



科漢森的鼠李糖乳桿菌 LGG®

當前世界上相關研究文獻最多的益生菌之一

鼠李糖乳桿菌LGG® (該商標以下簡稱LGG®) 是當前世界上相關研究文獻最多的益生菌之一，與之相關的文獻超過250份，其研究族群廣泛，包含新生兒、早產兒、孩童、孕婦、成年人及老年人，且自1990年代開始就使用在食品及膳食補充品中，是世界上著名且值得信賴的益生菌。

科漢森具有最先進基因定序技術，針對科漢森的LGG®益生菌已有超過25年的基因定序研究，以維持LGG®益生菌100%基因序列穩定性。

品質及相關認證：LGG®益生菌於歐洲已獲得歐盟安全認證(QPS)，且為美國食品藥物管理局認定屬公認安全(GRAS)的益生菌，可放心攝取。

根據研究，LGG®菌株具有高膽鹽及酸耐受性，可提升菌株在腸道中的存活率，並可維持腸道障蔽完整性及輔助免疫系統功能。

LGG® 為科漢森有限公司的註冊商標。

資料文獻 (Chr. Hansen 官方網站)

<https://www.chr-hansen.com/en/human-health-and-probiotics/our-probiotic-strains/lactobacillus-rhamnosus-gg-trademark-lgg>

益生菌優格(優酪乳)的好處：

根據世界衛生組織WHO定義所謂益生菌是泛指補充一定數量且有益宿主健康的「活微生物」，雖然許多食物或補充品都含有微生物，但只有含有對健康產生特殊影響的經鑑定菌株才可被稱為益生菌，而優格/優酪乳是牛奶以活菌發酵而成，對健康帶來許多好處，許多健康意識強的人都將其作為日常飲食，這些是每天食用美味優格/優酪乳的理由：

(1) 食用優格/優酪乳的人會從牛奶中獲得所有好處

牛奶有好的動物蛋白，以及乳製品中的其他營養素，例如鈣，鉀，鎂和維生素等。

(2) 活性培養的優格/優酪乳對腸胃有幫助

優格/優酪乳可能有助於維持消化道機能，包括：

- 排便順暢
- 幫助消化
- 改變菌叢生態
- 調節生理機能



(3) 優格/優酪乳可以讓你感到有飽足感

一些研究指出，食用優格/優酪乳比喝一杯牛奶更能讓你有長時間的飽腹感。

LGG® 為科漢森有限公司的註冊商標。

資料文獻 (Chr. Hansen 官方網站)

<https://www.chr-hansen.com/en/food-cultures-and-enzymes/fresh-dairy/cards/collection-cards/healthy-living>

<https://www.chr-hansen.com/en/human-health-and-probiotics/our-science/what-are-probiotics>