



References :

1. Onakpoya, I; Terry, R; Ernst, E (2011). "The use of green coffee extract as a weight loss supplement: a systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials." *Gastroenterology research and practice* 2011. doi:10.1155/2011/382852.PMC 2943088
2. Johri, R.K. G Zuhhi, U. (1992). *Journal of Ethnopharmacology*. 31 85-91. • Johri, R.K., et al. (1992). *Biochemical Pharmacology*, 43 1401-1407.
3. Onakpoya, I.J.Wider, B.Pittler, M.H.Ernst, E. *Food supplements for body weight reduction: a systematic review of systematic reviews. Obesity (Silver Spring)*. 2011 Feb;19:239-244.

เผาไขมัน 
 ด้วยกรีน คอฟฟี่ บีน พริกไทยดำ
 กระบองเพชร และสารร้ายเคลป์

ด้วยความปราถนาดีจาก
NutraHerbal®
 นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร


Thaidham Alliance Ltd.
 The Innovation of Health & Beauty
 ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพ และความงาม

โครงการพรีเมียม เพลส เลขที่ 21/281-284
 ซ.นวลจันทร์ 50 แขวงนวลจันทร์ เขตบึงกุ่ม กทม. 10230
 โทร. 02-363-7699 แฟกซ์ 02-363-4422
 www.thaidham.com



สนใจสอบถามปัญหาสุขภาพ และความงามที่
 thaidhamalliance@hotmail.com



เผาไขมัน

ด้วยกรีน คอฟฟี่ บีน
 พริกไทยดำ กระบองเพชร
 และสารร้ายเคลป์



บูทราฮอร์บิล
 นวัตกรรมอาหารเสริมโดยแพทย์ และเภสัชกร


Thaidham Alliance Ltd.
 The Innovation of Health & Beauty

เผาไขมัน

ด้วยกรีน คอฟฟี่ บีน พริกไทยดำ
กระบองเพชร และสาหร่ายเคลป์



กรีน คอฟฟี่ บีน (Green Coffee Bean) หรือ เมล็ดกาแฟเขียว คือ เมล็ดกาแฟที่ไม่ผ่านการคั่ว มีสารสำคัญชื่อ คลอโรเจนิค แอซิด (Chlorogenic Acid) ซึ่งมีงานวิจัยอย่างกว้างขวาง ทั้งในคน และในสัตว์ทดลอง ในการนำมาให้อาสาสมัครรับประทาน ก่อนอาหาร ประมาณ 30 นาที พบว่า หลังจากการรับประทานอย่างต่อเนื่อง อาสาสมัครมีน้ำหนักลดลง และเปอร์เซ็นต์ไขมันของร่างกายลดลงด้วย นอกจากนี้ ยังทำให้การดูดซึมของน้ำตาล เข้าไปในกระแสเลือดช้าลง นอกจากนี้ ยังพบกลไกยับยั้งการดูดซึมไขมันเข้าสู่ทางเดินอาหาร ยับยั้งการสร้างไขมันสะสม และกระตุ้นการเผาผลาญไขมันในหนูทดลอง ขนาดรับประทานแนะนำมีตั้งแต่ 700 – 1,200 มิลลิกรัมต่อวัน โดยรับประทานครั้งละ 250 – 400 มิลลิกรัม ก่อนอาหาร ครั้งชั่วโมง

พริกไทยดำ (Black Pepper) มีสารออกฤทธิ์ชื่อพิเพอริน (Piperine) ซึ่งนอกจากจะทำให้พริกไทยมีกลิ่นหอมแล้ว ยังมีกลไกในการป้องกันการสังเคราะห์ไขมันใหม่ นอกจากนี้ ยังมีสารแคปไซซิน (Capsaicin) ซึ่งทำให้พริกไทยมีรสเผ็ด และกระตุ้นการเผาผลาญ

ในโลกของวิทยาศาสตร์การแพทย์ มีสารอาหารเพียงไม่กี่ชนิดที่มีงานวิจัยในเรื่องการกระตุ้นการเผาผลาญไขมันออกจากร่างกาย สารที่ได้รับการวิจัยอย่างกว้างขวาง ได้แก่ สารสกัดจากเมล็ดกาแฟเขียว สารสกัดจากพริกไทยดำ สารสกัดจากกระบองเพชร และ สาหร่ายเคลป์

กระบองเพชร (Cactus) มีฤทธิ์ในการขับปัสสาวะ ในหนูทดลอง รวมทั้งกลไกการลดความอยากอาหาร และลดการดูดซึมน้ำตาลเข้ากระแสเลือด

สาหร่ายเคลป์ (Kelp) มีแร่ธาตุไอโอดีนสูง ซึ่งเป็นส่วนประกอบสำคัญของฮอร์โมนไทรอยด์ ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่ทำหน้าที่กระตุ้นการเผาผลาญของร่างกาย

โครเมียม (Chromium) เป็นแร่ธาตุที่มีบทบาทสำคัญในการควบคุมการใช้ไขมัน และน้ำตาลของร่างกาย มีงานวิจัยในการกระตุ้นการเผาผลาญไขมัน และการสร้างมวลกล้ามเนื้อ

