



**สารอาหาร
ปรับสมดุลไขมัน
และความดัน
โลหิต**

References :

1. Kraft K. Artichoke leaf extract-recent findings reflecting effects on lipid metabolism, liver and gastrointestinal
2. T. A. Wilson, C. M. Meservey, and R. J. Nicolosi, "Soy lecithin reduces plasma lipoprotein cholesterol and early atherogenesis in hypercholesterolemicmonkeys and hamsters: beyond linoleate," Atherosclerosis, vol. 140, no. 1, pp. 147–153, 1998.
3. On the effect of garlic on plasma lipids and lipoproteins in mild hypercholesterolaemia.
Simons LA, Balasubramaniam S, von Konigsmark M, Parfitt A, Simons J, Peters W.Atherosclerosis. 1995 Mar; 113(2):219-25.



**สารอาหารปรับสมดุลไขมัน
และความดันโลหิต**



ด้วยความปรารถนาดีจาก
NutraHerbal®
นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร



Thaidham Alliance Ltd.
The Innovation of Health & Beauty

ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพ และความงาม

จัดจำหน่ายโดย : บริษัท ไทยธรม อัลไลแอนซ์ จำกัด
โครงการพรีเมียม เพลส เลขที่ 21/281-284
ช.นวลจันทร์ 50 แขวงนวลจันทร์ เขตบึงกุ่ม กทม. 10230
โทร. 02-363-7699 แฟกซ์ 02-363-4422
ID Line : @thaidham www.thaidham.com



สนใจสอบถามปัญหาสุขภาพ และความงามที่
thaidhamalliance@hotmail.com

บูทราฮอร์บีล

นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร



Thaidham Alliance Ltd.
The Innovation of Health & Beauty

สารอาหารปรับสมดุลไขมัน และความดันโลหิต



น้ำมันกระเทียม :

กระเทียมเป็นสารอาหารที่มีคุณสมบัติเป็นสมุนไพรมาแต่โบราณ โดยเฉพาะคุณสมบัติในการปกป้องโรคหัวใจ และหลอดเลือด และการลดความดันโลหิต งานวิจัยทางการแพทย์ของกระเทียมมีดังนี้

งานวิจัยด้านหัวใจ และหลอดเลือด

กระเทียมมีงานวิจัยการปรับสมดุลโคเลสเตอรอล โดยลดทั้งโคเลสเตอรอลรวม และโคเลสเตอรอลตัวเสี่ยงอันตราย (LDL) กระเทียมมีฤทธิ์ลดความดันโลหิตทั้งตัวบน และตัวล่าง และมีฤทธิ์ยับยั้งการแข็งตัวของเลือด เป็นการป้องกันลิ่มเลือดอุดตันหลอดเลือด มีงานวิจัยที่น่าสนใจว่า การรับประทานกระเทียมสกัดสามารถลดคราบไขมัน และลิ่มเลือดที่อุดตันหลอดเลือดได้ นอกจากนี้ กระเทียมมีฤทธิ์ในการต้านอนุมูลอิสระ และต้านความเครียด อันเกิดจากอนุมูลอิสระสูงในร่างกาย ป้องกันไขมัน LDL จากการถูกทำลายโดยอนุมูลอิสระทำให้ป้องกันคราบไขมัน และลิ่มเลือดอุดตันหลอดเลือดได้

เลซีทีน :

มีรายงานว่า เลซีทีนช่วยควบคุมระดับโคเลสเตอรอล โดยทำหน้าที่เป็นตัวละลายไขมันในเลือด ทำให้ไขมันแตกตัวเป็นอนุภาคเล็กๆ นักโภชนาการแนะนำให้รับประทานเลซีทีน เพื่อป้องกันไขมันจับตัวที่ผนังหลอดเลือด

อาร์ติโชค :

เป็นพืชพื้นเมืองของแอฟริกาเหนือ มีสารออกฤทธิ์ชื่อ ไชนาริน (Cynarin) ช่วยลดไขมันในเลือด ทั้งโคเลสเตอรอลตัวเสี่ยงอันตราย (LDL) และไตรกลีเซอไรด์ และเพิ่มโคเลสเตอรอลตัวดี (HDL) ไชนารินช่วยการทำงานของตับได้ด้วย และมีสารกลุ่มฟลาโวนอยด์ ช่วยบำบัดอาการตับอักเสบเรื้อรัง ต่างกับยาลดไขมันโดยทั่วไป ซึ่งมักจะทำให้ค่าเอนไซม์ในตับสูงขึ้น



น้ำมันปลา :

กรดไขมันโอเมก้า-3 ในน้ำมันปลา ทั้งกรดไขมัน DHA และ EPA ลดค่าไขมันไตรกลีเซอไรด์ ในเลือด และลดค่าไขมันโคเลสเตอรอลในเส้นเลือด ซึ่งขึ้นกับค่าเริ่มต้น รวมทั้งเพิ่ม HDL ทั้งยังช่วยป้องกันโรคหัวใจ และหลอดเลือด ปรับสมดุลความดันโลหิต และการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของหลอดเลือด และการลดการแข็งตัวของหลอดเลือด ป้องกันเส้นเลือดอุดตันจากลิ่มเลือด

โนอาซิโนไมด์ หรือวิตามินบี 3 :

ใช้ช่วยลดไขมันในเลือดชนิด LDL และไตรกลีเซอไรด์ และช่วยเพิ่มระดับไขมันดี เช่น HDL โดยการลดการสังเคราะห์ไขมันชนิดไม่ดี (VLDL และ LDL) และเพิ่มการสังเคราะห์ HDL

