

# 御芝林“养骨家族”： 骨骼要早保养、常保养

## 立秋过后注意养骨 防止身体“秋后算账”

常言道：“人老骨先老”。经常腰腿酸软无力、蹲下站不起来、关节“咔咔”响、身高变矮……上了年纪，很多人的骨骼都在经受着这些接踵而至的变化，当我们没有健壮的骨骼作为支撑时，我们的身体这座“大厦”就会面临诸多问

题。当前骨质疏松已经成为我国50岁以上人群重要的健康问题，因此中老年人更应该注意保养骨骼。8月7日是立秋，立秋时节，暑热未尽，气温不会很快下降，很可能有短时间的天气升高，白天仍然炎热，“秋老虎”随时虎视眈眈。空

调依旧是家家户户降温必备，但是很多骨骼问题也容易在长时间的冷气下暴露出来。同时立秋后天气容易变化无常，早晚温差大，有关节问题的叔叔阿姨，要尤其注意关节的保养，避免身体“秋后算账”。

——以上内容仅用于知识科普，不用于产品宣传，请理性阅读。

## 提早储备骨骼“银行” 生活中如何保护我们的骨骼

### · 健康饮食

骨骼中约22%的成分是蛋白质，建议各位叔叔阿姨平时可以多吃蛋类、奶类、核桃、肉皮等富含胶原蛋白和弹性蛋白的食物。也可以多吃一些钾含量丰富的香蕉、橙子、李子等水果，并从深海鱼、动物肝脏和瘦肉中获取骨骼所需的部分维生素D。

### · 适当运动

为了骨骼健康，建议每天户外锻炼1-2次，每次1小时左右，以轻微出汗为宜。有关节问题的中老年人可以骑车、游泳或散步，但是要量力而行。

### · 多晒晒太阳

可以适当多晒晒太阳，阳光中的紫外线可使人体皮肤产生活性维生素D，促进钙的吸收。

——以上内容仅用于知识科普，不用于产品宣传，请理性阅读

## 御芝林牌优韧集胶囊

老年人不比年轻人，上了年纪，骨量流失加快，骨密度下降，腰腿颈肩很容易受到影响。御芝林研发优韧集时，充分研究了中老年人身体衰老情

况、骨组织血液循环特点、骨营养流失情况，专为中老年人量身定制，成功研发优韧集，增加骨密度，养护骨关节，中老年专用。

### 吃1样含7样的优势是什么？

优韧集吃1样含7样，原料丰富全面。1粒0.5克小胶囊浓缩7味原料，有三七、葛根、骨碎补，3味药食同源原料，还有氨糖、硫酸软骨素、鱼胶原蛋白、

钙，4味骨营营养素，吃1样含7样，是更适合中老年人的原料和组方，增加骨密度，养护骨关节。优韧集1次吃7样，实用又方便，性价比高。

### 养护骨关节 组方独特 获得国家发明专利

一个产品要想获得国家发明专利，必须同时具备新颖性、创造性和实用性。优韧集是一个创新的“3+4”组方，针对骨骼问题产生的原因，满足骨骼对骨营营养素的需求，增加骨密度，

养护骨关节，是一个创新实用的组方，获得了国家发明专利。专利名称：一种治疗骨质疏松的药物组合物及其制备方法 专利号：ZL 201410545155.3

吃1样 含7样 养护骨关节 中老年专用 >

优韧集买6盒送3盒  
588元足足能买9盒

(90天量)  
按标准用量计算

御芝林牌优韧集胶囊  
规格：0.5g/粒x60粒/盒 会员价：98元/盒

活动时间：2022年8月1日-8月31日

详情咨询：400-707-8558

