



发掘这箱
海洋珍宝!





发育中的头脑需要补益

您知道吗？3至5岁幼儿的头脑比一名学院生的忙碌**两倍**，可能还比一名成年人的忙碌**三倍**。



3-5岁



学院生

2x
更忙碌



3x
更忙碌



成年人

资料来源：University of California, Berkeley & <https://www.greatschools.org/gk/articles/preschooler-brain-development/>



幼儿的头几年非常重要，因为它为日后的青少年及成年时期的**良好健康及脑部发育**铺路。这头几年的脑部发育为将来的学习、健康和成就奠定基础。



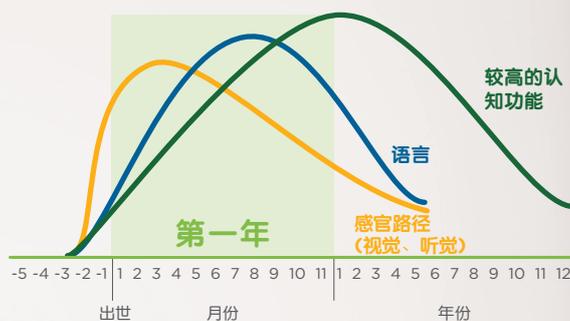
在头几年期间

儿童的脑部结构是在出世后的头三年期间塑造，但却不意味着它到3岁就停止发育。其实，他们的**识字技能从3岁起达到巅峰，并且继续建立重要的语言技能及开发认知功能。**

最重要的是，认知功能在日常行为与社交行为方面扮演关键角色。这些技能虽然既复杂又神奇，却为**儿童来年的成长与学习奠定基础。**

脑部发育

不同功能的神经连接依序发育



资料来源: Center on the Developing Child, Harvard University

发育中的技能与能力

经历身体发育与运动
发展技能(跑/跳)



主要的身体与情感发展
陡增期



开发语言与沟通技能



能够阅读、识别及理解
复杂的句子/语言



发掘更强烈的情感



更佳平衡与协调



3-5岁

5-12岁

年龄组别

幼儿的最初几年也是脑部极度迅速发育的时期。为人父母者都尽量设法激发并支援这方面的发育，包括购买最佳的教育玩具和教材，甚至让孩子报读专属的教育课程。但是，**提到补脑这方面时，您是否想过我们还能做些什么来确保孩子们摄取均衡的营养吗？**

DHA - 有益思维的食品

对您的孩子来说，二十二碳六烯酸(DHA)是最重要的多不饱和奥美加3脂肪酸之一，它能帮助哺育头脑，使它保持健康。但是，他们的身体无法制造足够的份量，因此需要通过饮食或营养辅助品获取。

食物来源

海鲜类 - 鲑鱼、沙丁鱼、金枪鱼、蚝、贻贝

藻类和海藻

添加 DHA 的鸡蛋

DHA 对您的孩子有何益处？



支援正常的认知功能：DHA 促进更健康的头脑，它让脑细胞更容易沟通



对视觉发育极为重要：DHA 是一种关键成分，因为视网膜里有 1/3 以上的脂肪酸是来自 DHA



助长中枢神经及心血管系统的发育

建议摄取量

年龄(岁)	建议摄取量 (DHA+EPA)
4 - 6	150 毫克 - 200 毫克
6 - 10	200 毫克 - 300 毫克

注：此表仅提供建议的摄取量。这摄取量包含 DHA 和 EPA 脂肪酸。数字乃取自 2017 年度马来西亚的建议营养素摄取量 (RNI)。



面对的挑战



达到日常建议鱼类摄取量的儿童 (7-12 岁) 百分比*



饮食不足和较低的鱼类摄取量



不喜欢海鲜类的味道和质感



3

可能是挑食者或素食者

4

当 DHA 暴露在空气中就会轻易氧化，进而影响其功能



* 注：数字乃取自马来西亚的儿童与青少年膳食指南 (2013 年) 以及东南亚营养学调查 (SEANUTS MALAYSIA)。



更佳的选择 植物基来源



Nutrilite 儿童有味 DHA 藻油软糖的 DHA 源自于藻油。藻油指的是萃取自藻类的油，而此软糖采用的藻油是来自 *Schizochytrium sp* 的海洋微藻类，它与生俱来拥有产生 DHA 的能力。

这意味着什么？

食用时无鱼腥味



没有来自海鲜类成分的过敏原



不会有来自汞或其他毒素污染的风险





如何选择适当的 DHA 营养辅助品给孩童?

Nutriline 儿童有味 DHA 藻油软糖

D 指的是富含 DHA 的成分



植物基来源
DHA 乃萃取自藻油

50 毫克 DHA

每颗软糖有 50 毫克 DHA
每天服用两颗



H 指的是优质



中央填充科技
撷取 DHA 成分且防止氧化



不含麸质与糖分
没有蛀牙!



不添加人造色素或防腐剂

A 指的是容易咀嚼



鲜橙味的可口软糖
口嚼软糖适合挑食者及素食者



独立包装的软糖
每当您孩子享用时都能保持新鲜度!

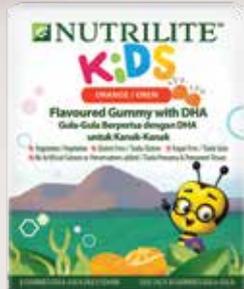


Nutriline 与 X 品牌比一比



事项	
植物基来源(藻油)	产品来源
是	明胶(鱼/牛)
每份 50 毫克	素食
不含糖	不是
不含麸质	DHA 含量
独立包装	每份 10-40 毫克
不含人造色素或防腐剂	糖的含量
	含糖
	麸质的含量
	未知
	包装
	瓶装
	额外添加剂
	未知





欲购买，可前往
<https://www.amway.my/p/124373>

欲观赏视频请点击
<https://youtu.be/vnSy1BPt2E>

让您的孩子玩提升脑力的游戏：
<https://nutrilite.com.my/zh/article/catch-the-gummy>

参考资料：

- Greenberg JA, Bell SJ, Ausdal WV. Reviews in Obstetrics and Gynecology. 2008;1(4):162-169.
- Koletzko B, Lien E, Agostoni C, et al. J Perinat Med. 2008;36(1):5-14.
- Morse NL. Nutrients 2012;4(7):799-840.
- <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Omega3FattyAcids-HealthProfessional/>
- <https://www.eatright.org/food/vitamins-and-supplements/types-of-vitamins-and-nutrients/do-kids-need-omega-3-fats>
- https://www.healthline.com/nutrition/dha-benefits#TOC_TITLE_HDR_15
- <https://www.healthline.com/nutrition/dha-docosahexaenoic-acid#sources>
- <https://www.webmd.com/vitamins/ai/ingredientmono-864/docosahexaenoic-acid-dha>
- <http://nutrition.moh.gov.my/wp-content/uploads/2017/05/FA-Buku-RNI.pdf>
- https://www.moh.gov.my/moh/images/gallery/rni/3_chat.pdf
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3738999/>
- <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/Pages/default.aspx>
- <https://developingchild.harvard.edu/resources/inbrief-science-of-eed/>

Amway

© 安利(汶萊)私人有限公司及安利(馬來西亞)私人有限公司
(22062-P) AJL93010. 2020 年版权所有。