

認識你的「鎂」



失眠、疲勞、精神緊張...分鐘與鎂不足有關！鎂是一種能「放鬆神經」的礦物質，除了協助製造有催眠作用的褪黑激素(Melatonin)之外，也能促使大腦釋放足夠的血清素和GABA，令大腦得到放鬆，從而改善失眠問題。



曾有一項發表於《醫學科學研究期刊》的雙盲臨床試驗發現，患有睡眠障礙或失眠的老年人連續8周補充500mg鎂後，他們的睡眠時數、睡眠質素、血液中的褪黑激素含量，以及入睡時間等都有明顯改善！



提供全面解決方案

營養師諮詢服務

「醫療級別」營養補充品

排毒養生

天然茶療

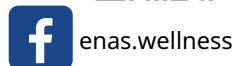
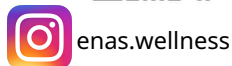
特選檢測項目



安全

無副作用

通過品質及安全測試



Endless

ENAS

wellness



Sleeping Beauty

睡「鎂」人



改善睡眠質素

舒緩肌肉緊張

為什麼吃鎂會腹瀉？

單一的鎂不能被身體完全吸收

不同形式的鎂，吸收率也有差別。一般飲食中的鎂吸收率約20-30%，雖然綠色葉類蔬菜的吸收率稍微較高（約40-60%），但它們本身所含的草酸及植酸又會大大降低鎂的吸收率。因此，鎂必須與另一種元素結合才能提高其穩定性，同時將吸收率提昇至最高。

	氫氧化鎂	碳酸鎂	蘋果酸鎂	甘氨酸鎂
生物利用率	10%	30%	70%	80%

Sleeping Beauty 特意使用了專利技術《The Real Amino Acid Chelate System》，將氧化鎂和甘氨酸鎂結合，從而提升鎂的生物利用度和溶解度，確保鎂能真正被腸道吸收和利用。

產品五大功效



改善睡眠質素



舒緩肌肉崩緊



有助強化骨骼



增加胰島素敏感度
維持血糖穩定



有助降血壓

「雙」甘氨酸鎂專利技術

- ✓ 天然存在於人體當中
- ✓ 不會導致腸胃不適或輕瀉等副作用
- ✓ 為分子最小的礦物螯合物
- ✓ pH值低，容易被腸道吸收
- ✓ 型態穩定，生物利用率高
- ✓ 有助合成肝臟解毒劑GHS
- ✓ 有助提升身體抗氧化指數

鎂與失眠



壓力會消耗體內大量的鎂



當鎂不足時
能量便無法釋放



連帶產生急躁、
緊張、易怒等情緒



身此時身體會釋放
大量腎上腺素



同時令肌肉
變得崩緊



從而導致失眠



市場獨有專利鎂配方
一天兩粒 睡得更安心



成份

鎂（為專利雙甘氨酸鎂及氧化鎂） 100mg



特別適合人士

睡眠質素不佳或入睡困難
運動員或肌肉崩緊
維持心血管健康
強化骨骼及密度
手脚冰冷
小腳經常抽筋



食用方法

成人每日1-3 粒

