



AIM 艾美銀杏精 GinkgoSense®



銀杏精是有益記憶力與視力健康的膳食補充品，可幫助集中注意力，並且過濾藍光。

銀杏精有何獨特之處？

How is GinkgoSense Unique? —————

- 結合銀杏萃取物與薑黃素(curcumin)萃取物
- 含薑黃素萃取物，而不只是薑黃(turmeric)粉
- 改善認知與視力功能的配方
- 包括適應原(adaptogen)特性的配方，以協助增強記憶力

方法 Approach

心智敏銳度就是所謂的頭腦靈活敏捷。記憶力、集中力、專注力與理解力是評估心智敏銳度的主要要素。不論您是大學生為考試做準備，還是年長者努力維護黃金年齡期的敏銳心智，這些要素都被所有年齡層的族群重視。

壓力會影響心智敏銳度。當我們有壓力時，我們的身體會釋放出荷爾蒙可體松(cortisol)，如果可體松分泌過多的話，會導致大腦功能慢慢地退化。即使是慢性又低的壓力也會讓我們感到疲倦。壓力會殺死大腦細胞，而慢性壓力會縮小前額葉皮質(prefrontal cortex)；它是大腦負責記憶與學習的區域。

銀杏 Ginkgo

銀杏用於中藥已有 5000 年的歷史。銀杏葉萃取物(GBE)可改善大腦供血不足的症狀，包括注意力不集中、記憶力衰退、健忘、思緒混亂、無精打采、疲倦、體力衰退、頭暈等。

服用銀杏的好處主要是它對血液循環的作用，它能增加流向四肢與大腦的血液，使腦部得到更多的氧氣與葡萄糖，這解釋了為什麼血液循環獲得顯著改善的原因。

薑黃素

薑黃素是薑黃根(turmeric root)中最活躍的多酚類物質(phenol，植物營養素 phytonutrient)，而薑黃(turmeric)是很受歡迎的香料，可添加於

主要好處與特色

- 幫助維持記憶力、專注力與心智清晰
- 幫助維持心智靈敏度
- 改善神經可塑性(neuroplasticity)
- 支援視力健康
- 增強過濾藍光能力(藍光傷眼)
- 幫助維護末梢血液循環
- 標準化萃取物，確保一致性的效果
- 素食配方

料理如咖哩和湯，甚至茶中食用。它常被用在保健品中，作為薑黃素的便宜替代品。然而，薑黃只含有 2% 到 5% 的薑黃素。

薑黃素具有抗發炎的特性，或許可減輕關節疼痛，並且幫助身體排毒。薑黃素也可增加腦部的腦衍生性神經滋養因子(BDNF, brain-derived neurotrophic factor，一種生長荷爾蒙)的生成，因此或許也可以改善認知功能。

薑黃素透過對血清素(serotonin)和多巴胺(dopamine)水平產生的作用，可進一步改善大腦的健康。薑黃素改善記憶力的有效性不斷受到測試，所得到的結果是肯定的。

薑黃(turmeric)的所有化合物合稱為類薑黃素(curcuminoids)，其中最重要的是薑黃素

(curcumin)。艾美銀杏精的配方含有 95% 的類薑黃素，而艾美的薑黃素含有至少 15% 的去甲氧基薑黃素(desmethoxycurcumin)和至少 2.5% 的雙去甲氧基薑黃素(bisdemethoxycurcumin):這些是高品質薑黃素的重要指標。

印度人參 Ashwagandha

印度人參是強力的適應原(adaptogen)，即這個草本植物可



幫助身體系統更能適應壓力，情緒的變化與注意力的缺乏，對整個身體有平衡作用。

適應原，尤其是印度人參，或許也可降低與壓力有關的可體松水平，這個是避免腎上腺素釋放出不必要的可體松而達到的。

黑胡椒萃取物 Black Pepper Extract(Piperine)

黑胡椒萃取物是這個配方的關鍵成份，因為它與薑黃素的吸收有直接關係。沒有黑胡椒萃取物與高水平的類薑黃素的結合，薑黃素很難被身體吸收。一項研究顯示，只服用薑黃素的受測試者，他們的血液幾乎測不到這個植物營養素，然而與黑胡椒一起服用的參與者，他們血液中的薑黃素生體可用率(bioavailable)增加了百分之2000。此外，黑胡椒萃取物是強力的抗發炎成份，並且幫助刺激消化酵素的分泌。

薑 Ginger

薑是全世界最常食用的食材之一，而這不是沒有道理的。幾千年來，薑被公認可以幫助消化，而且它的薑辣素(gingerol)可以減輕嘔吐。在當今時代，薑以抗發炎與抗氧化劑特性著稱。

葉黃素與玉米黃質 Lutein and Zeaxanthin

葉黃素與玉米黃質是植物化合物，存在於我們的眼睛與大腦部位。眼睛的高含量葉黃素與玉米黃質與認知功能和大腦活動有直接的關係。一般認為，葉黃素與玉米黃質有益認知功能與大腦活動，而大腦是人體脂肪比例最高的器官，很容易受到氧化壓力的摧殘，葉黃素與玉米黃質則可降低造成大腦老化的氧化壓力(oxidative stress)與慢性發炎，而且因為葉黃素是脂溶性營養素，容易聚集在大腦。葉黃素與玉米黃質對認知功能與大腦活動最大的好處之一是，它們可幫助神經可塑性(neuroplasticity)，或大腦因應記憶或經驗產生和重組神經路徑的能力。

電子產品的藍光，尤其在夜晚時，對我們的健康有害。舉例來說，藍光會抑制褪黑激素(melatonin)的分泌，干擾我們的生理時鐘，可能會造成肥胖。葉黃素與玉米黃質因

服用銀杏精的方法

- 每天服用2顆。進餐時服用最佳。
- 懷孕與哺乳婦女不宜服用。
- 服用抗凝血/抗血小板藥物、糖尿病，或高血壓藥物者，服用前請先諮詢健康醫療人員。
- 兒童不宜服用。
- 開瓶後關緊瓶蓋，並存放在涼爽、乾燥、陰暗的地方。不要放冰箱。
- 存放遠離孩童可及之處。

過濾高能量藍光的能力而被研究；藍光會造成眼眼睛最活躍的部分視網膜的傷害。除了過濾藍光電波之外，每個眼科學會已注意到這些化合物維護健康眼睛細胞的能力。

問與答

那些人應該使用銀杏精？

任何想要保持心智敏銳度與視力的人應該考慮使用銀杏精。

那些人不應該使用銀杏精？

懷孕與哺乳婦女，以及兒童不宜服用銀杏精。如果服用血液稀釋劑或接受手術者，請諮詢健康醫療人員。如果您有濕性黃斑部病變(wet macular degeneration)的話，請不要服用銀杏精。有患膽結石(gallbladder stones)風險者，服用本產品前請先向醫生諮詢。

有任何的副作用嗎？

非常罕見。有些服用銀杏的人有胃或腸道不適、頭痛或皮膚過敏反應。

行銷商資料：