

อาการที่เหมาะสมกับการใช้น้ำมันปลาในสูตรที่มี EPA สูง

- ข้ออักเสบ และข้ออักเสบรูมาตอยด์
- อาการเจ็บปวด หรือ เมื่อยกล้ามเนื้อ และอ่อนล้าเรื้อรัง (ME/CFS)
- ผื่นแพ้ผิวหนัง ลิว สะเก็ดเงิน (เรื้อนกวาง)
- ภาวะสมาธิสั้น (ADHA) และการอ่านหนังสือไม่ออก (Dyslexia)
- ภาวะซึมเศร้า (Depression) และอารมณ์แปรปรวนแปรสุดขั้ว (Bipolar Disorder)
- โรคจิตเภท



References :

1. Sperling RI. Eicosanoids in rheumatoid arthritis. *Rheum Dis Clin North Am.* 1995 Aug;21(3):741-58.
2. James MJ, Gibson RA, Cleland LG. Dietary poly-unsaturated fatty acids and inflammatory mediator production. *Am J Clin Nutr.* 2000 Jan;71(1 Suppl): 343S-8S.
3. Pauwels EK, Kostkiewicz M. Fatty acid facts, Part III: Cardiovascular disease, or, a fish diet is not fishy. *Drug News Perspect.* 2008 Dec;21(10): 552-61.



สารอาหารต้านการอักเสบ  
ปรับสมดุลโคเลสเตอรอล

ด้วยความปราถนาดีจาก

**NutraHerbal®**

นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร



Thaidham Alliance Ltd.  
The Innovation of Health & Beauty

ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพ และความงาม

จัดจำหน่ายโดย : บริษัท ไทยธัม อัลไลแอนซ์ จำกัด  
โครงการพรีเมียม เพลส เลขที่ 21/281-284  
ช.บวลงจันทร์ 50 แขวงบวลงจันทร์ เขตบึงกุ่ม กทม. 10230  
โทร. 02-363-7699 แฟกซ์ 02-363-4422  
www.thaidham.com

สนใจสอบถามปัญหาสุขภาพ และความงามที่  
thaidhamalliance@hotmail.com



น้ำมันปลาสกัดชนิด  
**EPA เข้มข้น**

สารอาหารต้านการอักเสบ  
ปรับสมดุลโคเลสเตอรอล

บูทราเฮอรัล  
นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร



Thaidham Alliance Ltd.  
The Innovation of Health & Beauty



# น้ำมันปลาสกัดชนิด EPA เข้มข้น



การอักเสบในร่างกายมนุษย์ เกิดขึ้นได้กับอวัยวะต่างๆ มีผลให้อวัยวะนั้นเป็นอันตราย และสูญเสียการทำงานที่ปกติไป กรดไขมันจำเป็นที่มีอยู่ในน้ำมันปลา มีชื่อว่า โอเมก้า-3 ซึ่งไม่ได้มีอยู่เฉพาะในน้ำมันปลาเท่านั้น แต่ยังมีในอาหารอื่นๆ ด้วยเช่น แฟล็กซีซีท (Flaxseed) วอลนัท (Walnut) เรปซีท (Rapeseed) แต่มีปริมาณไม่มาก เท่ากับที่พบในน้ำมันปลา กรดไขมันโอเมก้า-3 มี 2 ชนิด คือ EPA ซึ่งมีความสำคัญในการระงับอาการอักเสบ และให้ผลดีต่อหัวใจ และหลอดเลือด และDHA ซึ่งให้ผลดีต่อสมอง และจอตา

EPA จะผลิตสารคล้ายฮอร์โมนสำคัญที่เรียก ไอโคซานอยด์ ซึ่งมีผลระงับการอักเสบ ในขณะที่ DHA จะไม่ผลิตสารไอโคซานอยด์ แต่จะทำหน้าที่เป็นเหมือนโครงสร้าง ที่มีประโยชน์ต่อเยื่อหุ้มเซลล์ สำคัญที่สมอง และจอตา นักวิทยาศาสตร์พบว่า DHA สามารถเปลี่ยนเป็น EPA ได้ในร่างกายยามจำเป็น แต่ EPA จะไม่เปลี่ยนเป็น DHA

แม้ว่ากรดไขมันทั้ง EPA และ DHA จะพบร่วมกัน และทำงานคล้ายคลึงกันในธรรมชาติ โดยเฉพาะคุณสมบัติในการลดระดับโคเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์ในเลือด นักวิทยาศาสตร์พบว่า กรดไขมันแต่ละชนิด ก็ยังมีคุณสมบัติเฉพาะของตัวเอง โดยที่ EPA ให้ผลระงับขบวนการอักเสบ ทั้งแบบเรื้อรัง และเฉียบพลัน มีผลให้ลดความเจ็บปวดที่เกิดจากอาการอักเสบ อย่างเช่น ข้ออักเสบ ทั้งในผู้ป่วยข้อเสื่อม และผู้ป่วยโรคแพ้ภูมิตัวเอง อย่างเช่น เอสแอลอี (SLE) หรือข้ออักเสบรูมาตอยด์

มีการเก็บรวบรวมสถิติจำนวนมากว่า การบริโภคอเมก้า 3 ทำให้ผู้ป่วยข้ออักเสบรูมาตอยด์มีอาการดีขึ้น โดยที่อาการบวมลดลง เจ็บปวดน้อยลง อาการข้อติดขัดในยามเช้ามืดลง การเคลื่อนไหวข้อดีขึ้น และข้อมีแรงมากขึ้น ปริมาณการบริโภค ประมาณ 3 กรัมต่อวัน ติดต่อกันอย่างน้อย 3 เดือน

นอกจากคุณสมบัติการต้านอาการอักเสบที่โดดเด่นของ EPA แล้ว นักวิทยาศาสตร์พบว่า เมื่อปริมาณ EPA ในสมองลดลง ศูนย์ทิวของมนุษย์จะถูกกระตุ้น การที่มีปริมาณ EPA ในสมองเพียงพอจะทำให้เราไม่รู้สึกทิว ซึ่งเป็นความหวังใหม่ในการควบคุมน้ำหนักอีกด้วย

EPA เป็นส่วนสำคัญในเซลล์ทุกเซลล์ของเรา หากขาด EPA เซลล์ของเราจะไม่สามารถสื่อสารกันได้ นักวิทยาศาสตร์พบว่า EPA ช่วยต้านอาการซึมเศร้า และโรคอารมณ์แปรปรวนแปรไม่คงที่



ข้ออักเสบรูมาตอยด์

