บอกรักผู้ใหญ่รับตรุษจีนด้วยวิตามินเสริม

ช่วงเทศกาลตรุษจีนเป็นอีกหนึ่งช่วงเวลาดีๆ ของปี ที่ครอบครัวและญาติสนิทจะได้มาพบปะสังสรรค์และรวมตัวกันทำกิจกรรมต่างๆ และโดยธรรมเนียมปฏิบัติ ลูกหลานก็มักจะแสดงออกถึงความเคารพรักผู้หลักผู้ใหญ่ในครอบครัวด้วยการให้ซองอั่งเปาในวันสำคัญเช่นนี้ แต่นอกเหนือจากการให้อั่งเปาแล้ว ยังมีอีกวิธีหนึ่งที่ลูกหลานสามารถใช้เป็นสื่อแทนความรักความห่วงใย พร้อมกับสร้างความประทับใจให้ผู้ใหญ่ของครอบครัวได้ดีไม่น้อยไปกว่ากันเลย นั่นก็คือการแสดงออกถึงความห่วงใยในสุขภาพและการเอาใจใส่ในเรื่องของสารอาหารเสริมเพื่อให้ผู้มีพระคุณของครอบครัวได้มีสุขภาพที่แข็งแรงยิ่งขึ้น

เภสัชกรหญิง ภัชราพร ปิ่นสอาด จากร้านเพื่อสุขภาพและความงามวัตสัน กล่าวว่า “เมื่ออายุมากขึ้นเรื่อยๆ วิตามินเสริมก็กลายเป็นสิ่งจำเป็นที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะเป็นช่วงวัยที่ร่างกายต้องการวิตามินเสริมมาทำหน้าที่แทนกลไกของร่างกายที่อาจผลิตสารอาหารจำเป็นไม่เพียงพอต่อความต้องการ ดังนั้น คงจะดีไม่น้อยถ้าลูกหลานได้เลือกวิตามินต่างๆ ที่เหมาะกับความต้องการของร่างกายของผู้ใหญ่ในครอบครัว”

การเข้าใจถึงประโยชน์ต่างๆ ของวิตามินและอาหารเสริมอันหลากหลายก็จะช่วยเป็นแนวทางในการเลือกวิตามินได้เป็นอย่างดี

สารสกัดใบแปะก๊วย – เพิ่มประสิทธิภาพของสมองได้ด้วยสารสกัดจากใบแปะก๊วย ซึ่งมีส่วนช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือดในสมอง ป้องกันการเสื่อมของเซลล์สมองจากการถูกทำลายด้วยอนุมูลอิสระ อีกทั้งปกป้องเซลล์ประสาทจากการขาดอ๊อกซิเจน และยังมีส่วนทำให้ผนังหลอดเลือดแดงยืดหยุ่นและแข็งแรง

เภสัชกรหญิง ภัชราพร แนะนำว่าหากผู้ใหญ่ของครอบครัวยังคงต้องทำงานและรู้สึกได้ถึงความเหนื่อยล้าของสมองและร่างกาย สารสกัดใบแปะก๊วยก็นับเป็นวิตามินที่จำเป็น

อีฟเวนนิง พริมโรส ออย (Evening Primrose Oil) – เป็นกรดไขมันจำเป็นซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของเซลล์ผิวหนัง ช่วยป้องกันการสูญเสียน้ำของเซลล์ผิว ปรับสภาพผิวที่แห้งกร้านให้ ชุ่มชื่น ลดริ้วรอย นอกจากนั้น ยังช่วยบรรเทาอาการปวดประจำเดือนและอาการผิดปกติของช่วงหมดประจำเดือนได้ดีอีกด้วย

ฟิช ออย (Fish Oil) – เป็นสารประกอบของกรดไขมันกลุ่มของโอเมก้า 3 ที่ร่างกายสร้างเองไม่ได้ ซึ่งมี 2 ชนิด ได้แก่ EPA ที่ช่วยลดไตรกลีเซอร์ไรด์ในเลือด ป้องกันการอุดตันของหลอดเลือด และ DHA ซึ่งช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางสมอง ความจำ ตลอดจนระบบสายตา นอกจากนั้นแล้ว เภสัชกรหญิง ภัชราพร ยังบอกว่า ฟิช ออยสามารถช่วยลดความดันโลหิต และทำให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น และยังบรรเทาอาการปวดข้อรูมาตอยด์และข้อเสื่อมซึ่งเป็นอาการที่ผู้สูงวัยจำนวนมากมักประสบอยู่อีกด้วย

แคลเซียม – เมื่อแคลเซียมในร่ายกายเสื่อมลง การเสริมแคลเซียมจึงเป็นเรื่องที่ไม่อาจมองข้าม แคลเซียมยังเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้ลิ่มเลือดจับตัวได้ดีขึ้น พร้อมกับช่วยการทำงานของกล้ามเนื้อและการเต้นหัวใจ และถ้าจะให้ดีควรทานแคลเซียมควบคู่กับวิตามิน เค ซึ่งจะช่วยให้ร่างกายดูดซึมแคลเซียมได้ดีขึ้น

วิตามินตัวสุดท้ายที่เภสัชกรหญิง ภัชราพร แนะนำก็คือ **เกรพซีด (Grape Seed)** – เต็มไปด้วยวิตามินสำคัญๆ ทั้งวิตามิน เอ ซึ่งมีส่วนช่วยในการมองเห็น และมีบทบาทต่อการสร้างเซลล์ใหม่ วิตามิน ซี ช่วยต้านอนุมูลอิสระ เสริมสร้างภูมิต้านทาน และบำรุงผิวพรรณ และวิตามิน อี ช่วยเสริมการทำงานของวิตามิน เอ และ ซี และปกป้องผิวจากรอยแผลและผิวอักเสบต่างๆ นอกจากนั้น สารสกัดจากเมล็ดองุ่นยังเป็นแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระ

เมื่อได้ทราบประโยชน์มากมายของวิตามินต่างๆ แล้ว ก็อย่ารอช้าที่จะเลือกผลิตภัณฑ์ที่เหมาะกับผู้ใหญ่ในครอบครัวสำหรับช่วงตรุษจีนที่กำลังจะมาถึงนี้ ร้านวัตสัน ผู้นำร้านเพื่อสุขภาพและความงาม มีผลิตภัณฑ์วิตามินและอาหารเสริมมากมายให้เลือกสรรในราคาที่เหมาะสม

———-

เอื้อเฟื้อข้อมูลโดย วัตสัน ร้านเพื่อสุขภาพและความงามสำหรับคุณ

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ

ศรน์โศภิน พุทธชาติเสวี / รัชดา กุลธนพานิช

ฮิลล์ แอนด์ นอลตัน ประเทศไทย

โทรศัพท์ 0 2627 3501 ต่อ 101, 108

โทรสาร 0 2627 3510