

# xEO Mega® 菁萃能量魚油

## PRODUCT DESCRIPTION

dōTERRA 的菁萃能量魚油是以 CPTG Certified Pure Tested Grade™專業純正檢測認證精油、專利海洋複方及植物萃取必需脂肪酸。必需脂肪酸能幫助維護關節、心血管及腦部健康亦可有效提升免疫力\*。每份菁萃能量魚油能獲取 900 毫克的海洋脂質（其中含有 300 毫克的 EPA，300 毫克的 DHA 和 60 毫克其他種類的 omega-3 多元不飽和脂肪酸）以及 250 毫克由各種植物萃取出來的脂肪酸。菁萃能量魚油亦含有 20 微克的天然維生素 D，40 毫克的天然維生素 E 以及 1 毫克的純天然蝦紅素，此為一種從藻類取出的強效抗氧化之類胡蘿蔔素。菁萃能量魚油亦使用素食軟膠囊。

## 產品概念

必需脂肪酸(EFAs)是體內許多重要系統所需的養分，包含細胞成長、腦部發育、肌肉活性、免疫系統、關節健康等等。有些脂肪酸人體可自行製造，但「必需」脂肪酸則無法自行合成，因此我們需仰賴食物以攝取這些重要養分。

最常見的必需脂肪酸有 omega-6 和 omega-3 脂肪酸。當今科學指出為達最理想的健康狀態，人類應攝取一比一的omega-6 與 omega-3 脂肪酸。可惜的是，由於 omega-6脂肪酸大量存在於植物油中，我們又一直偏好油炸及高熱量食物，此種典型西方飲食習慣中 omega-6 脂肪酸與omega-3 脂肪酸的比例竟然是 20 比 1。為維持機能飲食中必需要omega-6 脂肪酸，但不正常比例的攝取及其他有害氫化油和反式脂肪都會危害健康。研究也顯示缺乏 omega-3 脂肪酸會導致情緒低落及影響認知功能。

不同於omega-6脂肪酸，大量的科學證據說明增加omega-3 脂肪酸的攝取能增進健康。研究顯示增加食用omega-3 脂肪酸對於心血管健康、腦部功能都有正面影響且增強免疫系統\*。多多攝取 omega-3 脂肪酸也被證實為關節健康、活動力和肌膚保養帶來正面功效\*。

恢復 omega-3 與 omega-6 脂肪酸的平衡是讓身體健康的關鍵步驟。藉由減少含有高量 omega-6 脂肪酸此類不良食物的攝取並增加富含 omega-3 脂肪酸食物的食用就能做到。魚類為豐富的 omega-3 脂肪酸之飲食來源，在芥花油以及其他堅果、種籽油類中也含有omega-3 脂肪酸。由於對海洋毒性與重金屬污染的顧慮，某些消費者並不考慮食用魚類做為omega-3 脂肪酸的來源。

的確也有許多營養專家警告少吃魚類以避免毒物進入體內。菁萃能量魚油每日服用量提供 900 毫克分離濃縮後高純度的海洋脂質，其中有 300 毫克的EPA，300 毫克的 DHA 和 70 毫克其他種類的omega-3 多元不飽和脂肪酸。另外再有 200 毫克植物萃取、富含 omega-3 的藍薊油以及 50 毫克的石榴籽油。



1

CPTG™ 專業純正檢測認證

\* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷、治療或防止疾病。

## CPTG Certified Pure Tested Grade™專業純正檢測認證精油

菁萃能量魚油也含有 dōTERRA 專利配方的專業純正檢測認證精油，完美搭配 omega-3 脂肪酸。丁香精油以及百里香精油的百里酚是強效抗氧化物，能產生抗氧化反應以此增強菁萃能量魚油的整體功效\*。精油配方能維護細胞對於氧化壓力的健康反應也能提升免疫力還可安定腸胃\*，使菁萃能量魚油兼顧身心健康。菁萃能量魚油內的精油也可作為天然防腐劑，omega-3 脂肪酸和脂溶性維生素因而不容易氧化與變質。

## 海洋煉油

dōTERRA® 使用來自海洋、全球最高等級的 omega-3 油品。每一批都必須接受 250 種污染物的檢驗且皆由歐洲享譽國際的「海洋之友」組織認證。

## ALA 和 SDA

菁萃能量魚油也含有一項非常特殊的植物油，來自藍薊(學名：Buglossoides arvensis)種子的藍薊油。我們的冷壓藍薊油提供高濃度的ALA和 SDA，身體很容易就能將兩者轉為EPA。ALA 和 SDA 都能促進心血管健康\*。植物內的 ALA 和 SDA 並不高再加上美國飲食蔬菜量也低，往往造成攝取不均。藍薊油也含有GLA，能維護關節、肺部及神經系統健康\*。

## 蝦紅素與維生素E

Omega-3 脂肪酸對於血液循環及腦部健康很重要。腦部由重要的脂質組成，此脂質也流動於血液循環中，很容易遭受自由基氧化的侵害。菁萃能量魚油含有強效抗氧化類胡蘿蔔素蝦紅素，能防止腦部及血液循環裡的脂質氧化\*。臨床實驗證明蝦紅素是一有效的抗氧化物且促進血液循環、照護眼睛健康、提升肌力和耐力、幫助肝臟與消化系統、保養肌膚以及強化免疫系統\*。

菁萃能量魚油的蝦紅素是以高標準程序從乾淨水源及充足陽光養殖出的微藻類中萃取而來。微藻產生蝦紅素是為抵抗紫外線照射造成的氧化而有的防禦機制。微藻從淺綠色轉變成暗紅色。蝦紅素在此過程中被萃取、分餾出來，再通過檢測確保其功效。在原有的抗氧化精油外，蝦紅素結合天然維生素 E 一同加強血液循環與體內系統的抗氧功效\*。

## 維生素D

菁萃能量魚油也含有 800 國際單位(IU)的天然維生素 D。維生素D為脂溶性維生素在特定食物中才能攝取，像是魚、牛肝、起司、蛋黃和添

加維生素 D 的乳製品。人體照射陽光後也可自行合成。維生素 D 在骨骼健康與成長上扮演相當重要的角色\*。連同菁萃能量魚油內的 omega-3 脂肪酸雙管齊下，維生素 D 也能促進免疫系統健康以及幫助抵抗氧化壓力\*。

## 菁萃能量魚油

菁萃能量魚油是一種攝取 omega-3 脂肪酸和其他脂溶性維生素的創新方式，這些養分除了提生身體機能外\*，還可幫助增強血液循環、腦部健康\*和達到免疫系統最佳狀態。此獨特脂溶營養配方使用小顆素食軟膠囊。菁萃能量魚油適合與 Microplex VMz®全方位綜合維生素和 Alpha CRS+®賦活植物精華搭配使用，做為增進活力與健康的完整膳食補給根基\*。

## 主要功效

- 促進心血管健康\*
- 維護關節舒適與健康\*
- 提供強化免疫力的營養\*
- 防止脂質氧化及維護腦部、雙眼\*與神經系統之健康\*
- 保養肌膚
- 提供 900 毫克分離濃縮後的海洋脂質，其中含有 300 毫克的 EPA，300 毫克的 DHA和 65 毫克其他種類的 omega-3 多元不飽和脂肪酸
- 擁有多種不同的 omega-3 多元不飽和脂肪酸，包含來自海洋及植物的 EPA，DHA，ALA 和 SDA，幫助維持這些重要營養的健康平衡\*
- 含有強大功效的抗氧化類胡蘿蔔素萃取的蝦紅素\*
- 添加 dōTERRA 專利配方的 CPTG Certified Pure Tested Grade™專業純正檢測認證精油，包括丁香、乳香、百里香、茴香、野橘、薄荷、薑、藏茴香和德國洋甘菊精油
- 富有 20 微克的維生素 D 和 40 微克的天然維生素 E
- 不含牛奶與小麥製品
- 特別設計與 Microplex VMz 全方位綜合維生素和賦活植物精華搭配使用，做為增進活力與健康的完整膳食補給根基\*

## 保存方式

存放於陰涼乾燥處，以防止太陽照射造成蝦紅素氧化。

## 使用方式

成人食用，每日 4 顆膠囊與餐一同服用。菁萃能量魚油設計與 Microplex VMz 全方位綜合維生素和 Alpha CRS+賦活植物精華每日一同食用。

## 問與答

**Q: 菁萃能量魚油是否需放置冰箱儲存？**

**A:** 菁萃能量魚油能於常溫中儲存。不過放置冰箱能延長保存期限或是確保脆弱的omega-3脂肪酸發揮最大功效。

**Q: 菁萃能量魚油是否需和食物一同食用？**

**A:** 菁萃能量魚油需在正餐前或是與正餐一同服用

**Q: 菁萃能量魚油是否素食者也可食用？**

**A:** vEO Mega<sup>®</sup>素食魚油是另一款適合不食用動物性成分的消費者。

**Q: 是否能以菁萃能量魚油代替 IQ Mega<sup>®</sup>魚油讓孩童食用？**

**A:** 可以讓孩子安心服用菁萃能量魚油但用量必須減半。IQ 魚油其實提供更多的 omega-3 脂肪酸利於孩童此階段的發育成長。如有任何問題，請諮詢您的兒科醫生。

**Q: 如果已食用 IQ 魚油，是否還需再使用菁萃能量魚油？**

**A:** 兩者擇一即可。

**Q: 菁萃能量魚油使用哪些魚種及其來源？**

**A:** 菁萃能量魚油來源有許多，其中以秘魯沿海出產的鯷魚、沙丁魚和鯖魚為主。

**Q: 為何我需要攝取魚類與植物的油酸？**

**A:** 每種各自提供有效且持續的 omega-3 脂肪酸來源。身體能將 ALA 和 SDA (植物類) 轉變成 EPA 和 DHA，但是依照每個人體質不同情況也不一樣。EPA 和 DHA 對體內細胞來說相當重要\*，海洋脂質\*則提供高濃度的omega-3 脂肪酸。xEO Mega<sup>®</sup>菁萃能量魚油提供你來自海洋與陸地雙重的營養，全面攝取以利這些重要營養於體內達成平衡。\*

## 建議搭配產品

- Microplex VMz<sup>®</sup>全方位綜合維生素
- Deep Blue Polyphenol Complex<sup>®</sup>舒緩口服多酚
- Mito2Max<sup>®</sup>能量耐力複方
- PB Assist+<sup>®</sup>益生菌防護膠囊

## 相關研究

- Ambati, Ranga Rao et al. "Astaxanthin: Sources, Extraction, Stability, Biological Activities and Its Commercial Applications—a Review." *Marine Drugs* 12.1 (2014): 128–152.
- Calder, Philip C. "N-3 Fatty Acids, Inflammation and Immunity: New Mechanisms to Explain Old Actions." *The Proceedings of the Nutrition Society* 72.3 (2013): 326–336. NCBI PubMed. Web.
- Chang, Chia-Yu, Der-Shin Ke, and Jen-Yin Chen. "Essential Fatty Acids and Human Brain." *Acta Neurologica Taiwanica* 18.4 (2009): 231–241.
- Connor, W. E. "Importance of N-3 Fatty Acids in Health and Disease." *The American Journal of Clinical Nutrition* 71.1 Suppl (2000): 171S–5S.
- Lichtenstein, Alice H. et al. "Diet and Lifestyle Recommendations Revision 2006 A Scientific Statement From the American Heart Association Nutrition Committee." *Circulation* 114.1 (2006): 82–96.
- Pan A, Chen M, Chowdhury R, et al. "α-Linolenic acid and risk of cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis." *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2012;96:1262–1273.
- Horrobin, D. F. "Loss of Delta-6-Desaturase Activity as a Key Factor in Aging." *Medical Hypotheses* 7.9 (1981): 1211–1220.
- Higuera-Ciapara, J., L. Félix-Valenzuela, and F. M. Goycoolea. "As taxanthin: A Review of Its Chemistry and Applications." *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* 46.2 (2006): 185–196.
- Huang YM, Yan SF, Ma L, et al. "Serum and macular responses to multiple xanthophyll supplements in patients with early age-related macular degeneration." *Nutrition*. 2013;29:387–392.

\* 以上醫稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷、治療或防止疾病。

Kuhnt, Katrin et al. "Dietary Echium Oil Increases Long-Chain n-3 PUFAs, Including Docosapentaenoic Acid, in Blood Fractions and Alters Biochemical Markers for Cardiovascular Disease Independently of Age, Sex, and Metabolic Syndrome." The Journal of Nutrition 144.4 (2014): 447-460.

Minihane AM. "Fish oil omega-3 fatty acids and cardio-metabolic health, alone or with statins." European Journal of Clinical Nutrition. 2013;67:536-540.

Stough, Con et al. "The Effects of 90-Day Supplementation with the Omega-3 Essential Fatty Acid Docosahexaenoic Acid (DHA) on Cognitive Function and Visual Acuity in a Healthy Aging Population." Neurobiology of Aging 33.4 (2012): 824.e1-3.

## 營養標示

每份食用量4顆  
本包裝含30份

	每份含量	每日所需營養百分比
卡路里	15	
總脂肪	1.5 克	2%*
膽固醇	2 毫克	1%*
維生素 A (β-胡蘿蔔素)	600 微克	100%*
維生素 D (膽鈣化醇)	20 微克	67%*
維生素 E (d-a & 混合生育酚)	40 毫克	267%*
海洋油和植物油混合物	1134 毫克	**
EPA (魚油的二十碳五烯酸)	300 毫克	**
DHA (魚油的二十二碳六烯酸)	300 毫克	**
其他 Omega 3 (魚油)	65 毫克	**
†Ahiflower® (Buglossoides arvensis) 種子油	200 毫克	**
阿爾法亞麻酸 (ALA)	79 毫克	**
硬脂酸來自 (SDA)	31 毫克	**
伽瑪亞麻酸 (GLA)	8 毫克	**
石榴籽油	50 毫克	**
葉黃素 (萬壽菊)	3 毫克	**
蝦青素 (綠藻雨生紅球藻油樹脂)	1 毫克	**
玉米黃質 (萬壽菊)	1 毫克	**
番茄紅素 (番茄果實提取物)	1 毫克	**
CPTG®專業純正檢測認證精油配方:	120 毫克	
丁香花芽、乳香樹脂、百里香、茴香籽、野橘皮、薄荷植物、生薑根、藏茴香籽和德國洋甘菊花/葉/莖		

\*百分比以每日2000大卡攝取量為基準值  
\*\*每日基準值未規定

其他成分：改性食用澱粉、甘油、麥芽糖醇糖漿、角叉菜膠、水、向日葵油、紅花籽油、橄欖油、迷迭香提取物、抗壞血酸棕櫚酸酯、向日葵卵磷脂、檸檬皮精油。

包含的魚類 (沙丁魚、鳳尾魚、鯖魚)

專為 dōTERRA 製造 dōTERRA Intl, LLC, 389 S 1300 W Pleasant Grove, UT 84062, U.S.A. [www.doterra.com](http://www.doterra.com) For Customer Support, call 800-411-8151

使用方式：每日 4 顆膠囊與餐一同服用。

注意事項：置於孩童伸手不及處。懷孕、哺乳或接受治療者，請先諮詢醫師再使用。如發現安全密封破損或丟失，請勿使用。

請存放在陰暗、涼爽、乾燥的地方。

†Ahiflower® 是 Natures Crops International 的註冊商標

警告：意外過量服用含鐵產品是導致 6 歲以下兒童致命中毒的主要原因。請將本產品放在兒童接觸不到的地方。如果意外服用過量，請立即致電醫生或毒物控制中心

### xEO MEGA®菁萃能量魚油

120 顆裝

產品編號：60219195

會員價：\$49.50

零售價：\$66.00

PV: 49.5

\* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷、治療或防止疾病。