

「1-形」

● 獨具特色的保健性植物食品 ●

我們丞燕認為，控制體重對健康十分重要，因為這樣才能長久地享受富有成效的生活。而將「1-形」納入到您的日常生活中，同時亦遵守四項基本的保健原則，再輔以大量地飲水，即可能是持久收效並持續保持正常體重和動感生活的最佳方法。營養免疫學所倡導的四項基本原則是(1)選擇營養均衡的保健性食物，(2)堅持運動，(3)保證充足的睡眠，(4)保持積極樂觀的心態。



● 專屬成分 ●

- 非轉基因大豆
- 香蕉
- 捲心菜
- 橙子
- 洋車前子殼
- 蘆筍
- 胡蘿蔔
- 葡萄柚
- 梨
- 西洋參
- 西蘭花
- 甜瓜
- 葡萄

餐前飲用一包用水沖泡的「1-形」，即可獲得一種輕快的飽腹感。本產品的完整配方中包括了西洋參以及11種水果和蔬菜，它亦是纖維和植物蛋白的極佳食源，若用16盎司的水沖泡兩包「1-形」，也只含140卡路里，所以「1-形」還可成為一款方便、美味又營養的代餐！



Nutrition Facts Valeur Nutritive	
30 Servings Per Container Serving Size: 1 Packet (18 g) / Pour : 1 Sachet (18 g)	
Amount Per Serving	70
Calories	% Daily Value*
% valeur quotidienne*	
Total Fat / Lipides 1 g	1%
Saturated Fat / saturés 0.3 g	2%
Trans Fat 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0%
Sodium 25 mg	1%
Total Carbohydrate / Glucides 10 g	4%
Dietary Fiber / Fibres 5 g	18%
Total Sugars / Sucres 5 g	
Includes 3 g Added Sugar	6%
Protein / Protéines 3 g	6%
Vitamin D 0 mcg 0%	Iron / Fer 0.4 mg 2%
Calcium 24 mg 2%	Potassium 155 mg 4%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2000 calories a day is used for general nutrition advice.

專屬成分如上所示。欲了解產品的詳情，請查閱產品的完整包裝。

30包 | 貨號：610074

產品成分的 科學依據



大豆作為人類飲食的組成部分大約已有5,000年。大豆不僅不含膽固醇，反而含健康所需的全部營養素：蛋白質、必需氨基酸、碳水化合物和維生素。由於大豆具有獨特的健康效益，所以自古以來它就被稱作“黃寶石”。大豆的纖維含量很高，飽和脂肪含量很低，同時還含有鐵和鉀等礦物質。



洋車前子殼是一種廣為人知的超級纖維，它的卡路里含量很低，又不含脂肪或膽固醇。由於洋車前子殼所含的大量纖維會在胃中膨脹，所以它能促進消化並使人產生更長久的飽足感，進而幫助控制體重。這種優質成分所含的膳食纖維（可溶性和不可溶性）還能使排便更加規律並維護腸道的健康。



西洋參或花旗參，是主要生長在北美的一種常青藤科多年生本草植物。在亞洲，西洋參的價格昂貴，而作為一種傳統的中草藥，西洋參通常被用來降火。眾所周知，西洋參含有皂苷和人參皂甙。



香蕉在是世上最受歡迎的一種水果，它不僅味道甜美，還有助於消化，所以它是用來保健腸道的一個極佳選擇。新鮮的香蕉營養豐富，是獲取鉀的天然食源。



蘆筍是一種多年生作物，在成熟前需要生長三年，而在潮濕肥沃的土壤中蘆筍會瘋長。早春時生出的綠色蘆筍嫩芽可供食用；而在晚些時節，開始開花的蘆筍也可以像玉米（筍）一樣食用。新鮮的蘆筍是一種廣為人知的營養豐富的低卡路里蔬菜，它所含的膳食纖維在促進消化方面非常重要。



產品成分的 科學依據



由於**西蘭花**營養豐富，所以在世界的某些地方它被視為美味佳餚。這種新鮮的綠色蔬菜是一種最健康的超級食品，大家都知道它含有吲哚、纖維、鉀和多種維生素。



捲心菜是一種常見蔬菜，從韓國的泡菜到德國的酸菜，世界各地的人們都會食用。捲心菜為芸薹屬的蔬菜，西蘭花、花椰菜和羽衣甘藍也同屬於這個蔬菜家族。捲心菜含有維生素和礦物質，所以它也是健康飲食中的一種營養成分，但認識到這一點的人卻很少。



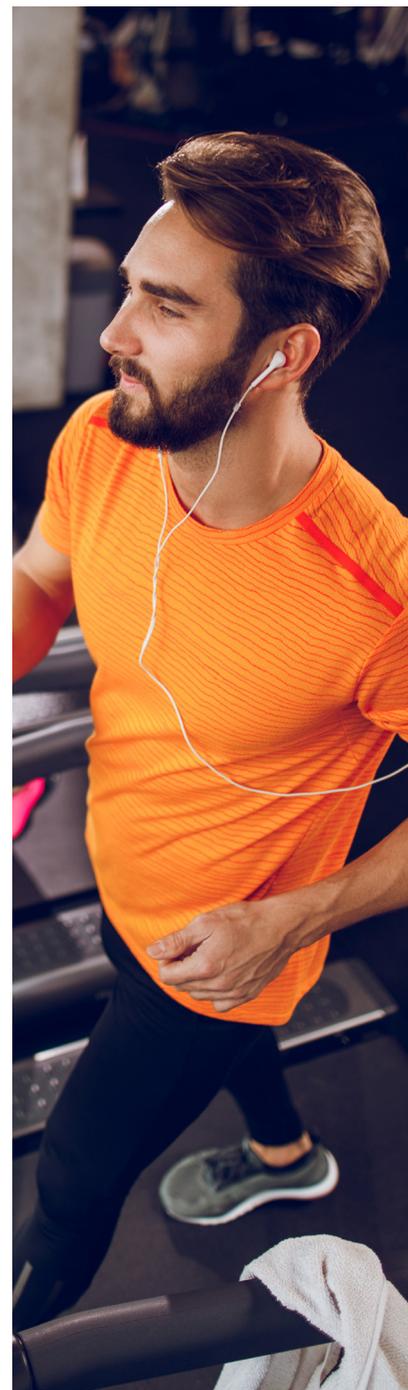
早在2000-3000年前，瑞士和德國南部的人們已發現了**胡蘿蔔**的種子。一般認為，我們今天食用的胡蘿蔔是起源於8世紀的波斯（阿富汗和伊朗地區）。新鮮的胡蘿蔔有各種顏色，比如紫色、黑色、紅色、白色和黃色，這些胡蘿蔔是維生素A和類胡蘿蔔素的良好食源。冷凍乾燥的或脫水的胡蘿蔔可保留新鮮胡蘿蔔中的大部分營養價值。



甜瓜是一種廣受歡迎的夏季水果，其味道溫和甜美，通常是經過冰鎮後食用。新鮮的甜瓜可提供β-胡蘿蔔素以及其它的必需維生素和礦物質。



橙子是芸香科植物的果實，他的原產地包括中國南部、印度東北部和緬甸。在公元前314年，中國的文獻中最早提及了甜橙；如今，橙子樹已成為了一種全球最廣泛種植的果樹。新鮮的橙子以富含維生素C而聞名，橙子也是提供纖維的極佳食源，同時它還含有鉀。



產品成分的 科學依據



葡萄柚這種原產於巴巴多斯島的柑橘類水果，是由原產於亞洲的甜橙和柚子雜交而成。新鮮的葡萄柚含有維生素C，其酸味濃重，通常都被用來幫助減肥。



葡萄有各種不同的顏色和形狀，這種水果生長在世界各地，其味道甜美可口。2017年發表在Medical News Today (「今日醫學新聞」)的一篇文章指出，葡萄的營養成分或許能提供很多有利的健康效益，其中包括了膳食纖維。葡萄既可新鮮食用，亦可用來做酒、果醬、果汁、果膠、果乾、醋和油。所以葡萄的多個部位（皮、籽、果肉、葉子）都被廣泛地使用，也就不足為怪了。



梨成熟於秋天，其天然的味道十分甜美。梨可被製成梨乾、罐頭和果汁，供全年食用。從史前時代起，新鮮梨就已被用作食物並且成為了獲取纖維的一種主要水果。生長在全球各地的梨大約有3,000個不同的品種。



桃樹原生於中國，大約在公元前200年中國開始種植桃樹。新鮮桃子的外皮通常長著一層絨毛，其果肉甜美多汁可供食用，並且含有纖維和其它的必需營養素。



問與答



問 食用「1-形」對我控制體重會有哪些幫助？

答 餐前飲用一包用水沖泡的「1-形」，即可獲得一種輕快的飽腹感。本產品的完整配方中包括了西洋參以及11種水果和蔬菜，它亦是纖維和植物蛋白的極佳食源，若用16盎司的水沖泡兩包「1-形」，也只含140卡路里，所以「1-形」還可成為一款方便、美味又營養的代餐！保健性食物中所含的膳食纖維，因能使人產生飽足感而抑制食慾，藉此幫助保持體重的正常。此外，「1-形」還有助於保持健康的生活方式。每日使用「1-形」，可維護腸道的健康，並助您達成體重管理的目標！

問 膳食纖維的每日建議攝入量(RDI)是多少？

答 根據美國農業部的建議，成年人每日膳食纖維的攝入量應為28克。

- 每包「1-形」能提供5克的膳食纖維，所以它可成為膳食纖維的“良好”食源。
- 每兩包「1-形」能提供10克的膳食纖維，所以它可成為膳食纖維的“極佳”食源。

問 蛋白質的每日建議攝入量(RDI)是多少？

答 根據美國農業部的建議，成年人每日蛋白質的攝入量應為50克。

- 每兩包「1-形」能提供6克的植物蛋白，所以它可成為植物蛋白的“良好”食源。

問 為何「1-形」跟市場上其它的減肥產品並不類同？

答 持續以健康的方式控制體重對全面保健和延年增壽十分重要。大多數的減肥補充品中都含有合成的化學物質和強效興奮劑，由於這些物質可能給人增加緊張感，所以它們會人為地欺騙身體，使之不自然又不安全地加快新陳代謝。而若將由保健性食物成分特別配製的「1-形」納入到您的健康生活中，則可安全地幫您進行長久、漸進及可持續的體重管理。

問 哪些產品非常適合跟「1-形」和「輕1-形」搭配使用？

答 「1-形」可成為您保持正常體重和維護健康生活的必需品，同時您還應做到飲食健康，運動適量，睡眠充足和心態樂觀。

要維護新陳代謝的健康、控制體重、全面保健和養生，可將「可盈」、「衡定-D」跟「1-形」搭配使用。*

要調整荷爾蒙和控制體重，可將「美樂怡」、「素健」跟「1-形」搭配使用。*

要增加體力和活力，可將「歡慶」、「吉林人參」和「康神」跟「1-形」搭配使用。*

要增加植物蛋白的攝入量以防止肌肉流失，可將含有保健性非轉基因大豆的「滋養包原味」或「滋養包果莓味」跟「1-形」搭配使用。

要增加水果和蔬菜的攝入量，您還可以考慮在飲食中加入「多蔬彩」和「丞燕E湯」跟「1-形」搭配使用。

此外，丞燕的各種特色產品包括「歡慶」、「每日養生膠囊」、「千禧泉」、「千禧泉-紅色」、「千禧泉粉劑」、「千禧金」、「補益特」和「趣想」，也都適合跟任何丞燕產品搭配使用。*

問與答



問 哪些產品非常適合跟「1-形」和「輕1-形」搭配使用？

答



保持體力 & 活力*



增加植物蛋白的攝入量
以防止肌肉流失



維護健康的新陳代謝
全面保健&養生*



控制體重



調整荷爾蒙 &
控制體重*

E. EXCEL SIGNATURE PRODUCT

特色產品



增加水果 & 蔬菜的攝入量

**本產品信息已獲准用於美國市場。E. EXCEL USA, LLC www.eexcel.net V.01.2

參考資料

在搜尋保健性食物成分的相關信息時，請您記得一定要使用可靠的信息來源。比如：

21 CFR Sec. 101.81 Health claims: Soluble fiber from certain foods and risk of coronary heart disease (CHD) (Recommends 7g soluble fiber per day)

Academy of Nutrition – eatright.org

Accredited Medical Facilities

- Mayo Clinic-Healthy Lifestyle

Accredited University Research

- Harvard Health- Harvard Medical School

Center for Disease Control and Prevention – Healthy Living

Chen, Jau-Fei, PhD. (2015). *Nutrition. Immunity. Longevity.* Chen, Jau-Fei, PhD. (2004). *Enjoying Health & Longevity with Nutritional Immunology.* Chen, Jau-Fei, PhD. (2000). *Nutritional Immunology.*

Health Canada – Food and Nutrition

U.S. Department of Health and Human Services

- health.gov

National Institute of Health

NHS (UK) – Live Well

Not-for-Profit Health Organizations

- American Cancer Society – Stay Healthy
- American Diabetes Association – Nutrition and Fitness
- American Heart Association – Healthy Eating
- American Stroke Association – Healthy Living
- Canadian Heart and Stroke Foundation – Healthy Living
- Nutrition Coalition

Peer-Reviewed Medical Journals

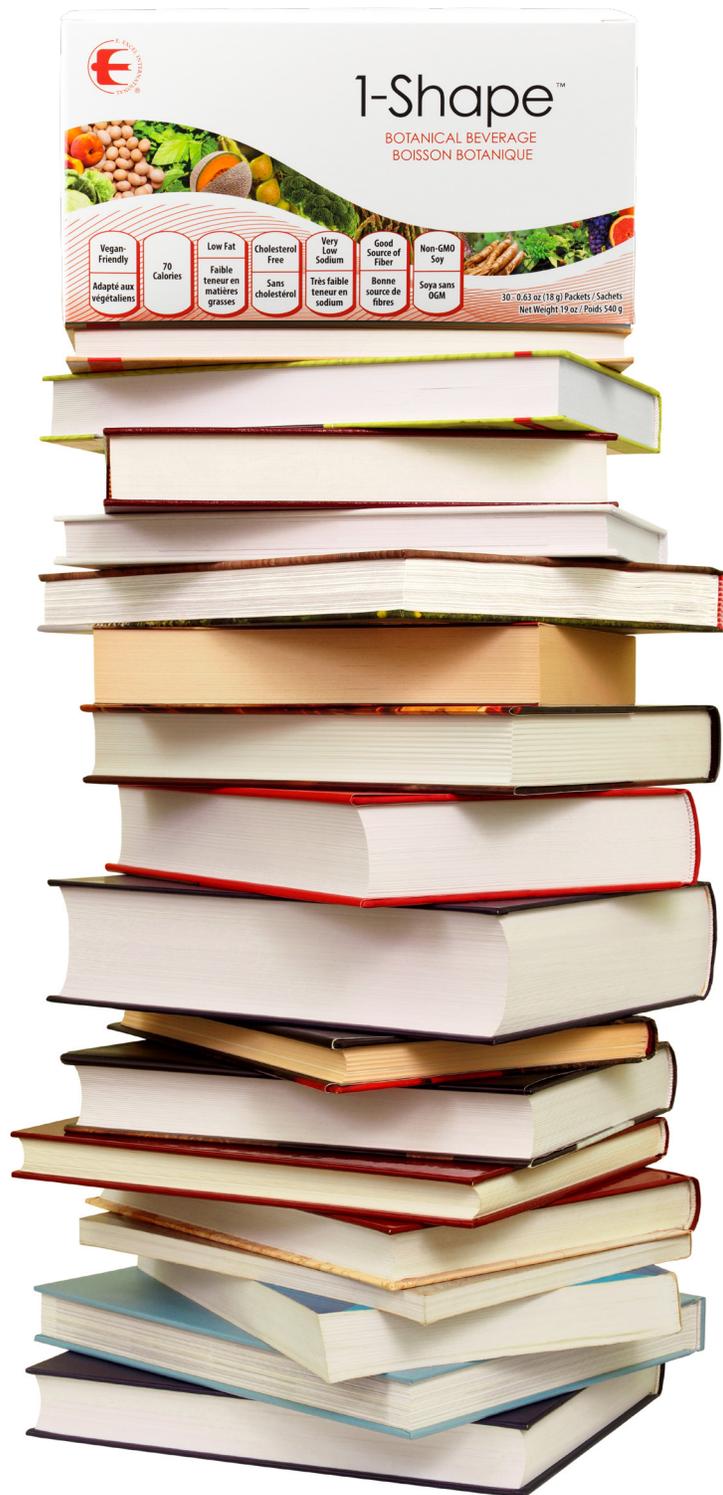
- Medical News Today
- The American Journal of Medicine

U.S. Department of Agriculture

- ChooseMyPlate – Dietary guidelines for Americans
- Dietary Health
- Nutrition.gov
- Usda.gov/topics/food-and-nutrition

U.S. Food and Drug Administration - Food

World Health Organization - Nutrition



*本文所刊載內容未經過美國食品藥物管理局之審定，本產品不作為診斷、治療、緩解或預防任何疾病之用途。

**本信息是在遵守美國食品藥物管理局（FDA）發布的「聯邦食品、藥品和化妝品法案」中第403(r)(6)章節中的準則和規定的基礎上提供，並且僅供美國丞燕使用。我們北美丞燕始終致力於遵守產品標籤和檢測方面的所有管理規定-在美國，我們遵守FDA和FTC的規定；在加拿大，我們遵守加拿大衛生部的規定。我們目前在北美出售的產品及其成分，都已在美國和加拿大註冊。為滿足各個特定國家的規章和條例，不同國家的結構/功能聲明可能有所差異。因此，北美丞燕不對其他國家的聲明負責。