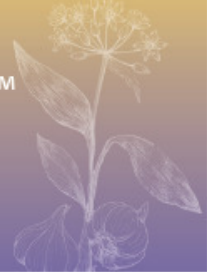




## AIM 艾美大蒜精 GarlicAIM™



艾美大蒜精含有 3 種不同類型的蒜，它是針對心血管健康的膳食補充品。

### 艾美大蒜精的獨特之處

- 結合蒜頭(bulb, 又譯球莖)與蒜葉
- 高含量的核甘(adenosine)
- 高含量的 y-glutamyl peptides
- 野生蒜葉，從未經過人工栽培
- 含有發酵黑蒜

### 方法

心血管系統(也稱為循環系統)由血管與心臟組成，透過血液提供氧氣與營養物質給全身各個器官組織，並且帶走代謝活動產生的廢物。

心血管疾病是北美洲的健康頭號殺手。抽煙、不良的飲食習慣、缺乏運動等不健康生活方式是導致心血管疾病的主要因素。改變您的生活方式選擇，以及食用大蒜可以幫助維護您的心血管健康。

### 熊蒜 *Allium ursinum* (阿爾卑斯山野生蒜 *Alpine Wild Garlic*)

大蒜作為有益健康的植物歷史悠久，它的醫療用途最早可以追溯到西元前 3000 年。大蒜含有硫化合物、胺基酸，礦物質與維生素；這些礦物質與維生素包括鍺(germanium)、硒(selenium)、鋅(zinc)，以及維生素 A、B、C。

大蒜素(allicin)是大蒜裡的含硫化合物，一直以來很多人認為，大蒜被提及的大部分好處主要是來自大蒜素；它也是大蒜獨特味道的主要來源。

阿爾卑斯山野生蒜葉(熊蒜)與蒜頭(學名：*Allium sativum*)都含有上述的成份與

### 基本好處與特色

- 或許可幫助維護心血管健康
- 提供一般蒜所有的好處，還有更多其它的好處
- 或許可增強免疫系統健康
- 顯示抗氧化活性

幾項健康好處。這兩種類型的大蒜幫助維護健康的膽固醇水平；然而，熊蒜有許多不同的健康好處。

熊蒜含有大蒜素與它的相關形式，以及更多的大蒜烯 ajoene (大蒜素的分解產物) 與它的相關形式，更多的 y-glutamyl peptides 與它的相關形式，並且 20 倍以上的核甘(adenosine)。

最新的說法是，y-glutamyl peptides 與大蒜烯可以擴大血管，維護健康的血壓。

核甘可幫助增加血管寬度，也能減少血小板凝結(血液粘稠)情形，以及也可作為肌肉放鬆劑，並且可預防毒素的產生。

### 發酵黑蒜(Fermented Black Garlic)

黑蒜是發酵後的大蒜，在其發酵過程中，大蒜中所含的糖份被分解成有機酸。這些變化改變了大蒜的營養價值、活性，以及益生菌含量。

以大蒜而言，發酵不僅改變了前述大蒜的營養價值，也改變了我們對大蒜的一切認知；一般的大蒜是乳白色，有強烈辛辣的



蒜味，以及脆脆的口感，而發酵的大蒜是黑色，氣味溫和，味甜，口感綿軟。

眾人皆知發酵食物有益健康。以黑蒜的例子來說，發酵大蒜最大的不同在於對抗自由基的抗氧化劑水平比較高。發酵食物的抗氧化劑水平與益生菌含量增加，因此黑蒜是添加至這個補充品很棒的成份。

### 蒜頭 *Allium sativum* (Garlic bulb)

大蒜素(allicin)是大蒜最強力的化合物之一。當蒜頭被咬碎，切碎或壓碎後，蒜氨酸(alliin)在蒜氨酸酶(alliinase，一種酵素)的作用下生成大蒜素。艾美大蒜精的蒜頭含有百分之一標準化的大蒜素；大蒜素已知具有抗氧化作用與抗發炎活性。每份艾美大蒜精含有 5.1 毫克(mg)的大蒜素。

### 過程 Process

熊蒜是春天時，在一個星期內，在瑞士的阿爾卑斯山區經由人工採摘的。因為它是野生的，只有葉子被採收，球莖保留在土壤裏確保來日再長。

野生蒜葉摘下後經快速處理：清潔洗淨，低溫烘乾磨碎。在這個過程中，核甘(adenosine)在監控下保證至少有 1300ppm (毫克 mg/公斤 kg)。

另一方面，黑蒜是整顆大蒜在精確控制的溫度與濕度下，經過 3 至 4 個星期發酵製成的食品。

### 問與答

#### 有人不應該服用艾美大蒜精嗎？

孕婦或哺乳婦女，血栓(blood clotting disorder)或低血壓患者，服用前請先諮詢醫療人員。

### 艾美大蒜精的服用方法

- 每天服用 3 顆。可在任何時間服用。
- 孕婦或哺乳婦女，血栓(blood clotting disorder)或低血壓患者，服用前請先諮詢醫療人員。
- 開瓶後存放在涼爽乾燥陰暗的地方。不要放冰箱。

#### 大蒜素(allicin)與其它脂溶性物質是大蒜唯一重要的化合物嗎？

不是。雖然大蒜素與大蒜烯 ajoene 很重要，但是許多歐洲的研究指出，如果大蒜的水溶性成份-核甘(adenosine)、類黃酮素(flavonoids)、 $\gamma$ -glutamyl peptides、果聚醣(fructanes)- 沒有比大蒜素更有益健康的話，它們是跟大蒜素一樣重要。

#### 大蒜的水溶性物質是那些？

核甘(adenosine)、 $\gamma$ -glutamyl peptides 是已經在本資料說明書提到的水溶性物質，類黃酮素(flavonoids)是植物中常具有健康好處的物質，果聚醣(fructanes)是重要的，因為它們是不可消化的糖即我們所知的寡糖(oligosaccharides)。果寡糖(Fructo-oligosaccharides)可促進腸道好菌的生長。

#### 行銷商資料：

本資料僅提供參考，內容未經美國食品藥物管理局評估。該產品無意用作診斷，醫治，治療，或預防任何疾病。