腸道的主要工作是消化及吸收營養素，並將廢物及有害的毒素帶走。都市人生活繁忙，經常出外飲食及多肉少菜的飲食習慣，令纖維攝取量不足。長期缺乏纖維會令腸道的蠕動緩慢，導致廢物及毒素囤積，大大影響腸道健康。

常見腸道問題

- 便秘
- 腹瀉
- 腸易激綜合症

腸道健康小測試

你是否:

- 糞便量少，既硬且乾？
- 排便須用力？
- 超過三日才排便一次？
- 曾經出現腹痛，並於排便後得以紓緩？
- 經常腹瀉？
- 腹瀉及便秘間歇性地出現？

清· 纖· 美是一個全面及全天然的排毒配方，有效促進腸道、心血管及皮膚的健康。

植物纖維組合

研究發現香港人每日平均纖維攝取量只有 8 克，相對於每日18－25克的建議攝取量不足五成。

每包含4克提取自香蕉纖維、植物膠質、瓜爾膠及果寡糖 (FOS)的水溶性纖維，佔全日超過兩成建議攝取量，是補充纖維的最佳選擇。

4 克纖維＝ 1/3杯紅腰豆或
1碗菠菜或
1個蘋果或
4杯提子

活性益生菌

每包含 6 億活性益生菌，保持腸道細菌平衡，助你輕鬆排毒

活性益生菌 Vs 乳酪或乳酸菌飲料

	活性益生菌	乳酪或乳酸菌飲料
益菌活性	經纖維素的保護，能有效到達腸臟，發揮功效	大部份被胃酸破壞，存活率低
糖份	每包0.2克	每杯約10-14克
熱量	每包32卡路里	每杯約90卡路里

水果酵素

能促進人體排毒、免疫系統及消化系統機能，提升新陳代謝及減輕體熱，使臉容更光滑和亮麗。

紅麴米

含有促進心血管健康的Monacolin K及卵磷脂。Monacolin K可抑制HMG-Co A還原酶之作用，從而抑制膽固醇的合成。而卵磷脂則能維護腦神經的健康及提升膽固醇的新陳代謝。

洛神葵

能增進腸胃的健康，提升肝臟排毒功能及平衡身體內的酸鹼值。

蒲公英

有清熱解毒、促進毛細血管循環和利尿的作用。

蔬菜及水果精華

包含多種蔬菜、小麥草、胡蘿蔔、海帶、西瓜及檸檬，含豐富維生素、礦物質及抗氧化營養。同時亦是強鹼食物，能中和身體的酸性及毒素。