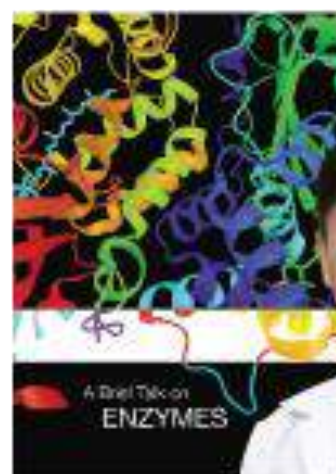




Well <sup>3</sup> Stay  
**Healthy**  
Be  
**Happy**

**SÔNG KHỎE SÔNG VUI**



Log in to view more

Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



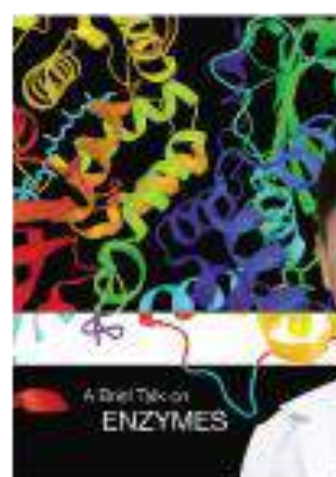
Chế độ ăn uống ảnh hưởng đến hoạt động enzyme của cơ thể bạn.

Nhiều loại thực phẩm có chứa các enzyme tiêu hóa giúp chia sẻ gánh nặng của các enzyme tự nhiên trong cơ thể.

Hãy theo dõi để tìm hiểu  
**Enzyme có thể làm được những điều kỳ diệu gì cho cơ thể của bạn!**



Wellness  
Stay  
**Healthy  
Happy**

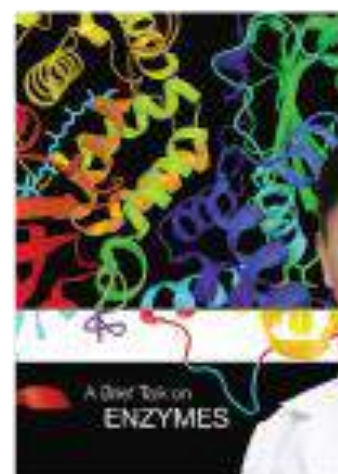


Log in to view more

Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

## THÔNG TIN THÚ VỊ VỀ ENZYME (I):

- Enzyme được tìm ra lần đầu tiên vào năm 1883 bởi một nhà hóa học người Pháp.
- Enzyme là những phân tử protein chủ yếu để tối ưu tiêu hóa, hấp thụ dinh dưỡng và các phản ứng sinh hóa.



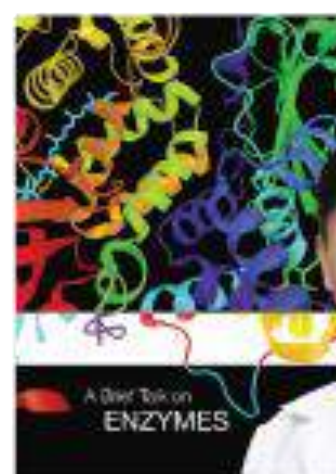
Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more

# THÔNG TIN THÚ VỊ VỀ ENZYME (I):

- Ví dụ, các enzyme phổ biến: Enzyme tiêu hóa. Chúng sẽ xúc tác với các chất dinh dưỡng trong thực phẩm để dễ dàng hấp thu các chất dinh dưỡng này.
- Enzyme cũng được sử dụng trong nhiều ngành công nghiệp khác: sinh học, hóa học và thực phẩm.



Log in to view more

Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

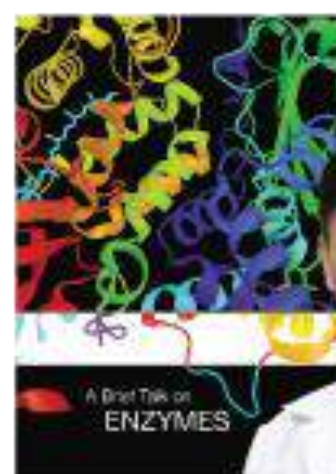
# Enzyme Có Từ Đâu:

- Nguồn chính của enzyme: động vật, vi sinh vật, và thực vật.
- Các nhóm enzymes:

**a. Được sản xuất từ bên trong cơ thể:** Ví dụ như: enzyme tiêu hóa.

**b. Không được sản xuất từ trong cơ thể: (enzyme chức năng):** Lấy từ thức ăn/ hoặc thực phẩm bổ sung.

- Không có enzyme, những phản ứng hóa học diễn ra với tốc độ quá chậm so với tốc độ trao đổi chất.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

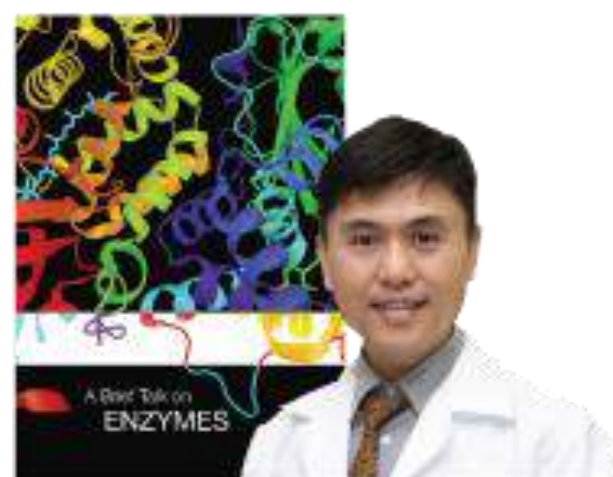


Log in to view more

# SỨC MẠNH CỦA ENZYME (i):

## i. Cải thiện sức khỏe hệ tiêu hóa

- Khẩu phần ăn, căng thẳng, mệt mỏi, lối sống, dị ứng, hay cơ thể không dung nạp thức ăn.
- Những nghiên cứu đã chỉ ra rằng việc bổ sung enzyme giữ một vai trò then chốt trong điều trị chứng ợ nóng, chứng khó tiêu, chướng hơi và táo bón.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

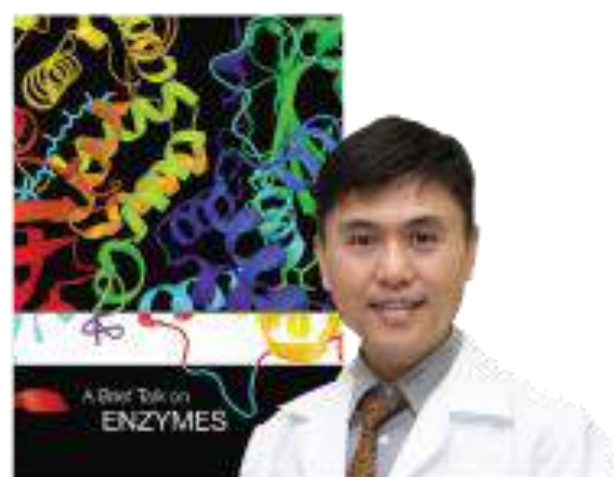


Log in to view more

## SỨC MẠNH CỦA ENZYME (ii):

### i. Giảm bớt rủi ro về các bệnh tim mạch:

- Các nghiên cứu cho thấy rằng một số loại enzyme có thể giúp làm sạch các vật chất làm tắc nghẽn động mạch giúp lưu thông máu tốt hơn và ngăn ngừa các vấn đề về tim mạch.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

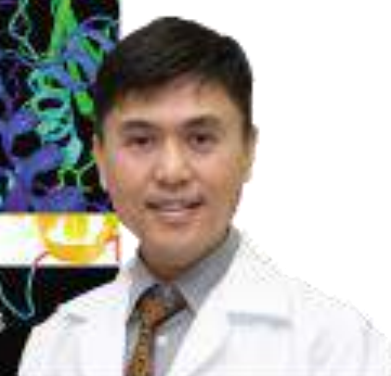
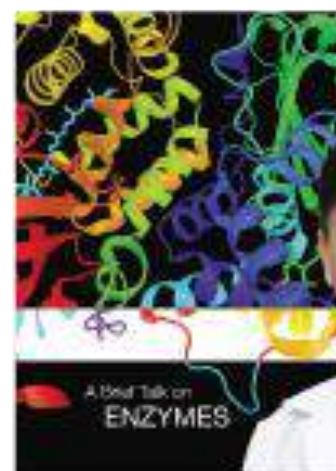


Log in to view more

## SỨC MẠNH CỦA ENZYME (iii)

### iii. Hiệu quả trong kháng viêm

- Nóng, đau, sưng đỏ và mất chức năng là một số triệu chứng thường thấy của quá trình viêm nhiễm.
- Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng một số loại enzyme có khả năng cải thiện tình trạng viêm một cách hiệu quả.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



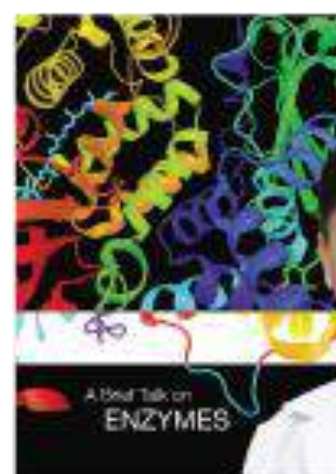
Log in to view more



# SỨC MẠNH CỦA ENZYME (iv)

## iv. Làm dễ chịu các cơn đau cơ

- Bổ sung enzyme Protease để làm cơ bắp dễ chịu hơn sau khi tập thể dục cường độ cao.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai

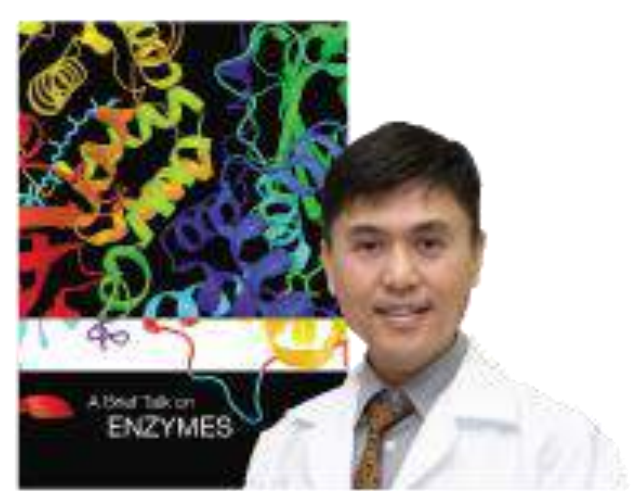


Log in to view more



## SỨC MẠNH CỦA ENZYME (v)

Enzyme Papain là chất tẩy rửa vết thương có đặc tính kháng khuẩn, thúc đẩy quá trình lành vết thương tốt hơn và lắng đọng collagen tốt hơn.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



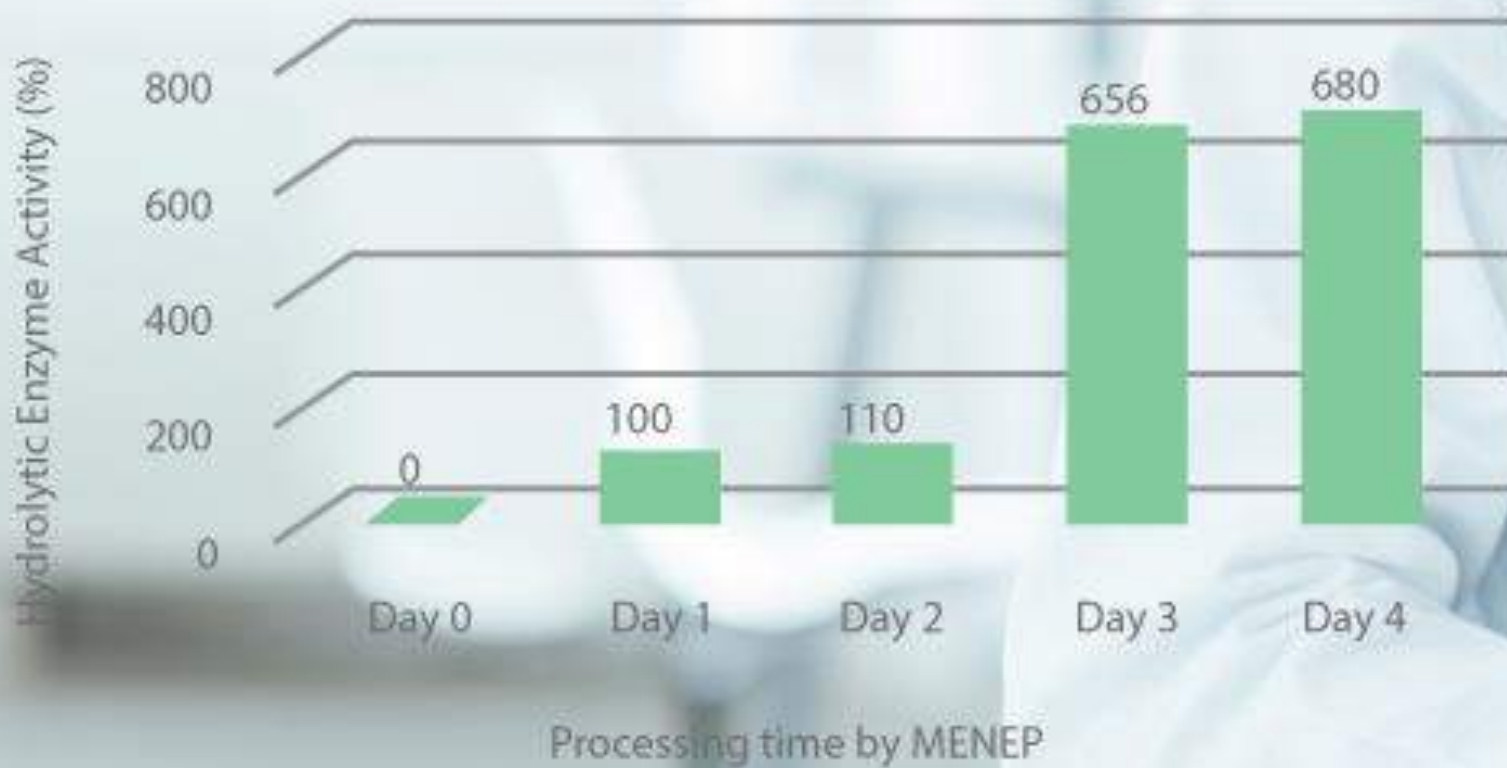
Log in to view more

# SỰ HOẠT HÓA CỦA ENZYME:

## I. Quá trình chuyển hóa trao đổi chất dinh dưỡng enzyme (MENEPE):

Đó là quy trình công nghệ sinh học có thể kích hoạt các enzyme trong thực vật để khắc phục yếu tố chống dinh dưỡng của chúng, đồng thời đảm bảo tính toàn vẹn của thực phẩm. Tăng cường hoạt động của enzyme và chất lượng dinh dưỡng.

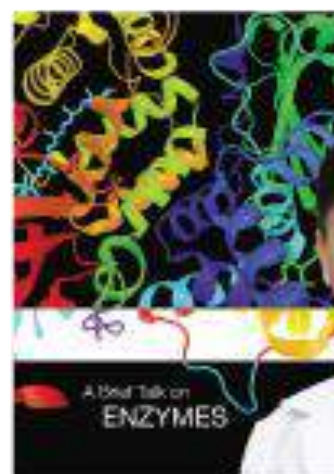
**MENEPE**  
TECH | METABOLIC ENZYME NUTRIENT EXCHANGE PROCESS



## Yếu tố chống dinh dưỡng:

Các hợp chất tự nhiên hoặc tổng hợp cản trở sự hấp thụ dinh dưỡng.


Well Stay  
**Healthy  
Happy**



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more



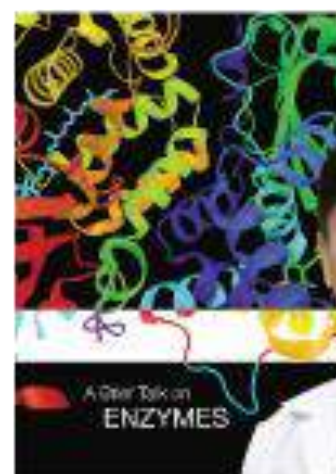
a) Chúng ta có thể sử dụng nước nóng để pha bột enzyme không?

## ENZYMES

### Những Câu Hỏi Thường Gặp

#### Trả lời:


Các enzyme khác nhau và các phương pháp sản xuất khác nhau có giới hạn nhiệt độ khác nhau cho hoạt động và sự ổn định của enzyme. Enzyme Bromelain có thể chịu được 80 độ C trong 8 phút, nhưng một số enzyme khác có thể dễ dàng ngừng hoạt động ở nhiệt độ cao. Nói chung, khi pha enzyme nên sử dụng nước ấm hoặc nước lạnh để đảm bảo sự ổn định của enzyme.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more



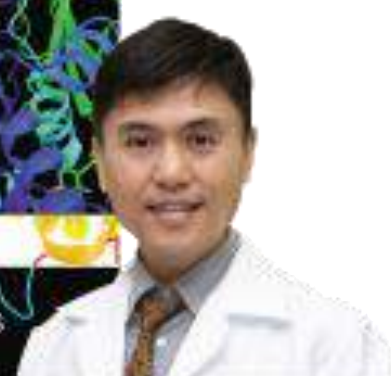
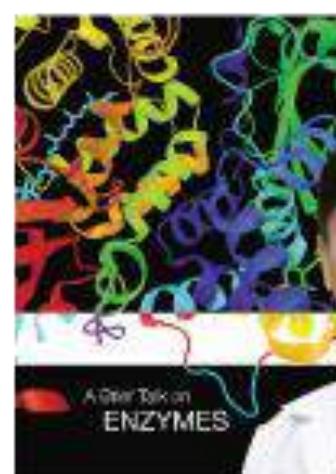
**b) Các tiêu chí quan trọng trong việc lựa chọn sản phẩm enzyme?**

**ENZYMES**

**Những Câu Hỏi Thường Gặp**

**Trả lời:**


Tìm kiếm các tiêu chí quan trọng bao gồm hoạt động của enzyme, sự ổn định, lựa chọn tương thích và kết hợp phù hợp, thay vì số lượng loại enzyme.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more



**c) Sự khác biệt giữa các enzyme có sẵn ở dạng bột và dạng nước là gì?**

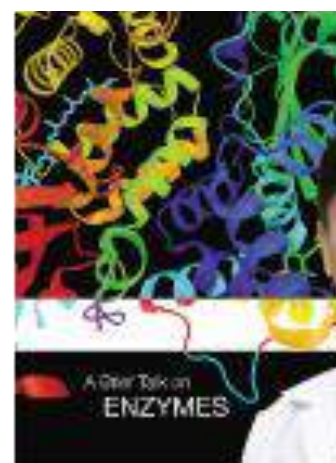
**ENZYMES**

**Những Câu Hỏi Thường Gặp**

**Trả lời:**

- Độ ẩm thấp cho phép bột enzyme có độ ổn định cao hơn, linh hoạt hơn trong việc định lượng và thời hạn sử dụng lâu hơn, không cần chất bảo quản cho bột enzyme.
- Thông thường một lượng lớn xi-rô đường sẽ được thêm vào trong enzyme lỏng (còn được gọi là rau quả lên men) để ngăn chặn sự phát triển của vi sinh vật.


Well  
Stay  
**Healthy  
Happy**



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more



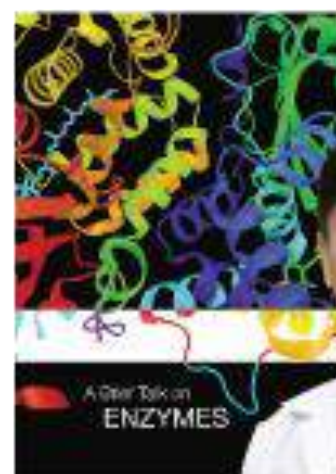
**d) Uống Enzyme vào thời gian nào là tốt nhất?**

**ENZYMES**

**Những Câu Hỏi Thường Gặp**

**Trả lời:**

Phụ thuộc vào chất lượng sản phẩm enzyme, mà họ có thể tiêu thụ hàng ngày, người dùng có thể cân nhắc để chia nhỏ liều lượng enzyme thành 2 hay 3 lần và uống trước hoặc sau bữa ăn.



Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai



Log in to view more

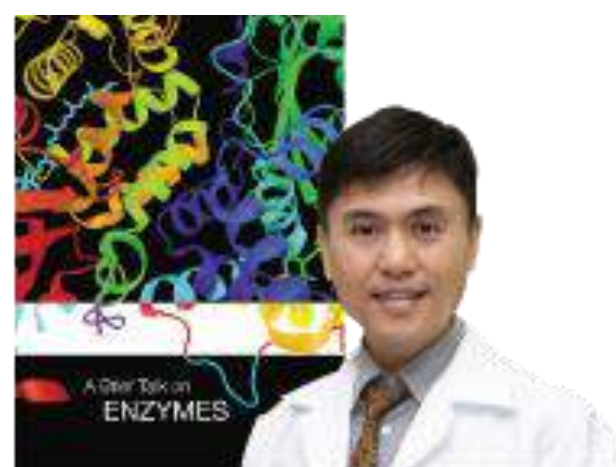
e) Có giới hạn độ tuổi trong việc bổ sung enzyme không?

**ENZYMES**

**Những Câu Hỏi Thường Gặp**

**Trả lời:**

- Không có giới hạn độ tuổi để bổ sung enzyme ngoại trừ trường hợp đang điều trị, trẻ sơ sinh, phụ nữ mang thai và cho con bú.
- Những người này nên tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi dùng bất kỳ thực phẩm bổ sung.



Log in to view more

Author  
Distinguished Professor Chau Chi Fai