

# Dapatkan Spektrum Lengkap Asid Lemak Omega-3

## Manfaat Spektrum Lengkap Asid Lemak Omega-3



### Seperti Yang Terdapat Di Dalam Ikan

Walaupun badan pengawalseliaan kesihatan menyarankan pengambilan sekurang-kurangnya 2-3 hidangan ikan setiap minggu, ramai orang berada dalam dilema kerana ikan sering terdedah kepada pelbagai jenis logam berat dan pencemaran laut yang meningkatkan risiko terhadap kesihatan.

**Dengan mengambil spektrum lengkap omega-3, ia membekalkan badan anda dengan semua asid lemak penting**

seperti yang ada di dalam ikan, menjadikan minyak ikan sebagus ikan!



### Penyerapan yang lebih baik

Terdapat minyak ikan yang mengalami pengubahsuaian struktur untuk mengandungi hanya EPA dan DHA. Walaubagaimanapun, pelbagai penyelidikan mencadangkan bahawa minyak ikan dengan **spektrum lengkap omega-3 dalam bentuk semulajadi mempunyai penyerapan yang lebih baik** berbanding dengan yang telah diubah secara struktur.<sup>1</sup>



### Meningkatkan Keberkesanan

Para penyelidik telah mendapati bahawa subjek yang mengambil spektrum lengkap omega-3 semulajadi mempunyai tahap omega-3 yang lebih tinggi beredar dalam darah berbanding dengan mereka yang menggunakan omega-3 yang telah diubahsuai strukturnya.<sup>1,2</sup> Kajian ini membuktikan bahawa **pengambilan spektrum lengkap minyak ikan memberi anda keberkesanan optimum** untuk meraih manfaat omega-3.

Minyak ikan adalah penting untuk kesihatan kita tetapi adakah kita tahu yang mana mengandungi kualiti terbaik minyak ikan? Spektrum lengkap omega-3 mengandungi bukan sahaja EPA dan DHA tetapi juga pelbagai jenis asid lemak omega-3 seperti ALA, SDA, ETA, HPA dan DPA, yang didapati dalam ikan segar tetapi tidak didapati dalam minyak ikan kerana proses pengendalian dan pengilangan yang kasar.



**Minyak ikan dengan spektrum lengkap omega-3 memastikan nilai pemakanan dan keberkesanannya, menawarkan anda sumber asid lemak omega-3 yang terbaik.**

Spektrum Penuh Omega-3	Fungsi	Minyak Ikan Shaklee	Jenama Lain
Asid Eicosapentaenoic (EPA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengawal keradangan</li> <li>Melindungi jantung</li> <li>Mengawal peredaran darah</li> </ul>	✓	✓
Asid Docosahexaenoic (DHA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengawal keradangan</li> <li>Melindungi jantung</li> <li>Mengawalatur peredaran darah</li> <li>Memastikan fungsi sel yang sihat</li> </ul>	✓	✓
Asid $\alpha$ -Linolenic (ALA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengawal keradangan</li> <li>Boleh ditukar kepada EPA dan DHA.</li> </ul>	✓	✗
Asid Stearidonic (SDA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengawalatur kadar glukosa dan lipid darah yang sihat.</li> </ul>	✓	✗
Asid Eicosatetraenoic (ETA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menghalang keradangan dan mengurangkan kesakitan.</li> </ul>	✓	✗
Asid Heneicosapentaenoic (HPA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menghalang keradangan dan mengurangkan kesakitan.</li> </ul>	✓	✗
Asid Docosapentaenoic (DPA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengawal keradangan</li> <li>Mengawalatur peredaran darah</li> <li>Menyokong pembentukan saluran darah yang sihat.</li> </ul>	✓	✗

#### Rujukan:

1. L Lawson dan B Hughes, "Absorption of eicosapentaenoic acid and docosahexaenoic acid from fish oil triglycerols or fish oil ethyl esters co-ingested with a high-fat meal," Biochemical and Biophysical Research Communications, vol. 156, no. 2 (Oct 31, 1988): 960-963.
2. B Beckermann et al., "Comparative bioavailability of eicosapentaenoic acid and docosahexaenoic acid from triglycerides, free fatty acids and ethyl esters in volunteers," Arzneimittelforschung, vol. 40, no. 6 (June 1990): 700-704.