵

- 有助于降低全身性炎症
- 支持情绪调节