

淺談眼睛的營養

任何年紀的人在看電視或電腦螢幕一段時間後，都會有眼睛疲勞、乾澀、紅絲、不適的現象。身體的老化也會產生眼睛黃斑退化、白內障及肌肉病變（視野模糊或出現盲點）。

近代的種種醫學實驗及臨床發現，很多眼睛毛病在補充一些天然草本植物所含的營養素後，就可以得到很大的改善（但關鍵在於是否有足夠的量及正確有效的比率）。

爲了眼睛健康明亮，時時補充主要營養素是必須的，美加健公司特將以前所知的營養素、維他命 A、B 群、C、E 等，再加上最近研究發展出的新營養素，如可幫助預防、治療青光眼、白內障的 Bilberry，補腎明目的枸杞子、改善多淚的 Eyebright（小米草），及帶給視網膜、黃斑內視桿細胞及視錐細胞特別保護的色素營養「金花素」組合，構成 Mega Care Inc. 的明眼素配方。

市面上保護眼睛的產品一般大多只含有一到三種明眼素所含的成份，而且明眼素的成份比率與原料篩選、品質管制，皆無其他同類產品可以與之相提並論。

明眼素的主要成份包括：金花素 Lutein or Marigold Extract、山桑子 Bilberry Extract、小米草 Eyebright、枸杞子 Lycii、胡蘿蔔素 Beta Carotene、葡萄糖酸鋅 Zinc Gluconate。

茲說明如下：

金花素 Lutein：由黃菊花萃取精煉而成。保留其主要有用成份。在美國一九九二年的 Arch Ophthalmol 眼科雜誌發表 Lutein 對防止 Armd Age Related Macular Degeneration（年齡性的斑點老化）有很大的幫助。在美國多年臨床發現，除對眼睛的營養補充外，也有抗氧化與改善白內障與其他眼疾的功用。

山桑子 Bilberry：是保護珍貴的眼睛少數已知有效的成分之一。山桑子含有生物學稱爲花色素（Anthocyanides）的活性物質，其可加速視紫質（Visual Purple）的重生能力以發揮夜視能力。二次世界大戰期間，英國空軍飛行員發現食用山桑子果醬可增加夜視能力。後來的研究發現山桑子的萃取物功效最佳。山桑子萃取物需用歐洲的原料與實驗室化驗足量有效成份才有大的功能。

枸杞子 Lycii：是中醫所謂的滋補肝、腎、益精明目的有名中藥。其中含有豐富的維他命 B 群、C、胡蘿蔔素等。

小米草 Eyebright：是歐美自古以來一直使用的眼睛保養品。含有豐富的維他命與礦物質，是眼睛所需的營養素。多食用可改善眼睛多淚、不適與眼睛對光敏感。

明眼素是由以上主要成份與其他維他命、礦物質，經研發製造而成。其原料來源與成份的比率皆經研發過程來確定，明眼素的眼睛保健功能，也適用於各年齡層。不過如果孕婦、嬰兒仍最好告知家庭醫師，以便隨時注意突發稀有問題。

本文由美加健公司公司提供，美加健公司為美國衛生部登記核准之生產工廠，有先進的實驗室與高科技的各種化驗設備，除代為美國各大主流市場客戶生產加工外，並由公司數位博士，藥劑師共同研發多項獨家優秀功能性配方，多項有關健康資訊備索，讀者若有有關健康的問題，歡迎去電(626)279-5789 或函至 2602 Loma Ave., S. El Monte, CA 91733 洽詢。