

วิธีการใช้ Beta1,3D Glucan

<https://beta1-3dglucan.com>

จากประสบการณ์ผู้ใช้เบต้ากลูแคนทั่วโลก สามารถสรุปปริมาณการใช้ เบต้ากลูแคนสำหรับกรณีต่างๆได้ดังนี้

บำรุงร่างกาย

ต้องการใช้สำหรับการสร้างสมดุลปกติ (สมดุล Th1) และรักษาสมดุลนี้ให้คงอยู่ตลอดไป เพื่อเป็นเกราะป้องกันร่างกายและสุขภาพอันมีค่าของเรา โดยใช้เบต้ากลูแคนในปริมาณเพียงเล็กน้อยเท่านั้น และการบริโภคเบต้ากลูแคนนี้จะไม่ทำให้เรามีความรู้สึกที่เปลี่ยนไปจากเดิม เหมือนผลิตภัณฑ์เสริมอาหารประเภทอื่นๆ แต่หากลองสังเกตดูจะพบว่า อาการเจ็บป่วยต่างๆที่เคยเกิดกับเราในแต่ละปี เช่น เป็นหวัดจะลดความถี่ลงหรือไม่ก็อาจจะไม่เกิดขึ้นเลยก็ได้ เป็นเกราะป้องกันที่มองไม่เห็นของเราจริงๆ นอกจากนี้ยังมีหลักฐานว่าเบต้ากลูแคนสามารถป้องกันการเกิดมะเร็งหลายชนิดอีกด้วย2 ดังในสุภาษิตที่กล่าวกันทั่วโลกว่า "กันไว้ดีกว่าแก้"

การรับประทานเพื่อบำรุงร่างกายเพียงสัปดาห์ละครั้งตามตารางในช่อง S (10 มก/กก) ก็เพียงพอแล้ว เนื่องจากเบต้ากลูแคนสามารถกระตุ้นการสร้าง IL-2 ซึ่งเป็นไซโตไคน์ที่สำคัญที่แสดงถึงการมีสมดุลปกติ3 สำหรับในกรณีที่มีโรคระบาด หรือมีแผลติดเชื้อ ฯลฯ เพื่อป้องกันหรือทำให้อาการที่เป็นอยู่หายเร็วขึ้น สามารถรับประทานทุกวันในปริมาณเดิม จนกว่าทุกอย่างจะกลับเป็นปกติ แล้วก็กลับมารับประทานสัปดาห์ละครั้งเช่นเดิม หลังจากการระบาดหรืออาการติดเชื้อหายไปได้

หมายเหตุ: มีตารางด้านหลังเพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้บริโภค แต่หากว่าผู้บริโภคต้องการคำนวณปริมาณสำหรับบริโภคเอง ก็สามารถคำนวณอย่างง่าย ๆ ได้โดยดูจากอักษร S (=10 มก/กก), M (=25 มก/กก) หรือ L (=40 มก/กก) ในกรณีต่างๆที่สนใจ เช่น ในกรณีสำหรับบำรุงร่างกายก็จะใช้ S ซึ่งเป็นปริมาณเบต้ากลูแคน 10 มก/กก (หรือ 10 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมน้ำหนักตัว) คำนวณได้โดยเอาน้ำหนักตัวของผู้บริโภค x 10 ก็จะได้ปริมาณที่รับประทานในหนึ่งครั้ง ซึ่งจะต่อวันหรือต่อสัปดาห์ก็ดูรายละเอียดในแต่ละกรณีไป และในแต่ละแคปซูลจะมีปริมาณเบต้ากลูแคน 500 มิลลิกรัม

ยังสามารถใช้กับเด็กหรือคนชราได้ เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันในเด็กที่ไม่ค่อยแข็งแรง ใช้ปริมาณตามตารางในช่อง S โดยแกะแคปซูลออกมาผสมกับอาหารเหลว เครื่องดื่ม ฯลฯ เพียงสัปดาห์ละครั้ง จะช่วยให้ผู้ใช้มีภูมิคุ้มกันโรคที่ถูกต้องและแข็งแรงยิ่งขึ้น เมื่อไม่นานมานี้บริษัท Mead Johnson ได้ใช้เบต้ากลูแคน เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันในเด็กและทารก โดยผสมลงในนมผง Enfagrow รุ่น Premium 3 ที่จำหน่ายไปทั่วโลกรวมทั้งในประเทศไทยด้วย เป็นการแสดงถึงความปลอดภัยในการบริโภคเบต้ากลูแคนในเด็กและทารก และความเชื่อมั่นในประสิทธิภาพด้านการเสริมภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย ดังนั้นเราทั้งหลายรวมทั้งคนในครอบครัวอันเป็นที่รักยิ่ง จึงควรมาเสริมภูมิคุ้มกันที่ดีกันเถิด สร้างเกราะคุ้มกันที่มองไม่เห็นให้แก่ร่างกาย ด้วยค่าใช้จ่ายอันน้อยนิดต่อปี [โดยทั่วไปในกรณีนี้ 1 กระปุกทานได้นานถึง 60 สัปดาห์ หรือ 1 ปีกับอีก 2 เดือน]

ถูกล็อคให้อยู่ในสมดุล Th อื่น

การที่ร่างกายถูกล็อคอยู่ในสมดุลที่ไม่พึงประสงค์ จะส่งผลเสียต่อร่างกาย เช่น Th2 [โรคภูมิแพ้], Th17 [โรคหืด, โรคข้อเสื่อม (Rheumatoid Arthritis), โรคภูมิแพ้บางชนิด, โรคทางเดินอาหารอักเสบ (Inflammatory Bowel Disease), โรคกระเพาะอาหารอักเสบ (Autoimmune Gastritis), โรคสะเก็ดเงิน (Psoriasis), โรคมันตาอักเสบ (Uveitis), โรคพุ่มพวง (Systemic Lupus Erythematosus), โรคเหงือกอักเสบเรื้อรัง (Chronic Gingivitis) และโรค Multiple Sclerosis เป็นต้น] การกระตุ้นให้ร่างกายเปลี่ยนจากสมดุลเหล่านั้นกลับมาเป็นสมดุลปกติ สามารถ

ทำให้อาการผิดปกติต่างๆที่เกิดขึ้นกับร่างกายเหล่านี้ หุเลาลงหรือกลับมาเป็นปกติดังเดิมได้ ในกรณีนี้ทำโดยการรับประทานเบต้ากลูแคนในปริมาณตามตารางในช่อง S วันละครั้งจนมีอาการหุเลาลง หรือถ้าจะให้ดีก็รอจนอาการหายไป (โดยปกติจะใช้เวลาประมาณ 1-3 เดือน) แล้วก็ลดการรับประทานลงเป็น 3 วันต่อครั้งในปริมาณเดิมอีกสัก 1 เดือน หากรู้สึกปกติก็ก็สามารถรับประทานครั้งละสัปดาห์ตลอดไป เพื่อรักษาให้ร่างกายอยู่ในสมดุลที่ปกติจะได้ไม่กลับไปสู่สมดุลเก่าที่มีปัญหา แล้วอาการเหล่านี้จะไม่กลับมาบวกรอีก

ช่วงรับเคมีบำบัด

สารเคมีที่ใช้บำบัดอาจจะส่งผลข้างเคียงต่างๆต่อร่างกาย เช่น การมีปริมาณเม็ดเลือดขาวต่ำ มีแผลภายในปาก ปลายมือปลายเท้าดำ ฯลฯ อาการเหล่านี้จะแย่งลงเรื่อยๆ โดยเฉพาะในรอบหลังๆของการทำเคมีบำบัด เนื่องจากผลข้างเคียงที่สะสมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ส่งผลให้สภาพร่างกายแย่งลง ให้รับประทานเบต้ากลูแคนตามปริมาณในตารางช่อง M (หรือ L) วันละครั้งตามแต่ความรุนแรงของผลข้างเคียงในช่วงรับเคมีบำบัด เนื่องจากเบต้ากลูแคนมีคุณสมบัติในการช่วยฟื้นตัวของไขกระดูกและอวัยวะต่างๆ จึงสามารถลดผลข้างเคียงเหล่านี้ได้เป็นอย่างดี ส่วนในสัปดาห์สุดท้ายของแต่ละรอบ (ช่วงพักการให้เคมีบำบัด) ให้ลดเหลือปริมาณในช่อง M ในแต่ละวัน และเมื่อจบการเคมีบำบัดแล้วก็รับประทานตามปริมาณในช่อง M ต่อไปเรื่อยๆทุกวัน

ช่วงรับรังสีบำบัด

เบต้ากลูแคนเป็นสารที่มีคุณสมบัติด้านอนุมูลอิสระต่างๆ และพบว่าสามารถช่วยผู้ป่วยที่อยู่ในระหว่างรังสีบำบัดได้ นอกจากนี้ยังช่วยในการฟื้นตัวของไขกระดูกและอวัยวะอื่นๆที่ถูกรังสีอีกด้วย ในช่วงรังสีบำบัดให้ใช้ปริมาณตามตารางในช่อง L ทุกวันตลอดช่วงการรักษา แม้ว่าจะอยู่ในช่วงพักก็ตาม หลังจากการฉายรังสีสิ้นสุดแล้ว จึงรับประทานในปริมาณตามตารางในช่อง M ตลอดไป เพื่อเป็นการป้องกันในระยะยาว

ตรวจพบก้อนเนื้อ

ในระหว่างที่อยู่ในช่วงรอวินิจฉัย เช่น อีก 3-6 เดือนมาวัดขนาดใหม่ จากคุณสมบัติกระตุ้นกระบวนการกินสิ่งแปลกปลอมโดยเม็ดเลือดขาวของเบต้ากลูแคน ซึ่งจะสามารถยับยั้งเซลล์มะเร็งหลายชนิดได้ดี แต่คุณสมบัตินี้จะลดลงค่อนข้างเร็ว คือลดต่ำกว่า 60% หลังจากไม่ได้กินเพียง 2 วันเท่านั้น จึงต้องกระตุ้นให้มีประสิทธิภาพสูงที่สุดก็คือ ใช้ปริมาณในตารางช่อง L ทุกวัน ดังนั้นเพื่อให้เม็ดเลือดขาวมีประสิทธิภาพในการกินสิ่งแปลกปลอมที่สูงอยู่ตลอดเวลา ในช่วงระหว่างการรอตรวจในรอบต่อไปสามารถรับประทานในปริมาณตามตารางในช่อง M หรือ L อาจจะช่วยให้ร่างกายของท่านตอบสนองกับก้อนเนื้อนี้ได้ดีขึ้น และอาจจะช่วยลดขนาดหรืออาจจะทำให้หายไปได้อย่างไรก็ตามผลที่ได้อาจจะต่างกันตามการตอบสนองของเซลล์มะเร็งแต่ละชนิด (ซึ่งพบแล้วร่วม 3,000 ชนิด)

ตารางปริมาณเบต้ากลูแคนในสภาวะต่างๆสำหรับร่างกายในน้ำหนักต่างๆ			
น้ำหนักของร่างกาย	S	M	L
10 กิโลกรัม	¼ แคปซูล	½ แคปซูล	1 แคปซูล
20 กิโลกรัม	½ แคปซูล	1 แคปซูล	2 แคปซูล
30 กิโลกรัม	¾ แคปซูล	1 แคปซูล	2½ แคปซูล
40 กิโลกรัม	1 แคปซูล	2 แคปซูล	3 แคปซูล
50 กิโลกรัม	1 แคปซูล	2 แคปซูล	4 แคปซูล
60 กิโลกรัม	1 แคปซูล	2 แคปซูล	5 แคปซูล
70 กิโลกรัม	1-2 แคปซูล	3 แคปซูล	5-6 แคปซูล
80 กิโลกรัม	1-2 แคปซูล	3 แคปซูล	6-7 แคปซูล
90 กิโลกรัม	2 แคปซูล	3 แคปซูล	7-8 แคปซูล
100 กิโลกรัม	2 แคปซูล	4 แคปซูล	8-9 แคปซูล

หมายเหตุ

1. ในกรณีที่ต้องรับประทานเบต้ากลูแคนจำนวนมาก สามารถแบ่งรับประทานได้ 2-3 ครั้งในแต่ละวันตามแต่จะสะดวก แต่ควรอยู่ในช่วงท้องว่าง เพื่อการดูดซึมของเบต้ากลูแคนอย่างเต็มที่ ดังนั้นจึงควรรับประทานในตอนเช้าทันทีที่ตื่นนอน หรือหลังจากมื้ออาหารไม่ต่ำกว่า 3 ชั่วโมง และหลังจากรับประทานเบต้ากลูแคนไปแล้ว ควรรอไม่ต่ำกว่า 30 นาทีก่อนที่จะรับประทานอาหาร
2. การรับประทานเบต้ากลูแคน ต้องรับประทานร่วมกับวิตามินซีเสมอ ในอัตราส่วน เบต้ากลูแคน:วิตามินซี = 1 : 0.5-1 หมายความว่า ใน 1000 มก ของเบต้ากลูแคนที่บริโภค ควรบริโภค วิตามินซีพร้อมกันไปด้วยจำนวน 500 - 1000 มก ขอแนะนำวิตามินจากองค์เภสัชกรรมไทย (GPO) ซึ่งมีราคาถูกและมีประสิทธิภาพไม่ต่างจากยี่ห้ออื่นๆ จากการศึกษาของสถาบัน Linus Pauling สหรัฐอเมริกา ที่มีชื่อเสียงในการศึกษาด้านวิตามินซี สรุปว่าวิตามินซีในรูปแบบไหนๆ ก็ให้ผลประโยชน์ที่ไม่แตกต่างกัน
3. ในกรณีของการใช้เบต้ากลูแคนกับเด็ก ผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการกลืนแคปซูล ให้เทเบต้ากลูแคนในแคปซูลออกมา และผสมกับน้ำเปล่าหรือน้ำผลไม้เพื่อให้ดื่มง่าย แต่ไม่ควรผสมกับนมหรือน้ำนมถั่วเหลือง เพราะจะไปขัดขวางการดูดซึมของเบต้ากลูแคนได้ ในกรณีเด็กที่มีน้ำหนักตัวน้อย ก็ให้แบ่งเบต้ากลูแคนออกเป็น ส่วนตามที่บ่งชี้ในตาราง (หรือตามการคำนวณ) เก็บส่วนที่เหลือในกล่องสะอาดและเก็บรักษาไว้ในตู้เย็นจนกว่าจะใช้ต่อไป

ผลิตภัณฑ์ เบต้ากลูแคน Beta1,3D Glucan

บริษัท โอนะ จำกัด

โทรศัพท์ : 02 7223495

Line : bestbetaglucan

<https://beta1-3dglucan.com>