

真正的健康是： 生命力旺盛、身心平衡及常保心情愉快

由體內創造健康與美麗

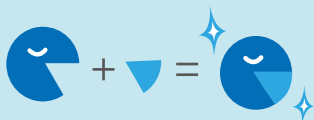
人類欲維持健康或年輕，體內平衡（體內環境之恆常性）扮演著相當重要的角色，身體各器官或機能會緊密地相互聯繫及支援，以調整、維持體內平衡。

其作用包括幫助食物或水，消化及吸收的「酵素」作用，其次是防止細菌或病毒等異物入侵身體的「免疫」作用，接著是防止血液或腸道等不乾淨或受損的「淨化」或「排泄」作用。但最重要的是彼此互相協調及正常運作，方能保持身體健康。

使身體健康的力量【4大體內平衡(homeostasis)】

酵素之活性

我們將促進體內酵素活性化、將發揮作用的維生素及礦物質，稱為「輔酵素」。體內因酵素作用而進行分解或合成，而酵素因輔酵素而活性化，於人體中「微量礦物質」在此扮演極重要的角色。



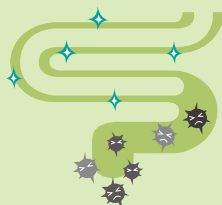
免疫細胞之活性

免疫力是對抗疾病，每日精力充沛的力量來源，若免疫力下降或不正常，可能導致肌膚粗糙、容易感冒、過敏，甚至癌症等各種疾病而對健康及美麗造成威脅。



正常排泄

若腸道正常運作、每天排便順暢，建立完善的腸道環境便能將對身體有害的壞菌或有害物質隨著糞便排出體外。



血液淨化

血液將生命動力來源一氧氣及營養素運送至身體每個角落，因此，若血管或血液不健康，便無法維持全身的健康。

