

曾女士调理建议（第三次）

一、 饮食调整

1、避免慢性食物过敏，请仔细阅读检测报告结果并严格按照建议摄食。在外就餐或食用加工食品时请留意是否含有慢性不耐受食物成分。

慢性食物过敏：

1.1. 高度：啤酒花。

调整建议：三个月内严格禁食，之后的三个月内每隔 4 天吃一次，九个月后若复查结果转阴性即可恢复正常摄食。

1.2. 中度：椰子、螃蟹。

调整建议：六周内严格禁食，之后的三个月内每隔 4 天吃一次，九个月后若复查结果转阴性即可恢复正常摄食。

1.3. 轻度：小米、山羊奶、卷心菜、姜、羊肉、蔗糖、柠檬黄。

调整建议：三个月内每隔 4 天吃一次，九个月后若复查结果转阴性即可恢复正常摄食。

二、 药物使用方案（请到药房自行购买）

盐酸小檗碱：每次 0.3g，每天 2 次。餐前服用。

三、 调理方案



2021-6-22	甲状腺综合支持胶囊	Pu 肠道肝脏排毒配方	综合 B 族维生素	消化酶	免疫日常支持	KL 益生菌胶囊	抗炎鱼油 975	JK 肠道综合修复	NR 复合维生素
早		随餐 1 粒	随餐 1 粒		随餐 1 粒	餐前 1 小时 1 粒		餐前 1 小时 1 勺	随餐 1 粒
中	随餐 1 粒			随餐 1 粒			随餐 1 粒		
晚		随餐 1 粒	随餐 1 粒	随餐 1 粒	随餐 1 粒				随餐 1 粒
睡前						空腹 1 粒		空腹 1 勺	
备注	1、KL 益生菌胶囊、肠道修复素，不可以与任何食物和饮料同服。 2、JK 肠道综合修复不可用超过 40 度水冲调，不可以与任何食物和饮料同服。								

四、 营养素功效

1、甲状腺综合支持：多种腺体、矿物质和植物配方，支持甲状腺荷尔蒙的产生，支持健康的甲状腺功能。碘和酪氨酸是甲状腺荷尔蒙合成的关键成分。硒有助于维持甲状腺细胞新陈代谢及三碘甲状腺氨酸和甲状腺素的功能。用于支持和增强甲状腺细胞正常新陈代谢以及甲状腺功能的健康。

2、PU 肠道肝脏排毒配方：增加组织中谷胱甘肽水平具有抗氧化功能，还可以与重金属结合，必需氨基酸帮助维持排毒途径，使其更容易从体内清除；朝鲜蓟、水飞蓟促进肝脏健康的血压流动，提高二期酶的活性，提高二期排毒以及结肠、胃和肝细胞；谷氨酰胺可以限制通过肠屏障进入身体其它部位的毒素数量，支持肠道完整性。

3、综合 B 族维生素：维生素 B 在人体几乎所有的生理系统中都扮演着重要的角色。维生素 B 的最佳水平与细胞、心血管、神经和心理健康有关。对基底线粒体功能起着重要作用，作为代谢辅酶，在能量生产和营养代谢中起着关键作用，可以帮助体内脂肪的燃烧，是将体内脂肪转化为能量的重要营养成分。维生素 B 在促进 DNA 合成和健康甲基化方面也起着关键作用。甲基化是基因表达和细胞功能的关键调控器。健康的甲基



化对细胞健康、DNA 合成、激素和神经递质产生和能量代谢至关重要。帮助肝脏解毒功能。细胞形成和再生，减少恶性贫血。

4、消化酶：提供各种形式的消化酶，包括脂肪酶、蛋白酶、淀粉酶、纤维素酶等，全面的的支持蛋白质、脂肪、碳水化合物及纤维的消化，改善各种消化不良引起的腹胀、腹痛、腹部不适。减少抗原经过胃肠吸收进入血液，减少食物不耐受的发生。激活胃酸分泌促进胃消化，支持宏观营养素的消化，并增强营养成分的吸收；改善消化不良的症状，帮助人体彻底地分解食物，最大限度吸收营养。

5、免疫日常支持：促进健康的免疫反应并在细胞水平上防御异物，具有多种免疫支持。在白细胞内产生活性氧，用于杀死入侵的微生物。具有强抗氧化功能，在细胞因子的分泌和调解中发挥作用。改善免疫反应中多种干扰素和白细胞介素之间的平衡，增强抗体分泌。

6、KL 益生菌胶囊：提供肠道保护，维持肠道正常菌群，调节免疫机制，预防控制过敏反应。益生菌可以促进消化吸收，改善肠胃功能，保持菌群平衡，产生乳酸，创造一个不利于有害细菌生长的酸性环境。并且它能够生成过氧化物 (H_2O_2)，阻止外界有害细菌的侵入，还会促进自身抗体的生成，白细胞活性增加，激活免疫细胞的吞噬作用。加速新陈代谢，排出体内有害物质，维持肠道正常菌群。保证肠道健康。

7、抗炎鱼油 975：帮助身体产生特殊的消炎脂质介质，如消退素和保护素；支持健康的神经系统；增强大脑功能，EPA 能畅通血管；有助于保持血管畅通，预防血栓产生，阻止中风或心肌梗塞的发生；清除血液中堆积的脂肪，预防动脉硬化及阻止末梢血管阻塞的发生。DHA——健脑益智：是大脑细胞形成、发育及运作不可缺少的物质基础，可以促进、协调神经回路的传导作用，以维持脑部细胞的正常运作。用脑过度的学生及上班族适当补充 DHA 可以增强记忆力、集中注意力与提高理解能力，而老年人补充 DHA 则有助于活跃思维，预防老年痴呆症。

8、JK 肠道综合修复：综合配方支持谷氨酰胺在应激期间和应激后的补充；支持肠道健康和肠道屏障完整性；支持胃肠道内皮功能的完整性；支持健康免疫功能；含硫化物支持健康的炎症反应以及细胞壁结构的完整性和渗透性。芦荟有助于有益菌的生长，槲皮素通过稳定肠道细胞支持健康的炎症反应。增强解毒排毒和抗氧化功能。

9、NR 复合维生素：营养素均衡配比，补充多种维生素和矿物质，均衡细胞营养，维持细胞基本功能。增强维生素和矿物质的协同活性。为机体多种活动提供微量营养元素基础，是健康的保证，提供抗氧化保护支持，支持排毒。增强自我调控、自我诊断、自我修复，对抗感染的能力。维生素、矿物质、微量元素和其它营养物质的比例精确。每种被选中的成分都有被考虑到与其它营养的竞争性，吸收的安全性及是否存在潜在的过敏性。某些营养元素如 β -胡萝卜素，维生素 C、维生素 E 和复合维生素 B，因为它们在能量的产生，对细胞有高效的抗氧化作用，维持血细胞的健康，保护神经系统，帮助保持荷尔蒙的平衡和其它更多的功能。