

FOOD SUPPLEMENT

Oleh:

Erwin Setyo Kriswanto

Sifat Supplement

1. Nutrisi

Vitamin, mineral dan asam-asam amino

2. Obat

Umumnya dari tanaman

Cakupan Food Supplement

1. Vitamin
2. Mineral
3. Asam Amino
4. Enzim
5. Hormon
6. Antioksidan
7. Herba
8. Probiotik

Food Supplement dan Penyakit

1. **Memperkuat sistem imun**

- a) **Untuk memperbaiki sistem imun** yang menurun karena gizi yang buruk diperlukan beta karoten (prekursor vitamin A), Vitamin C, Vitamin E, Zn, Selenium, asam lemak
- b) **Untuk meningkatkan fungsi imun dgn nutrisi**, yaitu vitamin A, beta karoten, Vit. A, Vit. E, Zn, Selenium, Kolustrum, aloe vera, astragalus, bawang putih, ginseng, bromelain (enzim buah nenas), dan ekstrak timus (dari sapi)
- c) **Untuk melawan infeksi**, dapat menggunakan bawang putih, lidah buaya, dan minyak pohon teh.

2. **Menetralkan racun tubuh**, untuk meningkatkan fungsi hati diperlukan antioksidan nutrisi (beta karoten, vitamin C, E, klorofil

3. Menormalkan fungsi antiradang
4. Mengoptimalkan fungsi metabolik
5. Menyeimbangkan sistem hormonal
6. Meningkatkan fungsi tiroid
7. Mengatasi Gangguan hormon steroid
8. Memperlambat proses penuaan