

# PROBIO

## ◆ 常見問題 ◆

### 什麼是LIFEVANTAGE®益生菌？

LifeVantage® ProBio 是一種科學先進的益生菌補充劑。它使用延遲釋放膠囊和益生菌，經證明可以在胃到達腸道深處以支持健康消化。添加了β-葡聚醣以支持您的天然免疫系統響應，您將獲得全方位支持及更健康、更快樂的生活。

### 什麼是益生菌？

益生菌的字面意思是“有益生命”。益生菌是幫助平衡腸道微生物菌群，支援免疫系統和改善消化所需的健康細菌。

### 什麼是有益細菌？

有益的細菌是活的微生物，有益於生活在您體內的更大生物體的健康。健康的細菌自然產生，益生菌有助於：

- 消化食物\*
- 產生健康所需的維生素和其他物質\*
- 保持腸道完整性以支持免疫系統\*
- 向大腦發送良好信號\*

### 為什麼我需要服用益生菌？

生活會損害您的細菌平衡。日常壓力、所吃的食物、睡眠不足和日常生活的其他方面都會擾亂平衡。如果你感受到失去平衡，你便不能夠達到最佳狀態。即使您經常食用酸奶或發酵食品，它們不能持續逗留在您的腸道。因此，在您的微生物群健康飲食中添加補充劑，有助於確保您獲得持續向您的腸道輸送有益細菌，以維持對腸道的持續支持。\*

### 我應該多久服用一次益生菌？

益生菌只是您腸道中的訪客，如果不經常食用，它們會隨之而消失。每天食用 ProBio 中的β-葡聚醣也是最有效的。因此，為了維持健康的腸道環境，建議每天服用一次。\*

### 益生菌需要多長時間才能起作用？

有些人甚麼感覺都沒有。這取決於您當前腸道微生物群的平衡。有服用者反映說他們在幾天後開始感覺到效果。大多數人會在大約2週後感受到效果。

### 我如何服用該產品？

每天服用一 1 粒，並喝一杯水。

### 是否有服用益生菌的最佳時間？

您可以在一天中的任何時間服用益生菌，但最好給予益生菌讓其有足夠的時間進入您的下腸。因此，您可能需要考慮在睡前服用，這樣膠囊可以在您第二天開始食用額外的食物或飲料之前完全消化並填充您的消化系統。或者早上起床第一時間空腹服用，這樣你就有時間在開始進食或飲水之前讓其進入腸道。

### CFU是什麼意思？

這是一個行業術語，代表“菌落形成單位”。它測量產品中存在的有益活細菌的數量。

### 什麼是 BETA-1,3/1,6-葡聚醣？

Beta-1,3/1,6-葡聚醣鑑定源自麵包酵母（釀酒酵母）細胞壁的化合物的分子結構。它是一種無麩質纖維成分，臨床證明可以自然地支持免疫反應並防止身體和生活方式帶來的壓力。這種健康的酵母支持全年的能量和健康。它可以在不過度刺激的情況下增強您的免疫系統——確保您不會給您的系統增加不必要的壓力。\*

### 如果我已經服用了另一種免疫產品，為什麼還要服用益生菌？

您的免疫系統是一個由體內多種功能組成的複雜網絡。在最簡單的意義上，你有屏障、先天和適應性的免疫功能。您的腸道在支持這些方面發揮著關鍵作用——主要是通過支持健康的屏障。益生菌中的β-葡聚醣將有助於支持作為先天免疫系統一部分的細胞的反應。但是您還需要維生素、礦物質和其他化合物來支持各個方面的整體健康，例如生產、生長、和正常的免疫細胞功能。許多不同的營養素支持這些不同的功能。\*

### 益生菌不含麩質嗎？

是的。益生菌100% 不含麩質和小麥。

### 益生菌如何支持我的免疫系統？

擁有健康的腸道菌群對於健康的免疫和消化系統非常重要-如非必要- 您的身體猶如一個家園，擁有與人體細胞一樣多的細菌細胞，甚至更多。你的腸道是人口最稠密的地區之一。健康的腸道屏障是您的防線，多達 70% 的免疫細胞在您的腸道中。因此，保持平衡的環境對於健康的免疫反應至關重要。\*

### 我可以給我的孩子服用益生菌嗎？

益生菌中的許多細菌菌株已被證明對兒童是安全的。然而，生命優勢的益生菌補充劑尚未在兒童中進行研究，而是為成人配製的。我們建議您在給您的孩子服用任何補充劑之前詢問您的兒科醫生。

## 我可以給我的寵物餵益生菌嗎？

益生菌尚未在動物中進行研究。我們建議您在給寵物服用任何補充劑之前先諮詢您的獸醫。

## 如果我懷孕了，我可以服用益生菌嗎？

益生菌中的一些菌株已被證明對孕婦是安全的。然而，生命優勢的益生菌補充劑尚未在孕婦中研究。我們建議您在服用任何補充劑之前詢問您的醫療保健提供者。

## 是否可過量服用益生菌？

不可以。由於因每日劑量不足而無法獲得健康益處的情況更為常見。與任何補充劑一樣，我們建議您總是按照指示服用。

## 服用益生菌有任何副作用嗎？

不足 1% 的測試群組報告了相關副作用。在報告副作用的人中，因為消化系統會適應腸道中補充的細菌，他們腸道會有過量氣體。如果這種情況持續存在，請停止使用幾週，然後繼續服用較小劑量的益生菌。

## 益生菌儲存需要冷藏嗎？

不，不需要冷藏。當密封在原包裝中時，益生菌在室溫下可穩定有效長達 18 個月。

## 這與市場上的任何其他益生菌有何不同？

其他益生菌可能會溶解在您的胃酸中，從來不能到達最需要之處 - 您的小腸和大腸。LifeVantage ProBio 使用延遲釋放膠囊來幫助細菌活著到達胃腸道深處。益生菌還含有 β 葡聚糖，經臨床證明可以自然地支持免疫反應並防止身體和生活方式壓力。\*

## 益生菌是否含有 NRF2 成分？

沒有

## 我可以將 補添得® 與 益生菌一起使用嗎？

是的，您可以將補添得與益生菌一起使用。事實上，因為益生菌支持消化和營養吸收，所以當它們一起使用時，它們甚至可以更好地發揮作用。

## 益生菌是否經過測試？

是的，益生菌中的成分已經過人體研究，證明是安全的，並為消化和免疫健康帶來真正的好處。\*

## 益生菌不含乳製品嗎？

是的，益生菌不含乳製品。