

# 血脂异常别发愁 合理调控有妙招

现在很多上了年纪的叔叔阿姨都正在饱受血脂高的困扰，很多时候，他们出现了头发蒙、胸闷喘不上来气、手

麻、脚麻，才会去关注血脂异常问题，也往往因为老年手机上网不方便或受各种难辨真假的“养生信息”的影响，而

不知道怎么调理血脂健康。调理血脂要用科学的方法，积极改善血脂问题，血流更通畅。

## “血脂”知多少？

### ● 什么是血脂？

血脂是血浆中的胆固醇、甘油三酯、游离脂肪酸和磷脂等脂类物质的总称。平时检测的血脂，其实就是血浆中所有的脂蛋白含有的甘油三酯和胆固醇之总和。

### ● 为什么会出现血脂异常？

每个血脂高的人具体过程不是完全一样的，主要归结为两种情况：

- 1、食物热量太高，被转化为血脂；
- 2、代谢能力下降，血脂不能被代谢掉。



食物热量过高



代谢能力下降

### ● 生活中怎样降血脂？

血脂异常与饮食和生活方式有密切关系，合理饮食和改善生活方式是血脂异常的重要调理措施。在满足每日必需营养需要的基础上控制总能量；合理选择各营养要素的构成比例；控制体重，戒烟，限酒；坚持规律的中等强度代谢运动。

## 关于降血脂的3个常见误区

### ● 误区一：胖子才会得高血脂？

血脂与身材无关，血脂高一般和饮食习惯、生活习惯的关系比较大。

### ● 误区二：吃素就能降血脂？

虽然素食可以改善血脂异常，但如果长期只吃素食的话，很容易陷入营养不均、选择不当等饮食误区。

### ● 误区三：血脂高不能吃鸡蛋？

可以吃，但不能多吃，每天不要超过1个鸡蛋。鸡蛋蛋黄的胆固醇含量大概在200mg左右。

——以上内容仅用于知识科普，不用于产品宣传，请理性阅读

- 1、中国成人血脂异常防治指南（2016年修订版）
- 2、人民卫生出版社出版《求医问药找专家——血脂异常知识问答》郭立新、胡欣
- 3、控血脂的5个误区，你可能全中！——科普中国

## 臻通集 7种植物 降血脂发明专利

### “绿色、健康”植物配方更合适

血脂高人数增加、年龄下放，更需要一款绿色、健康的降血脂产品。臻通集每日只需两次，独特的植物配方，帮助降低血脂指标，还是国家发明专利。

### 四个环节 还是发明专利

臻通集7种植物原料，各有侧重，共同作用。通过减缓血脂产生、促进血脂流动、加速血脂分解、让血脂代谢排出的四个环节，达到辅助降血脂的目的。因为组方独特，获得了国家发明专利。

### 2大功能实验验证 放心用 更安心

为了让您更安心，臻通集专门进行了辅助降血脂功能动物实验、辅助降血脂功能人体试食实验和安全性评价等多项实验检测，功能成分明确，可以帮助降低血脂指标。

臻通集 7种植物 降血脂发明专利

**臻通集828元**  
**买6盒送3盒**

御芝林牌臻通集胶囊  
规格：0.4g/粒x60粒/盒 市场价：1498元/盒 (每人限购6组)

活动时间：2022年7月1日-7月31日

详情咨询 **400-707-8558**

