

• 享受終生健康的骨骼

1. 骨是一個有生長的組織

骨骼堅硬可形成人體的支架。一個人大概有200塊大小和形狀不一的骨塊以形成人體的支架，形狀和提供對人體主要器官的保護。骨骼除了是一個生長的組織外，骨骼亦是一個非常活躍的器官。骨骼的生長在不斷的循環。因此極需要有足夠的養份保持強壯。

2. 骨骼是怎樣形成

骨骼主要成分不單只是鈣。骨骼的形成主要是靠蛋白質及其它重要的原料如骨膠原。膠原纖維提供有機網給鈣質，磷質依附，帶有機網體產生變化形成氫氧基磷灰石結晶。而形成骨骼的硬度。

3. 為何骨骼需要養份

保持骨骼細胞健康及活躍。

提供養份給有機網體

提供足夠原料輔助礦物質依附有機網體

有良好的生活及飲食習慣，完整基因，一生一世可享有健康的骨骼

4. 濃縮微晶體氫氧基磷灰石鈣 Microcrystalline Hydroxyapatite Concentrate (MCHC)

MCHC 比單靠服用鈣片更為有效幫助骨骼。MCHC

隨能提供鈣質，還有磷質，鎂質，

還有鋅及錳質，蛋白質及其他有機份子。

蛋白成份亦為骨骼形成的重要分子。還可預防骨骼過早分解以及老化。健康的骨骼包含各種不同的礦物質

。只要缺少某一種礦物質都會影響骨骼的成長以及健康。鈣質固然重要，但其他礦物成份亦非常重要。MCHC能提供骨骼更完整的養份。

5. MCHC 好處

良好的飲食習慣及足夠的運動加上MCHC均可防止骨質疏鬆疾病減低關節炎的形成。

提供鈣質及維他命D 以幫助吸收

含有骨膠蛋白及軟骨膠硫素。

更有磷質，氧化物，錳質，鐵質，銅質，鎂質等主要礦物

6. 注意MCHC的純度

可能市面上亦有含有所謂氫氧基磷灰石的保健產品。
但大多不是經過濃縮處理的微晶體氫氧基磷灰石，其純度便有所懷疑。純度是主要影響吸收及功效的關鍵。所以必須正確選擇擁有先進實驗室及研究部門的有名大藥廠的產品。

7. 各種鈣片的優劣

種類

MCHC 優點 -鈣質來源-易吸收-完整有機礦物營養

缺點-無

25%鈣

鈣單酸Calcium Citrate 優點-易吸收-可減輕患上腎石-消化不良患者亦容易吸收。 缺點 -非完整有機礦物成份。

24%鈣

鈣氨酸鹽 Calcium Aspartate -易吸收 -非完整有機礦物成份。

20%鈣

鈣氨基酸螯合 Cal Amino -易吸收 -非完整有機礦物成份。

10%-20%鈣 Acid Chelate -常錯誤地由豆中抽取。

鈣抗壞血酸鹽 Cal Ascorbate -易吸收 -非完整有機礦物成份。

10%鈣 -非帶酸維他命C的來源。

鈣乳酸 Calcium Lactate -易吸收

-非完整有機礦物成份。

15%鈣 -可能含有奶或西孝母菌成份 做成敏感。

鈣碳酸鹽 Calcium Carbonate-最便宜鈣質來源 -非完整有機礦物成份。

40%鈣 -對一些消化不良的人會

難以吸收。

-解酸葯可能會影響消化

其吸收並產生胃氣。

含骨質食品 -含有大量有機礦物 -可能含有高鉛， 鎘， 砒

39%鈣 霜（三氧化砒）等毒素

（鯊魚骨） -有機物質會被煮食時高溫所破壞。

以上資訊由黃志源脊骨神經專科醫師提供。
關於各種不同的 **Microcrystalline Hydroxyapatite Concentrate** 保健藥物，請諮詢有關醫師

(一切內容保留版權。)