



森姆·宏邦博士

紐崔萊營養與健康研究中心總裁
生物物理學博士



迎接腸道新紀元： 高效益腸纖維粉 新品培訓講座

銅章或以上領導人 AUG 2026

PART 0

健康迷思

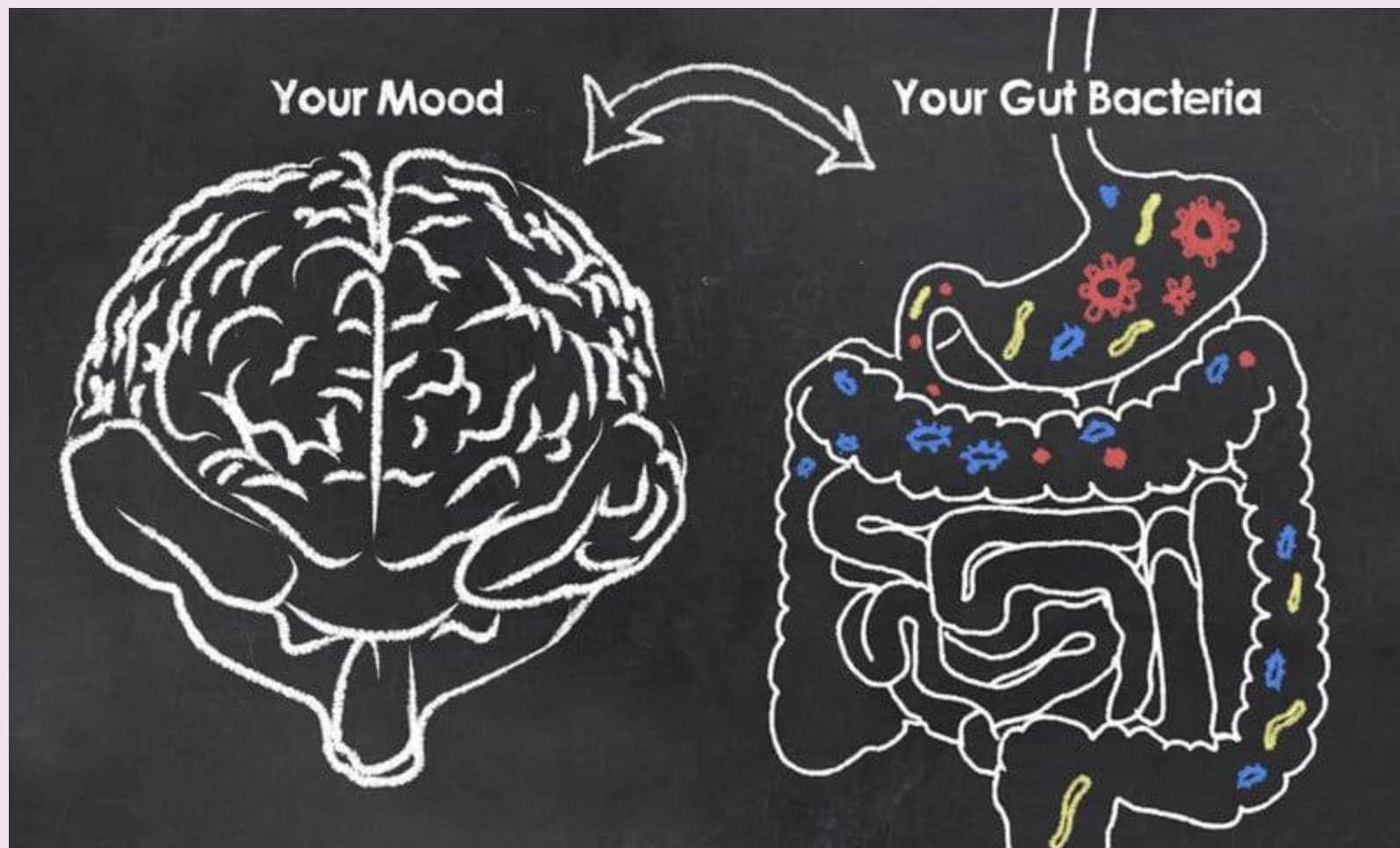


你以為 腸道菌 只管大便？

其實它每天都在和全身對話



0. 健康迷思



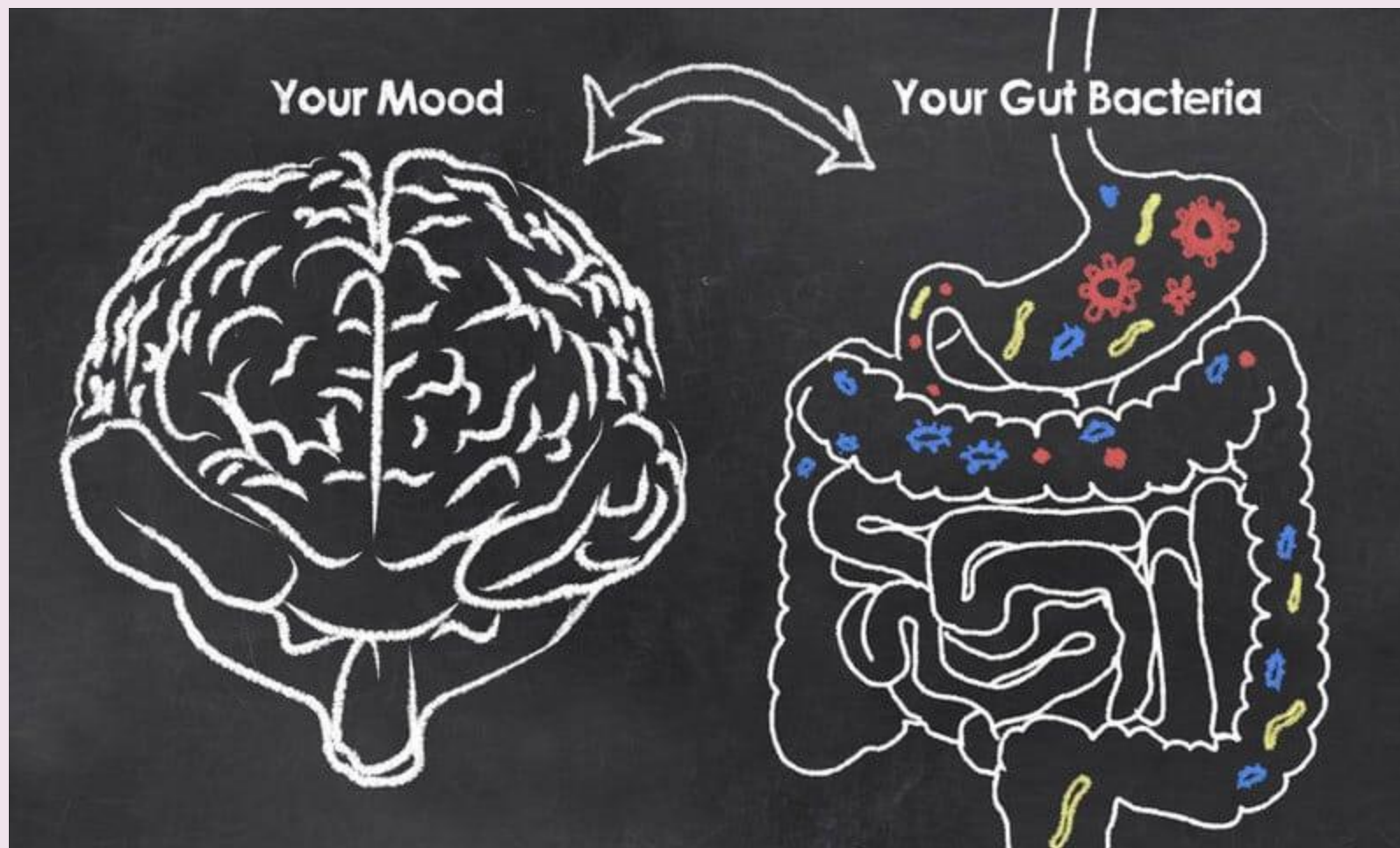
腸道與人體的連結

在腸道：

99%

的營養吸收

0. 健康迷思



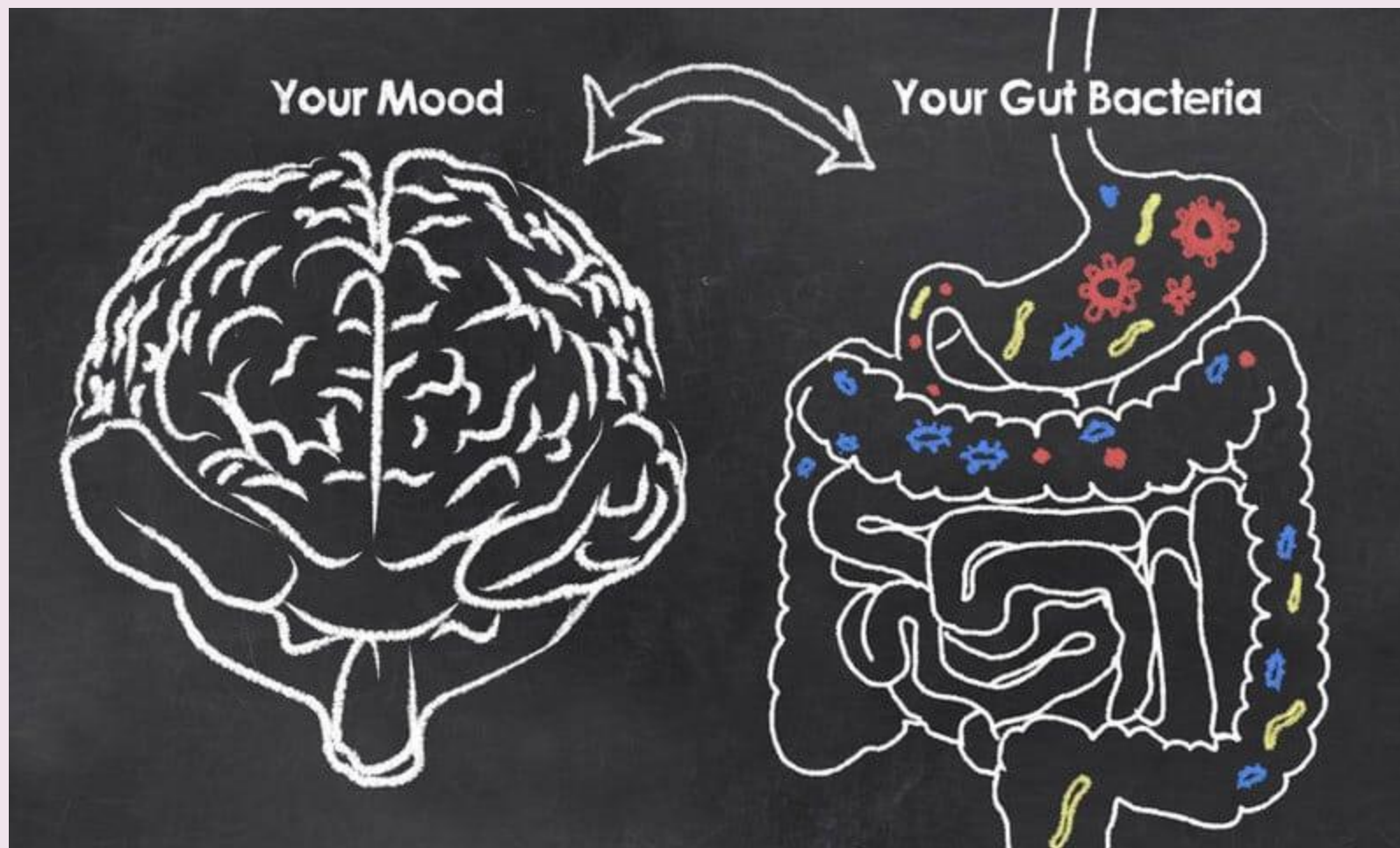
腸道與人體的連結

與大腦連結：

80%

血清素在腸道產生

0. 健康迷思



腸道與人體的連結

與免疫系統連結：

70%

的免疫功能處於腸道

0. 健康迷思

你的腸道環境健康嗎？



腸道黏膜是人體健康第一道防線

免疫細胞

消化道黏膜

腸道菌

三者為緊密
互利共生的關係



可以影響新陳代謝、調節免疫系統、抑制致病菌、減少過敏反應。

如何判斷腸道環境是否健康？

1. 腸道好菌要多
2. 黏膜要完整
3. 毒素要清除

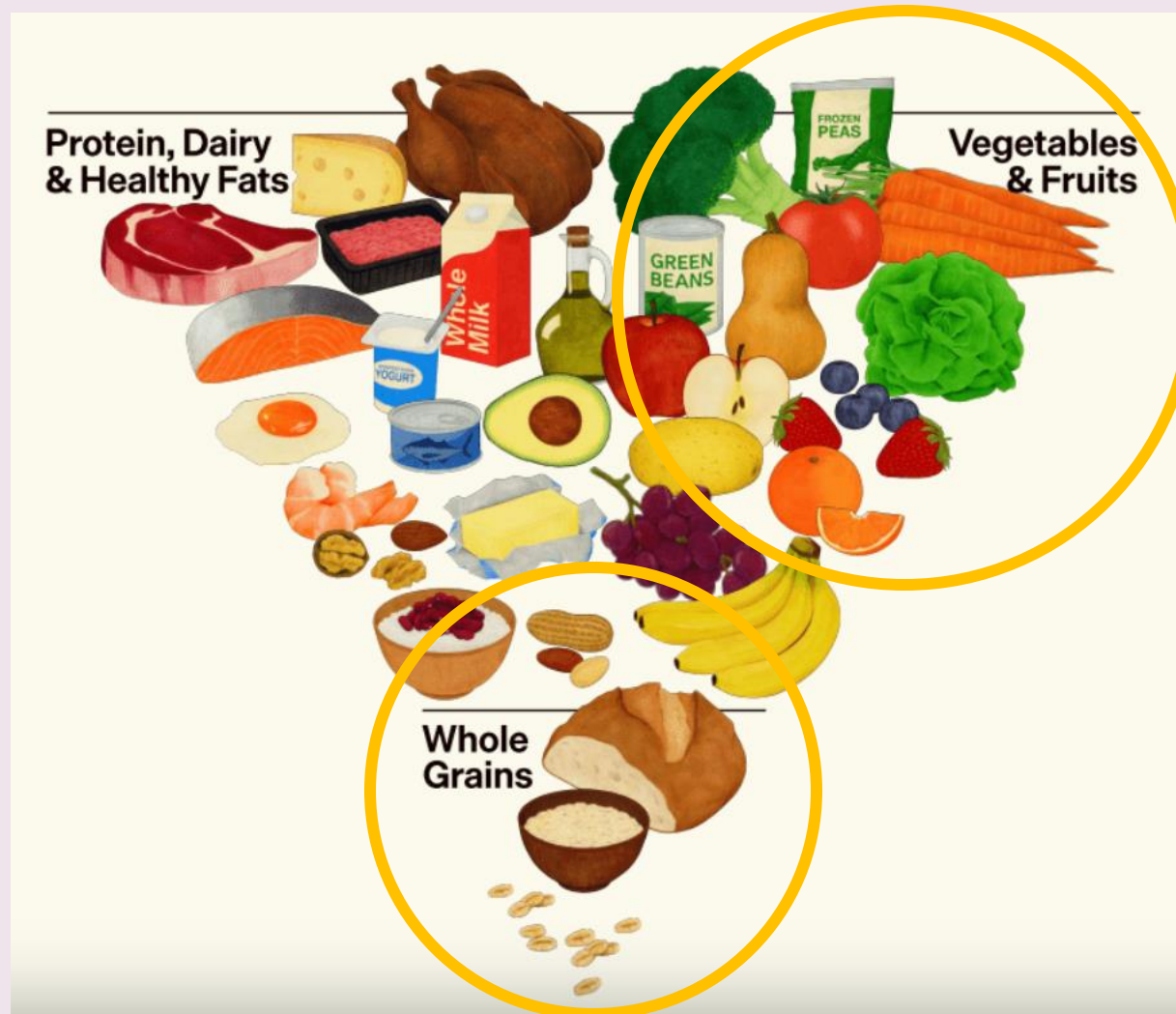
PART 1

港人之普遍健康狀態



1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足



《2025-2030年美國膳食指南》
倒食物金字塔建議：

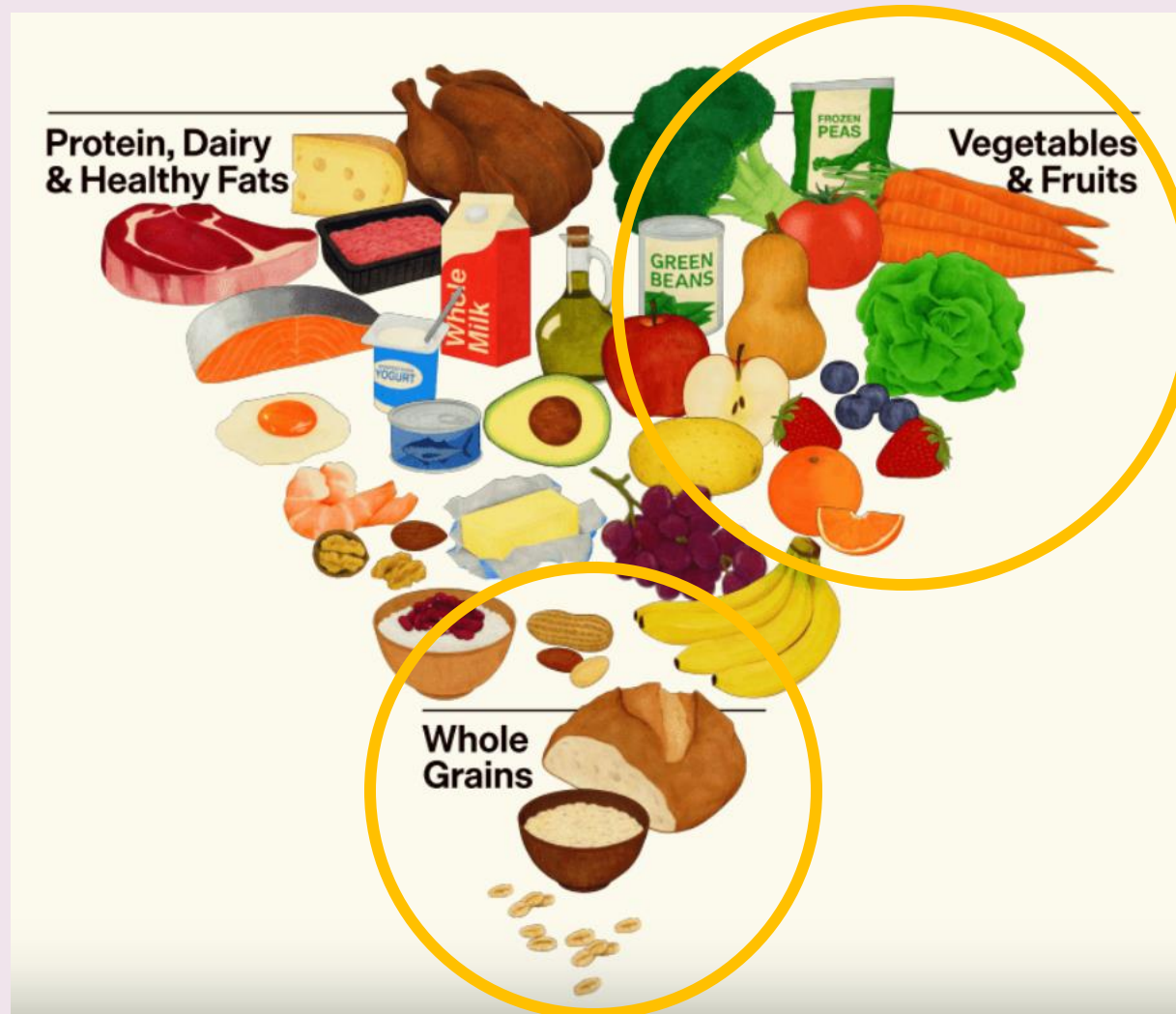
👍 水果&蔬菜

理想

1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足

理想



《2025-2030年美國膳食指南》
倒食物金字塔建議：

- 👍 水果&蔬菜
- 👍 多全穀

1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足

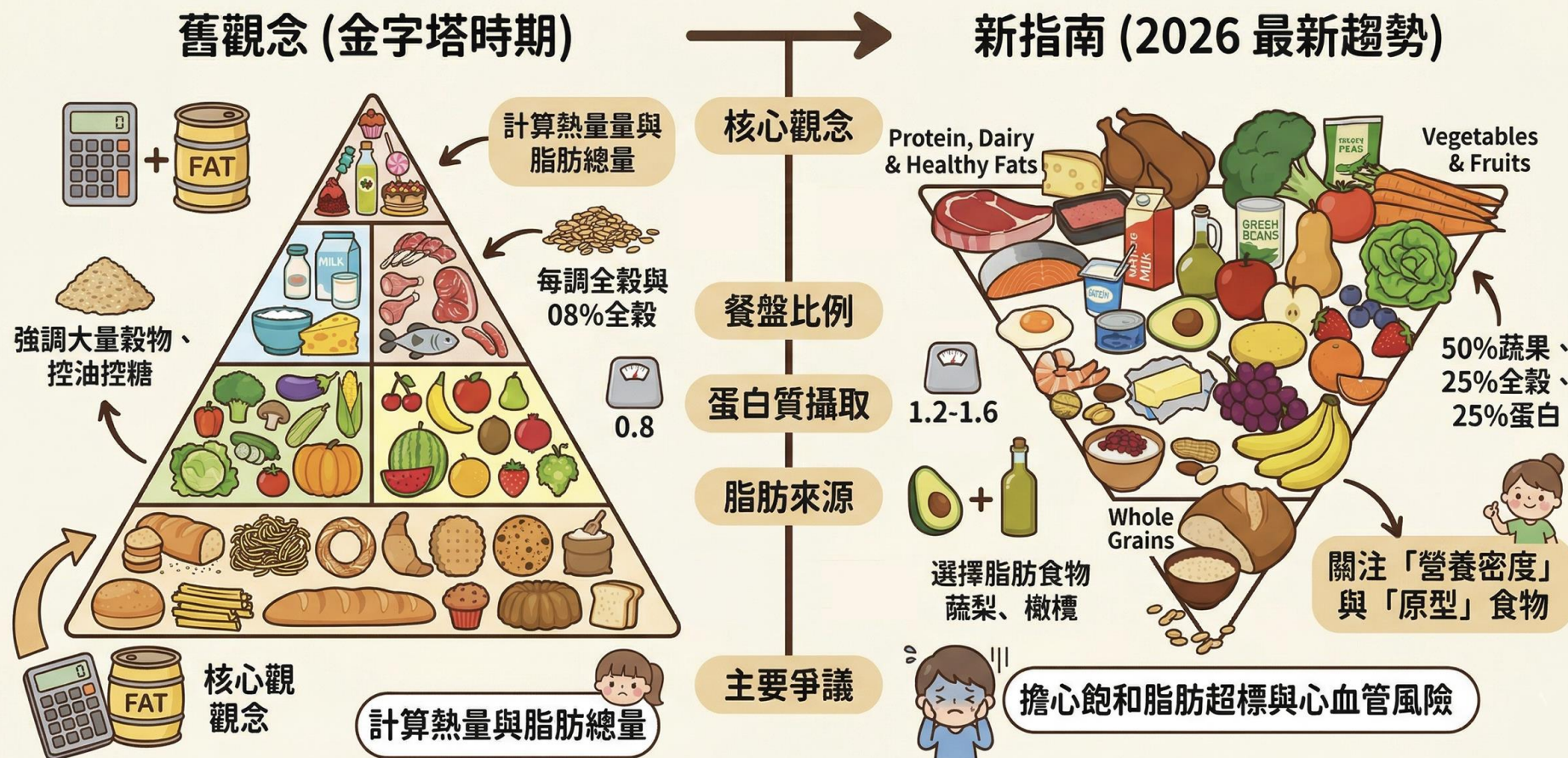
理想



《2025-2030年美國膳食指南》
倒食物金字塔建議：

- 👍 水果&蔬菜
- 👍 多全穀
- 👍 高蛋白質

新舊美國膳食指南比一比



1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足



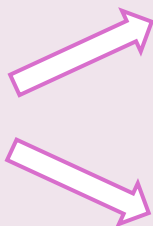
香港特別行政區政府
衛生署 衛生防護中心

每天的建議膳食纖維攝取量：

✓ 成人及青少年：25克或以上*

✓ 兒童：他的年齡加5克*

膳食
纖維



非水溶性

水溶性
(至少要有5-10克!)

理想



1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足



World Health
Organization

世界衛生組織
建議成年人每天進食
**至少五份或400克水果與
蔬菜**以獲得最大的健康益處。

理想



五份水果與蔬菜=?

一份蔬菜

- ✓ 一碗未經烹調的葉菜
- ✓ 半碗煮熟的蔬菜，包括葉菜、芽菜、瓜類、豆類或菇菌
- ✓ 四分三杯沒有添加糖或鹽的純蔬菜汁

***每天需要至少3份**



資料來源：衛生署

1. 港人之普遍健康狀態

纖維攝取量不足

五份水果與蔬菜=?

一份水果

新鮮水果

- ✓ 一個中型水果（如：蘋果、橙子）
- ✓ 兩個小型水果（如：奇異果、布祿）
- ✓ 半碗粒狀水果（如：士多啤梨、藍莓、提子）

沒有添加糖或鹽的乾果和乾棗類
沒有添加糖的純果汁

***每天需要至少2份**

1份



1份



理想

資料來源：衛生署



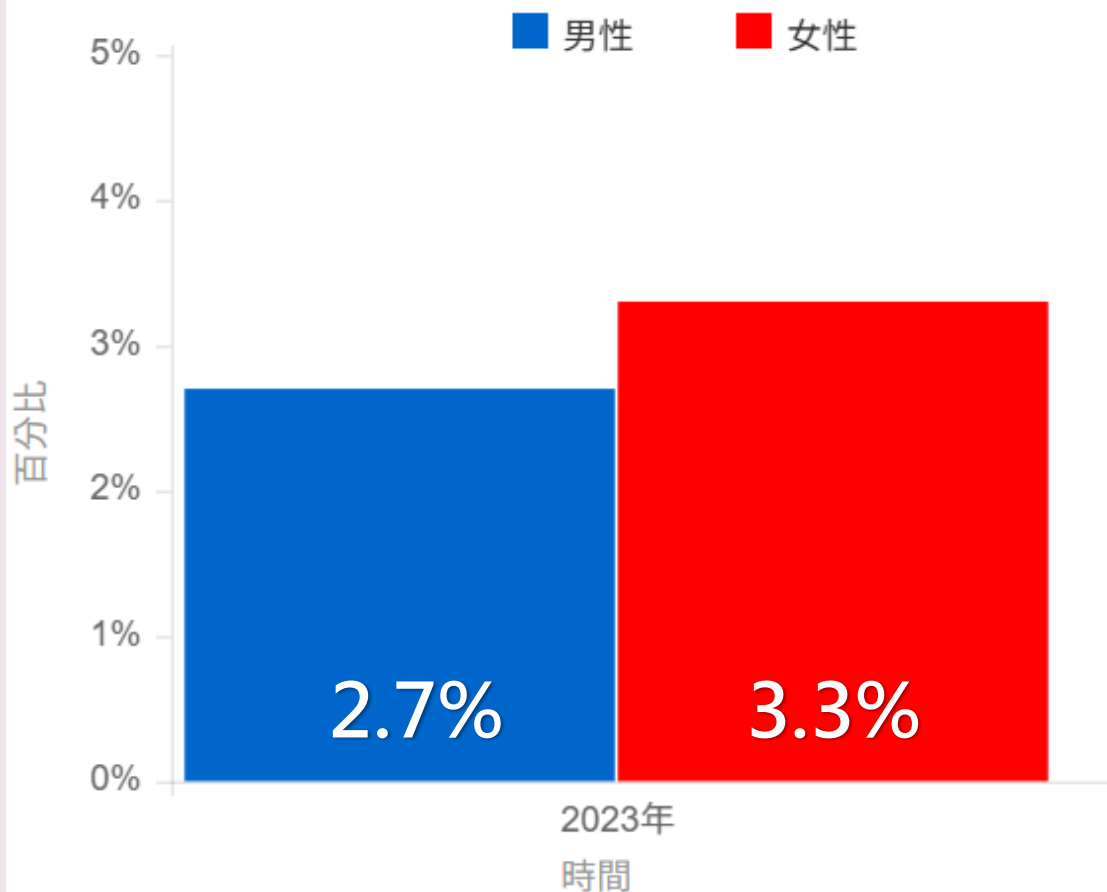
但添加了糖分的水果（如甜品、蜜餞乾和加糖罐頭水果）及脂肪含量高的水果（如椰子、榴槤和牛油果）除外

1. 港人之普遍健康狀態

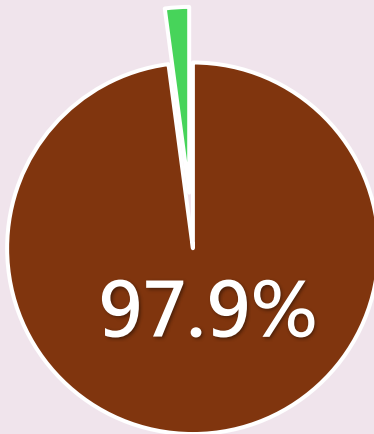
纖維攝取量不足

現實

15歲或以上人士每天進食至少五份蔬果的百分比



資料來源：衛生署2023年度健康行為調查



15歲或以上人士中.....

平均每天進食
少於5份水果和蔬菜

或有纖維攝取不足的問題!



平均每星期
至少吃一次
加工肉類



平均每星期
至少吃一次
高鹽零食

1. 港人之普遍健康狀態



香港特別行政區政府
衛生署 衛生防護中心

每天的建議膳食纖維攝取量:

- ✓ 成人及青少年: 25克或以上*
- ✓ 兒童: 他的年齡加5克*

*當中需要5-10克水溶性膳食纖維

纖維攝取量不足

理想

非水溶性纖維

全穀麥類(全麥、燕麥、大麥和糙米)及蔬菜

1389克
熟糙米



或

1563克
菠菜



水溶性纖維

水果、麥皮、豆類和種子

6個連皮
蘋果



或

266克
麥皮

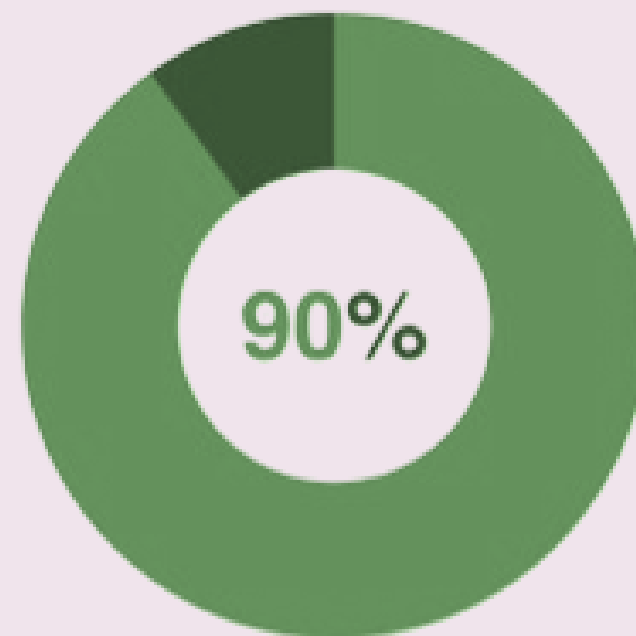


只供內
去皮食用纖維量減半！

現實

10個人中有**9個**
每日未能攝取**25克**
膳食纖維

*當中需要**5-10克**
水溶性膳食纖維



1. 港人之普遍健康狀態

纖維不足的健康風險



1. 腸道健康

- ❖ 便秘
- ❖ 腸道菌叢失衡
- ❖ 腸道屏障受損
- ❖ 大腸癌



2. 免疫健康

- ❖ 免疫系統失調
- ❖ 皮膚炎
- ❖ 常生病
- ❖ 失眠



3. 代謝健康

- ❖ 體重增加
- ❖ 第二型糖尿病
- ❖ 心血管疾病



4. 腦部健康

- ❖ 認知退化
- ❖ 記憶力衰退
- ❖ 情緒困擾



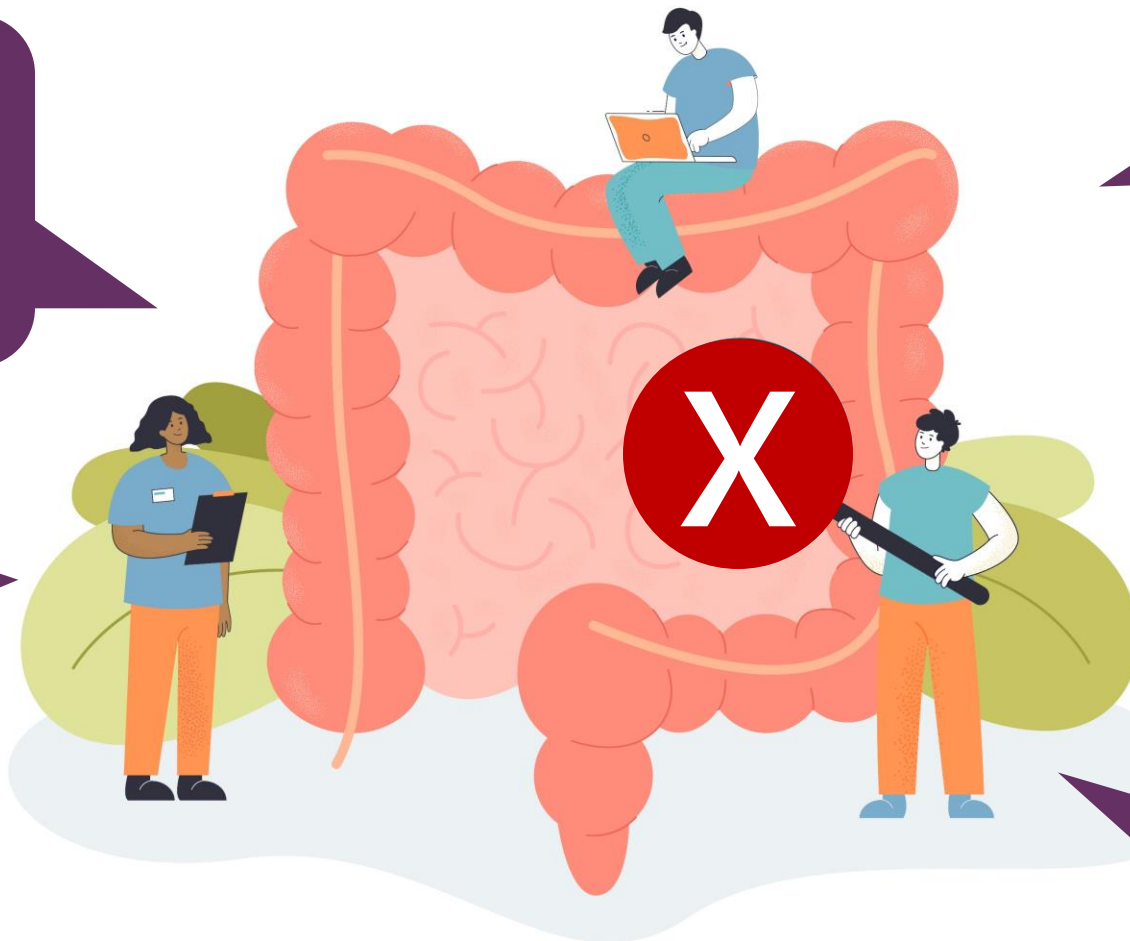
1. 港人之普遍健康狀態

本港腸道微生物生態現況



40%港人
有中等至嚴重程度
的腸道微生物生態失衡

40%港人
缺乏重要的
特定益菌



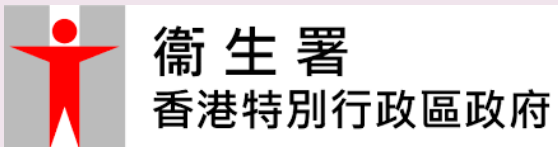
>60%
慢性病患者
有腸道失衡情況

濕疹患者大多缺乏
嗜酸乳桿菌
(*L. acidophilus*)

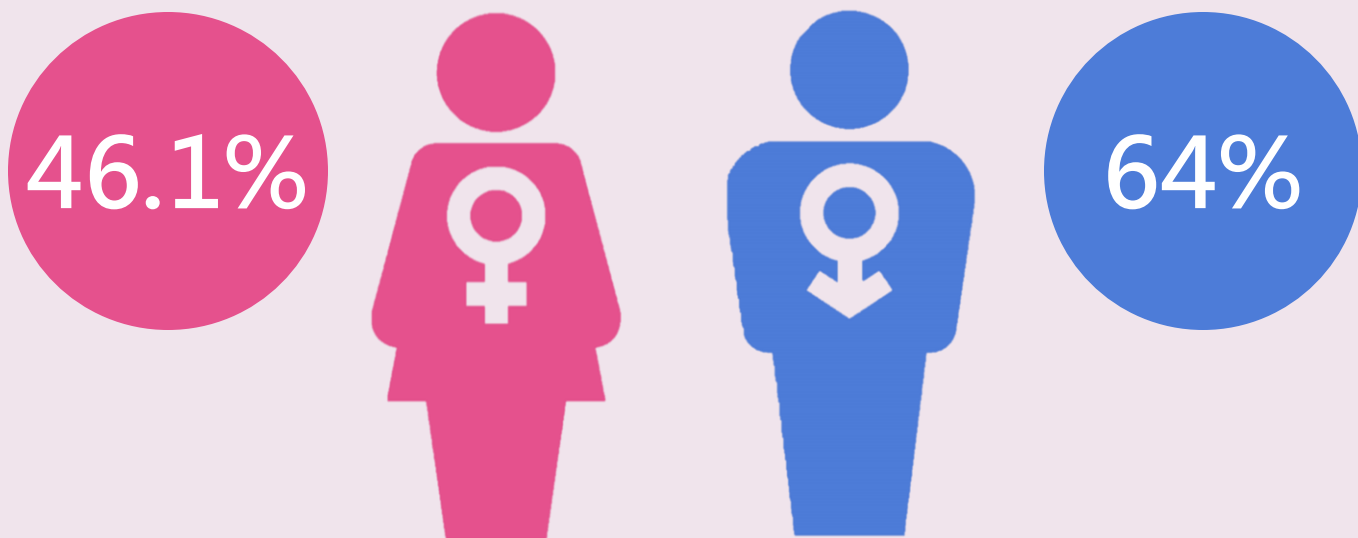
便秘患者及肥胖患者
大多缺乏植物乳桿菌
(*L. plantarum*)

1. 港人之普遍健康狀態

本港肥胖趨勢



的2020-22 年度人口健康調查顯示:



共54.6%港人屬於過重或肥胖



肥胖問題日趨嚴重

1. 港人之普遍健康狀態

本港慢性疾病現況



香港在2050年將成**全球最老地區**
屆時有**4成港人為65歲或以上**

2050全球人口老化地區預測



資料來源：聯合國

為何亞洲人口老化特別嚴重？

Business Digest

只供內部培訓用途

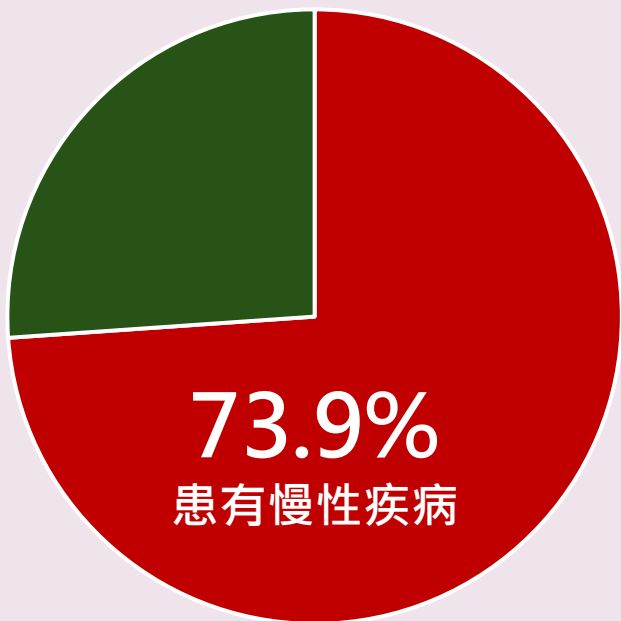
>40%

人口為65歲或以上

1. 港人之普遍健康狀態

本港慢性疾病現況

在65歲或以上人士中.....



2020-22年度人口健康調查：香港15至84歲人口「三高」盛行率



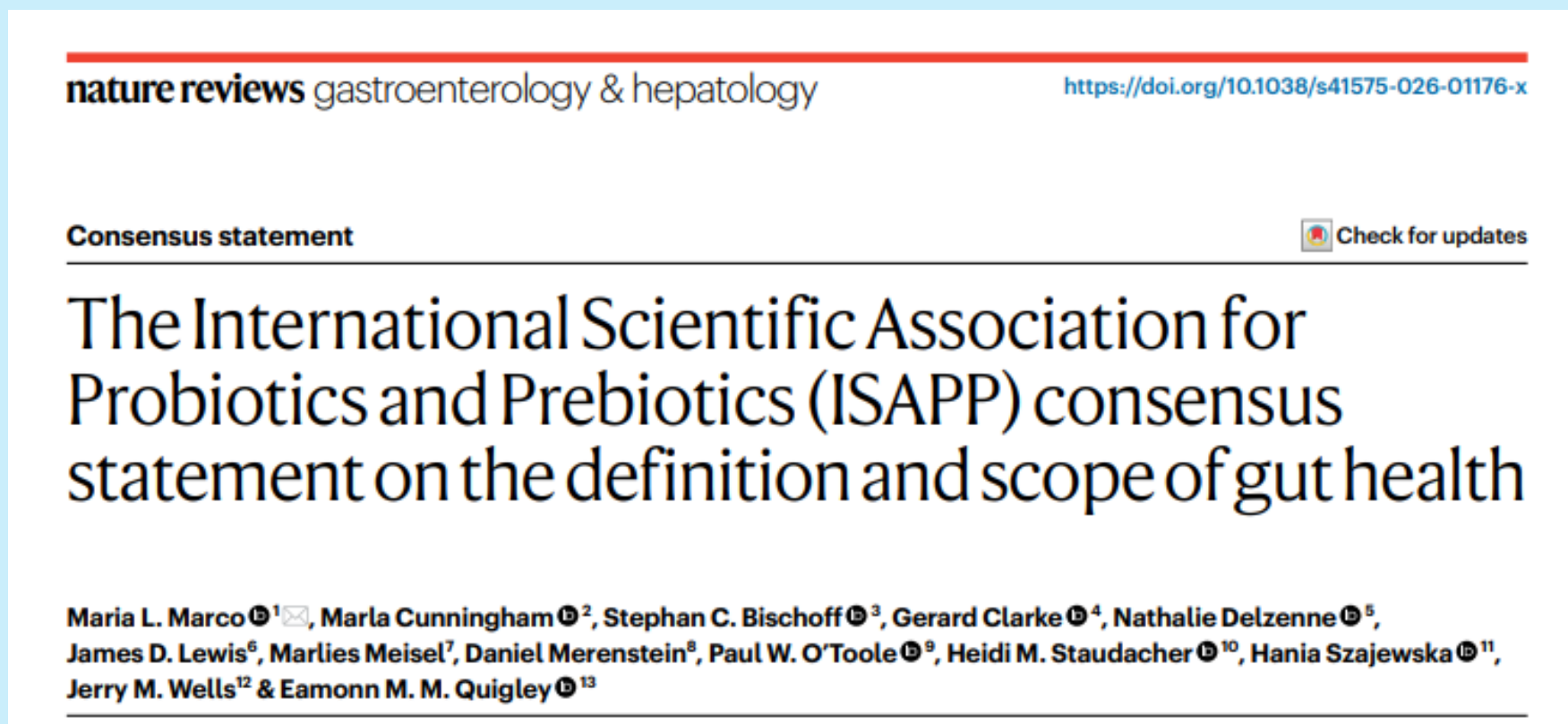
數據來源：2020-22年度人口健康調查報告

PART 2

研究實證



國際益生菌及益生元科學協會（ISAPP）發表文章定義腸道健康



國際益生菌及益生元科學協會（ISAPP）發表文章定義腸道健康

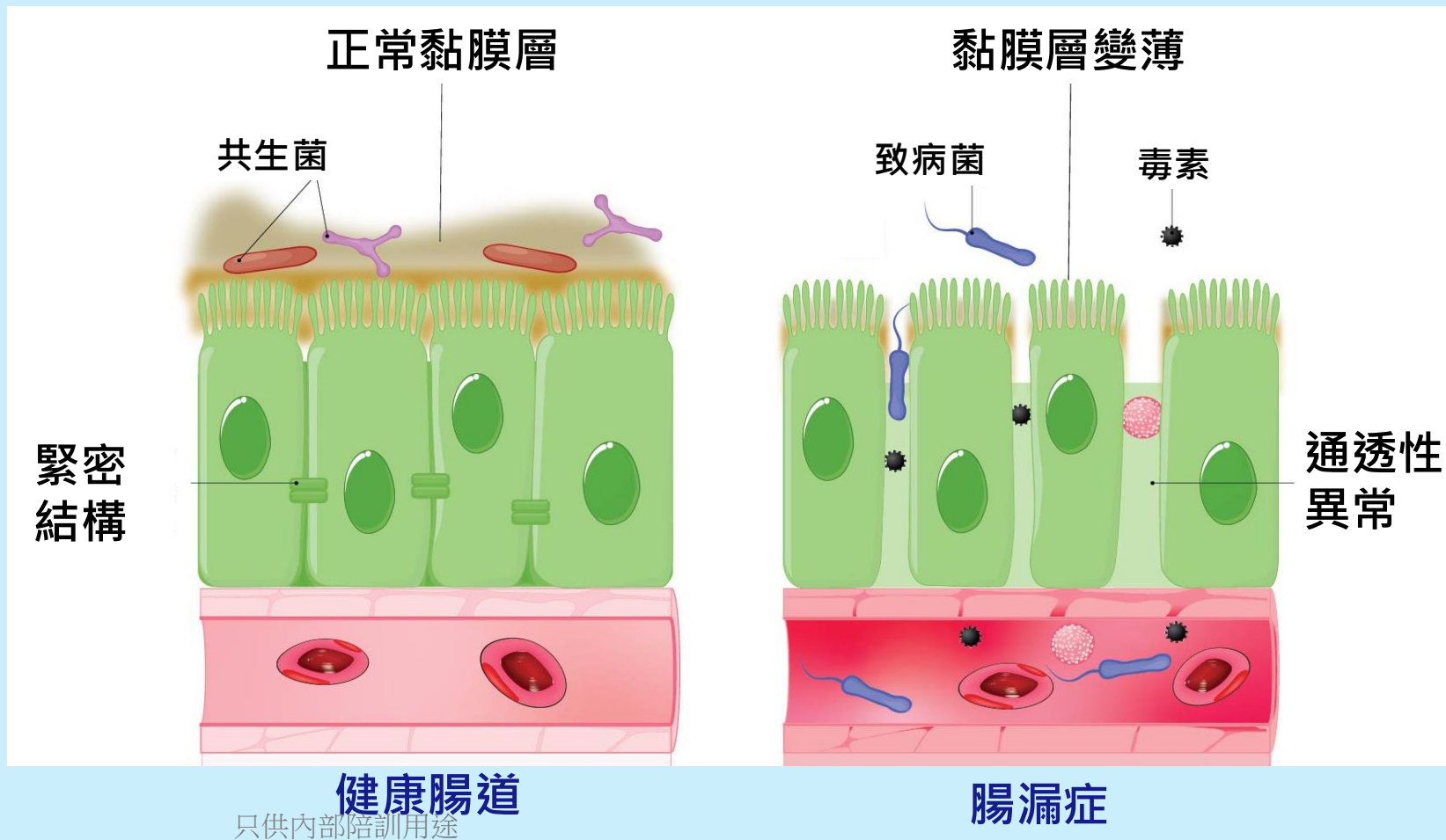
健康的腸道需要確保
消化道運作 + 腸道微生態 + 其他腸道功能
（免疫健康、內分泌、腦腸連結等）
處於理想狀態，不影響生活素質

3. 研究實證

腸道屏障功能：通透度及黏膜層

健康的腸道屏障有助

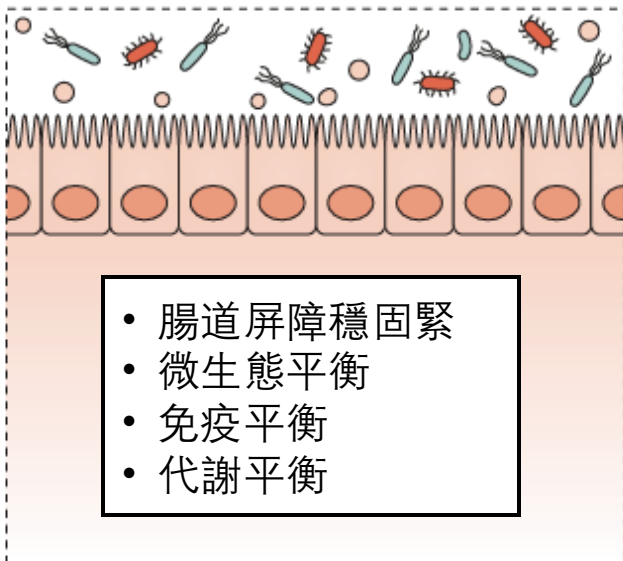
1. 抵禦外來病原體
2. 促進營養消化及吸收
3. 減少炎症發生
4. 維持健康代謝，↓慢性
疾病風險



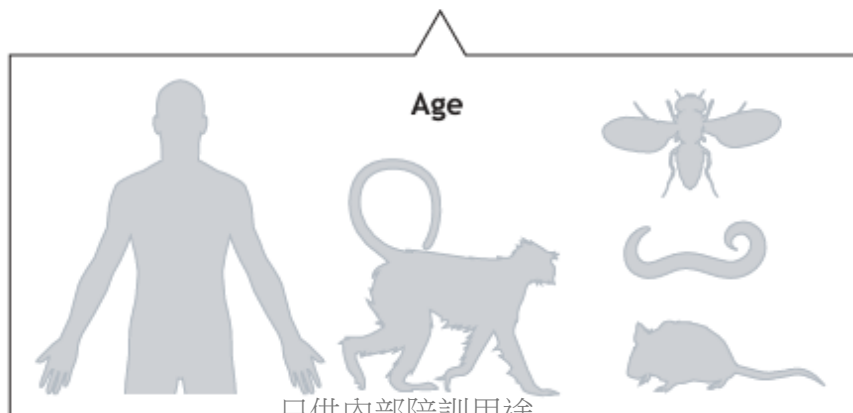
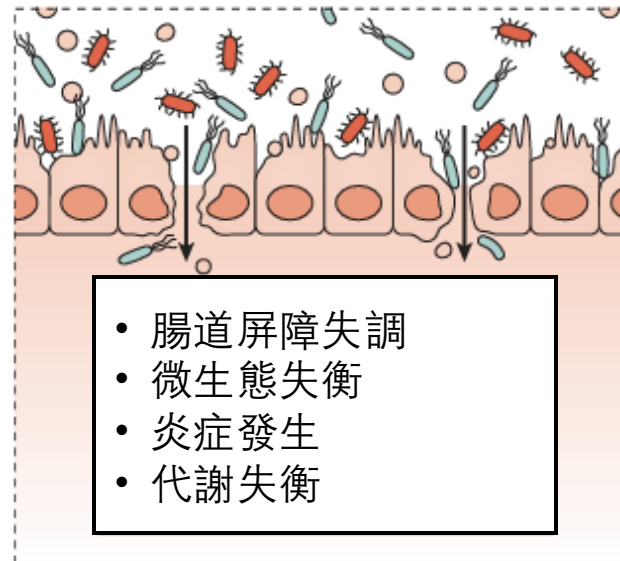
3. 研究實證

腸道屏障受損風險——老化

年輕腸道狀態



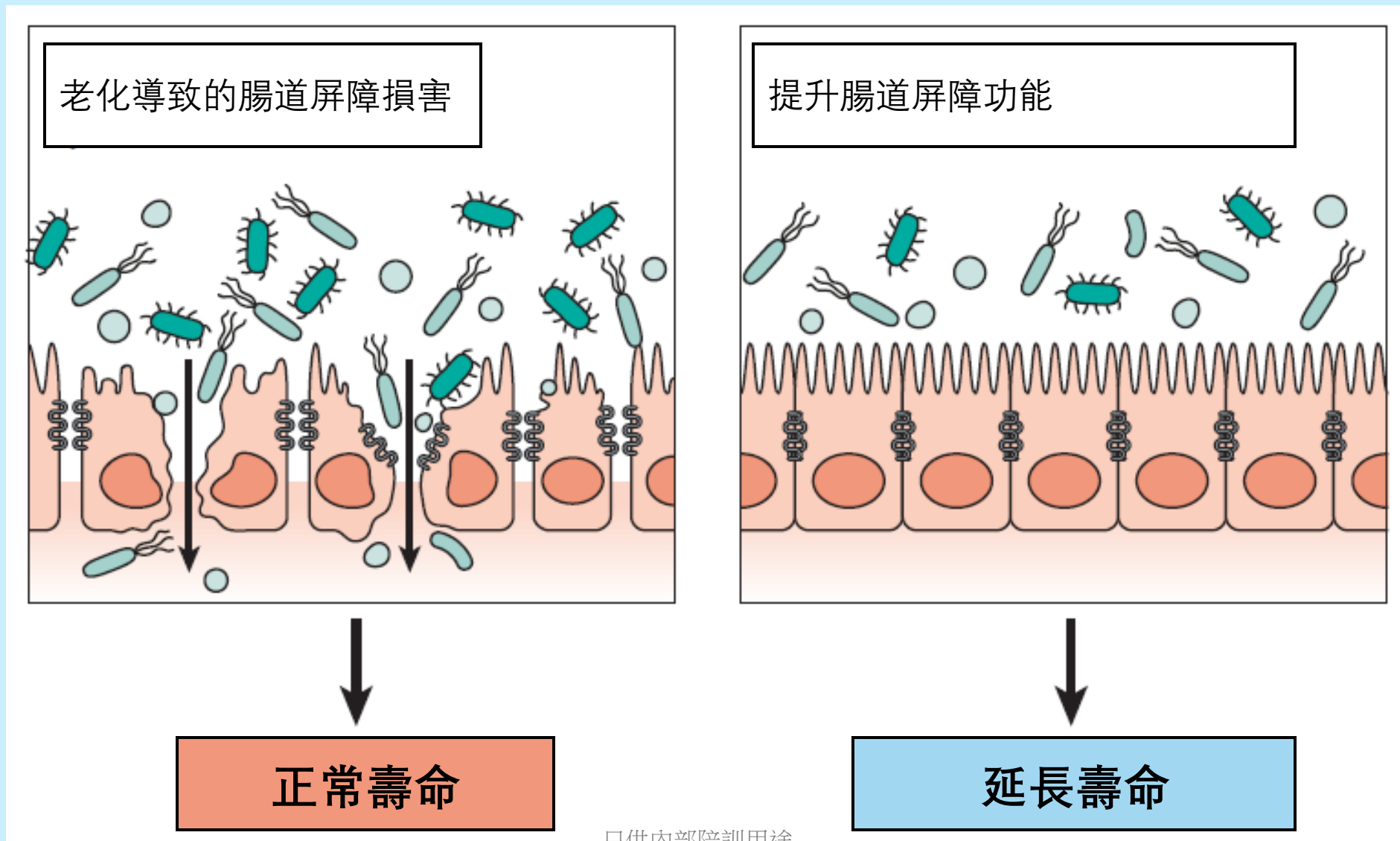
老化腸道



只供內部培訓用途

3. 研究實證

長壽的秘訣是提升腸道屏障完整性



只供內部培訓用途

3. 研究實證

腸道屏障受損風險——西方飲食模式

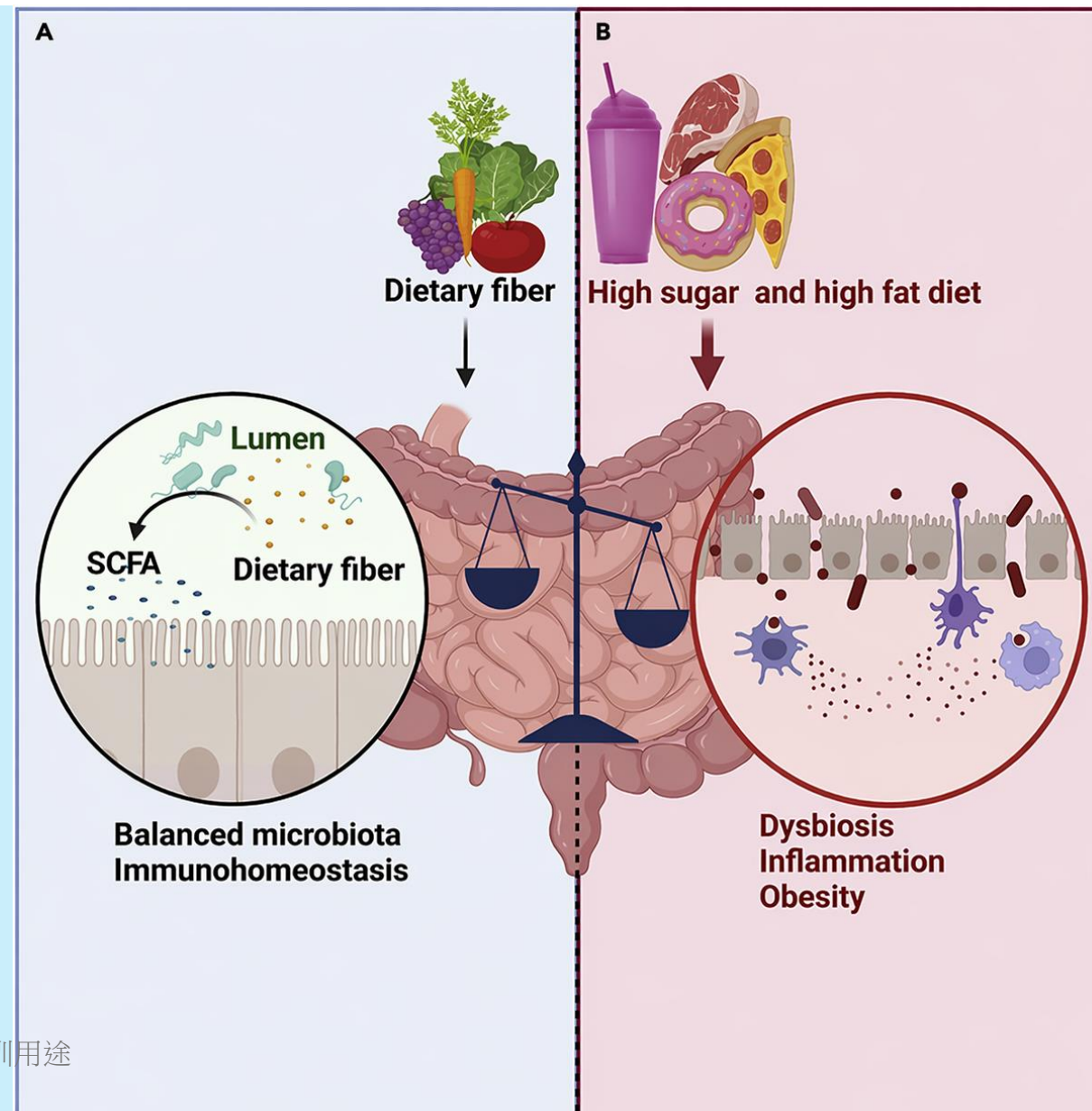
高糖高油飲食

腸道通透性增加，腸漏症風險上升
導致

- 炎症↑
- 肥胖風險↑

高纖維飲食

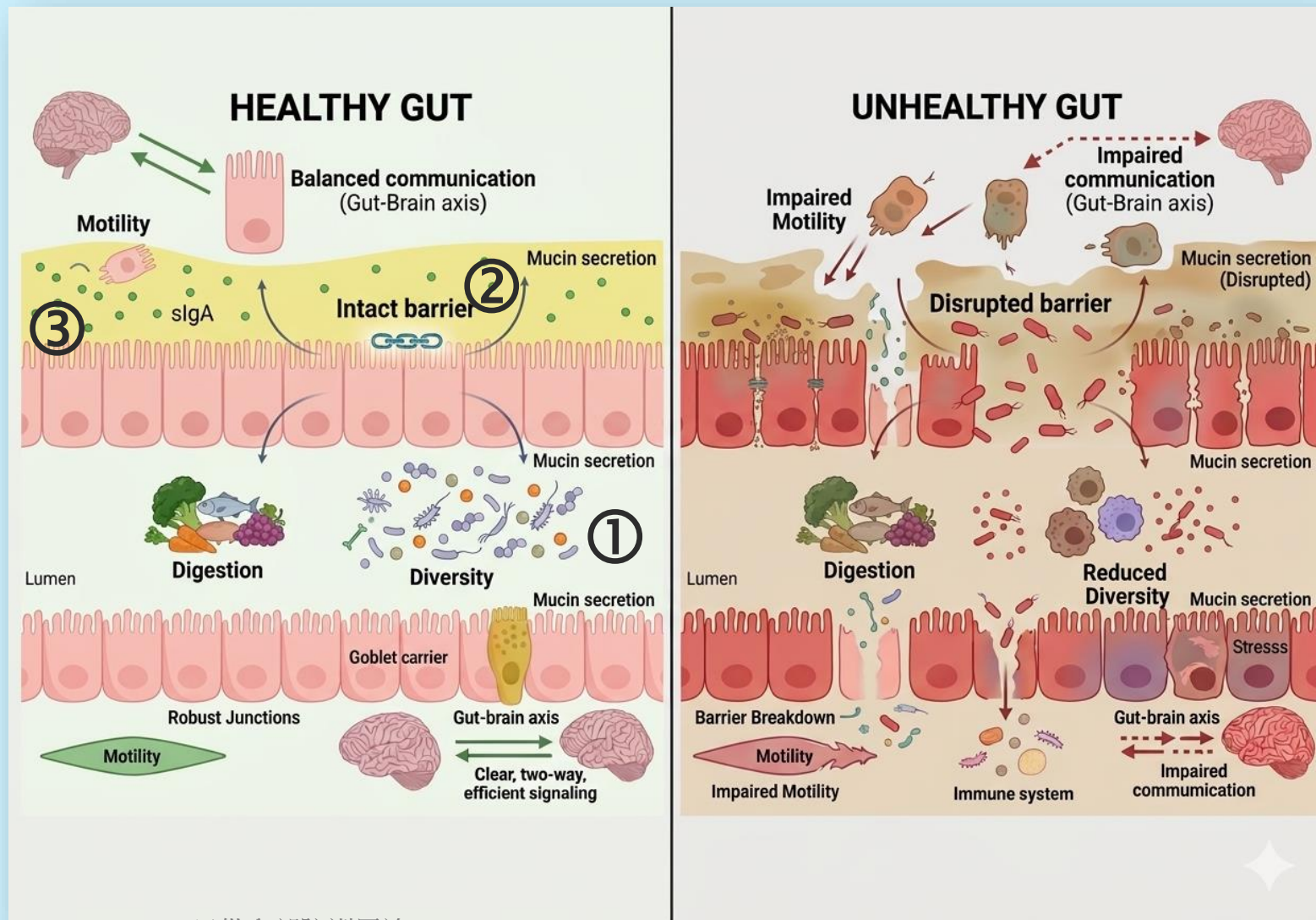
- 增加腸道短鏈脂肪酸合成
- 平衡腸道微生態
- 免疫平衡

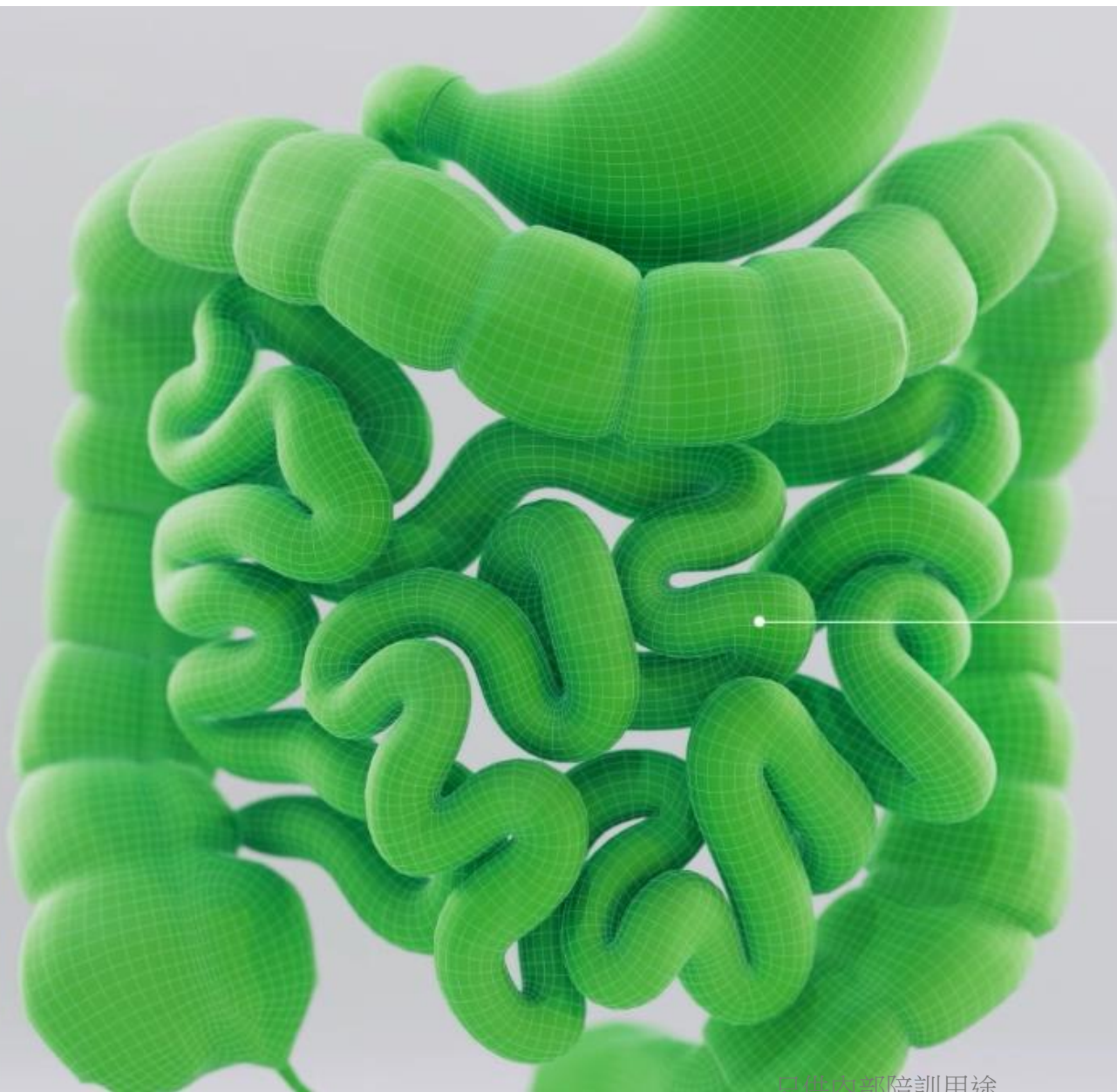


3. 研究實證

理想的腸道

1. 多元化的益菌生態
2. 完整的腸道屏障，有緊密的連接
3. 正常產生代謝物（例如短鏈脂肪酸 SCFA），以滋養微生物並維持健康的微生態環境





小腸

探索腸道健康密碼

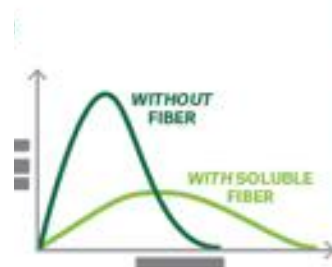
從進入胃部開始，
膳食纖維都發揮不同功效。

胃部

包覆食物中的油脂，減少脂肪在腸道吸收，並排出體外

小腸

吸收水份形成凝膠狀，助減慢糖分吸收，此產品或有助穩定血糖。



大腸

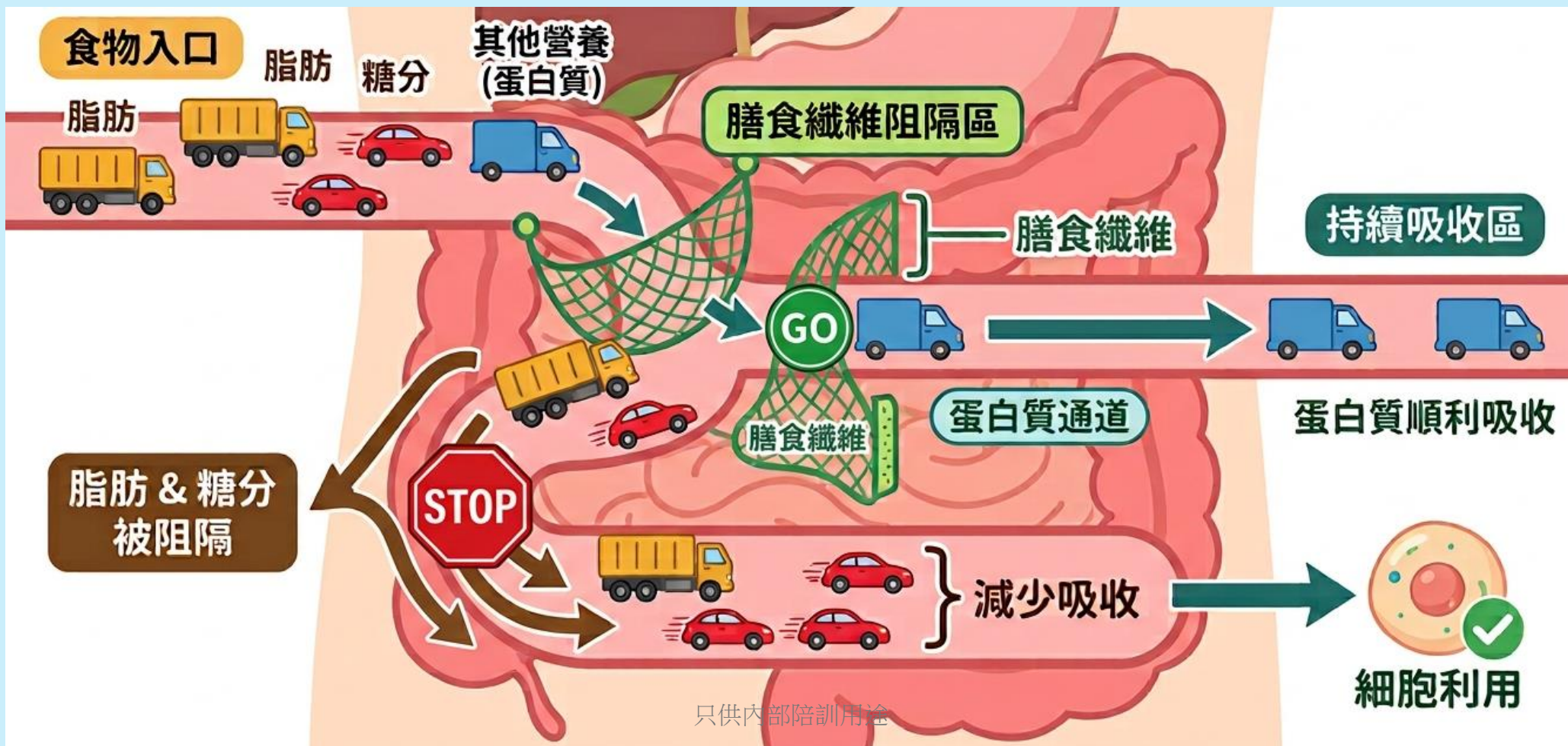
發揮作為益生元的效用，促進益生菌繁殖，維持理想腸道微生態

* This is a representation of the general blood sugar response to soluble fiber from Tapioca Resistant Dextrin.

This statement has not been evaluated by the Food and Drug Administration. This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease.

只供內部培訓用途

阻隔糖油 吸收順暢



阻隔糖油 減少囤積

針對「高油高糖」飲食，水溶性纖維亮起「紅燈」，油脂及糖分被攔截「分流處理」

膳食纖維能

- 阻擋油脂，避免過度吸收
- 延緩糖分消化吸收，將多餘糖分帶入細胞，穩定血糖波幅



吸收順暢 提升營養利用率

膳食纖維為蛋白質亮起「綠燈」，有更多時間處理蛋白質「車流」

- 蛋白質穩定進入小腸，持續吸收，提升整體營養吸收效益



3. 研究實證

短鏈脂肪酸(SCFAs)

認識腸道的黃金守護者:SCFAs

- ✓ 由腸道菌叢產生
- ✓ SCFA的含量和種類會因個人飲食而顯著不同

腸道健康

促進修復黏膜
細胞，鞏固腸
道健康

代謝健康

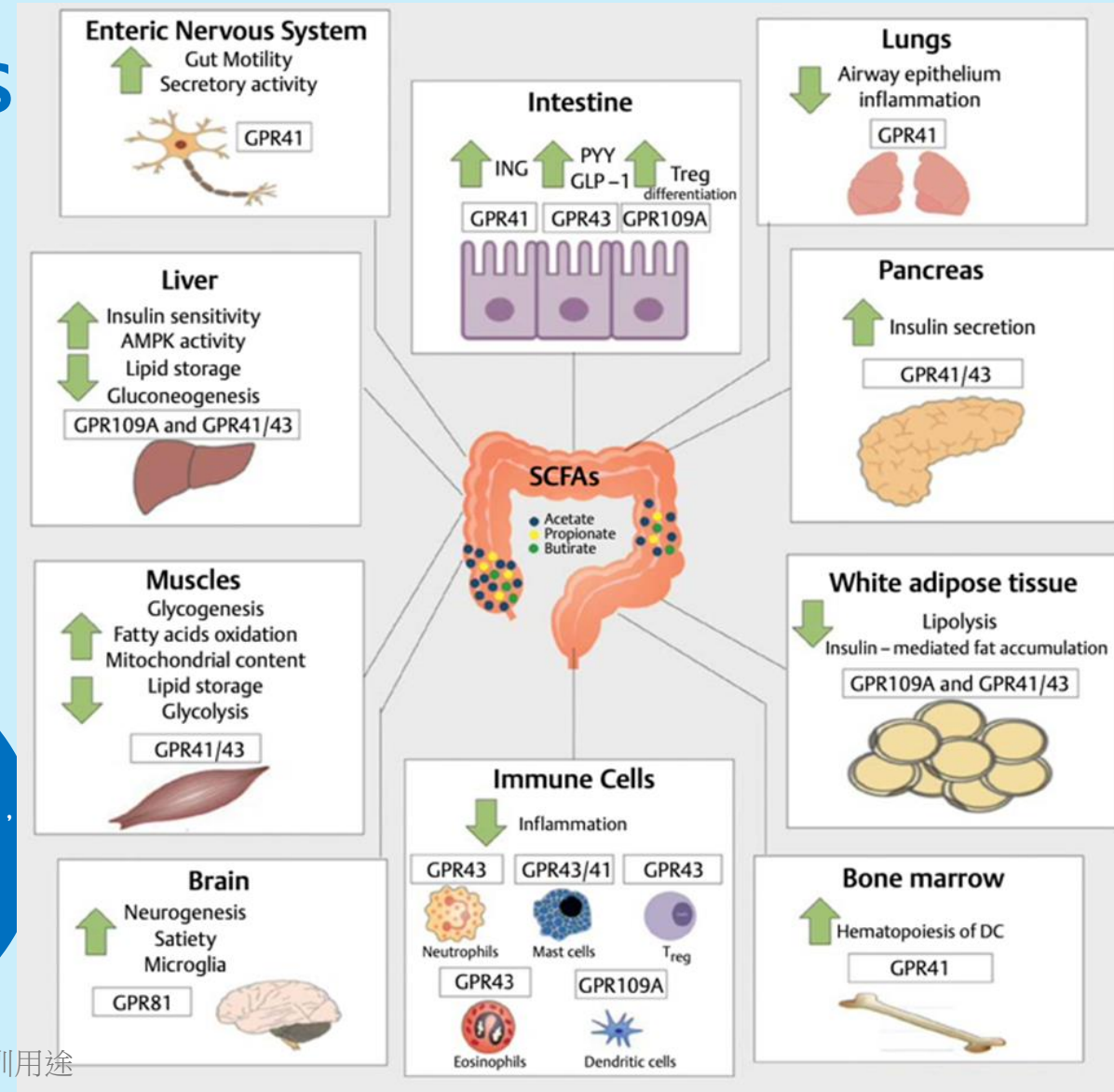
增加飽足感信
號，促進脂肪
與能量代謝

免疫健康

平衡免疫系統，
減少慢性炎症
發生

腦部健康

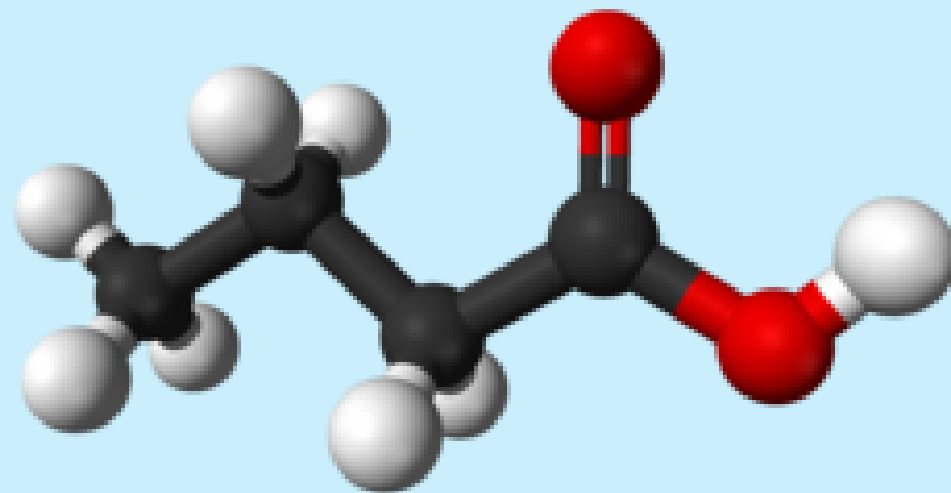
透過「腦腸軸」，
促進神經傳遞物
質合成，有助緩
解壓力



關鍵的短鏈脂肪酸:

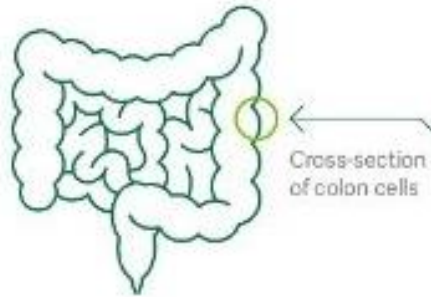
丁酸 (Butyric acid)

✓ 佔人體總短鏈脂肪酸比例20%



3. 研究實證

丁酸



GUT HEALTH

What is butyrate, and how does it support a strong, healthy gut lining?

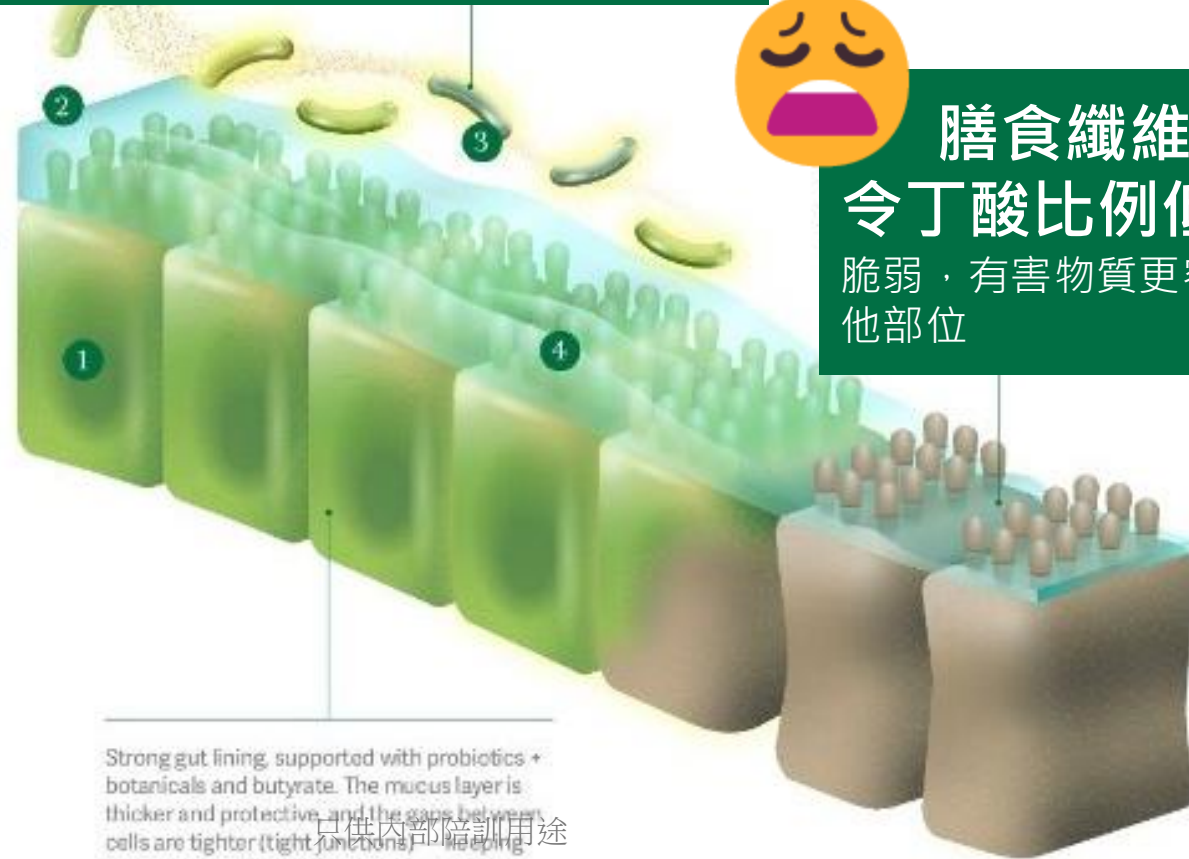
The gut's preferred fuel for healthy barrier function

Butyrate is a key short chain fatty acid (SCFA) your gut can't thrive without! It is made inside your gut when beneficial bacteria digest prebiotic fibers. It is one of the most important fuel sources for the cells lining your colon – and a powerful messenger that helps support gut, immune and brain health.



充足膳食纖維(益生元):

促進益生菌繁殖，增加丁酸合成，
穩固腸道屏障



膳食纖維(益生元)不足:
令丁酸比例低，腸道屏障變得
脆弱，有害物質更容易通過，流通至其
他部位

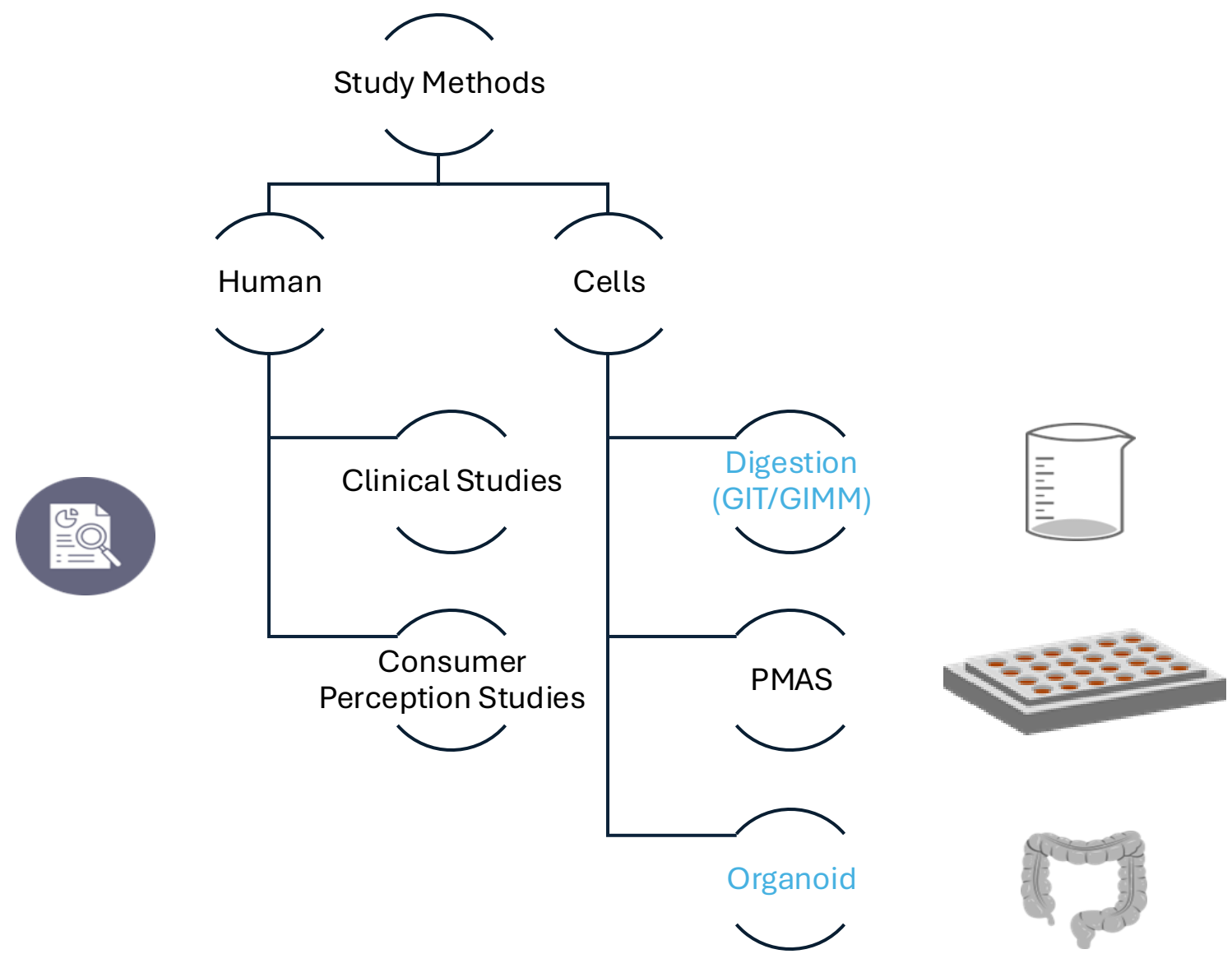
安利如何從科學角度 探討腸道健康

科學印證

- 透過人體實驗及細胞實驗，解構腸道奧秘

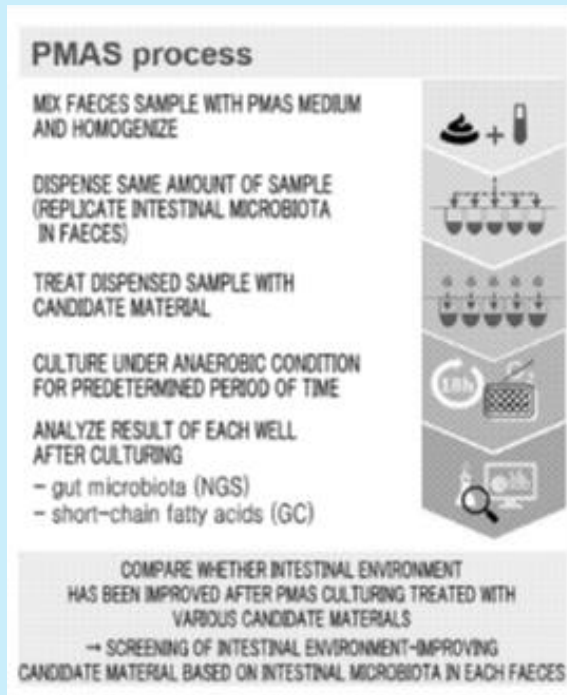
更先進精確技術，評估整體腸道健康

- 腸道屏障功能
- 腸道代謝物合成
- 微生物生態多樣性



3. 研究實證

1. HEM PMAS STUDY (LARGE INTESTINE)



2. ORGANOID STUDY (SMALL INTESTINE)

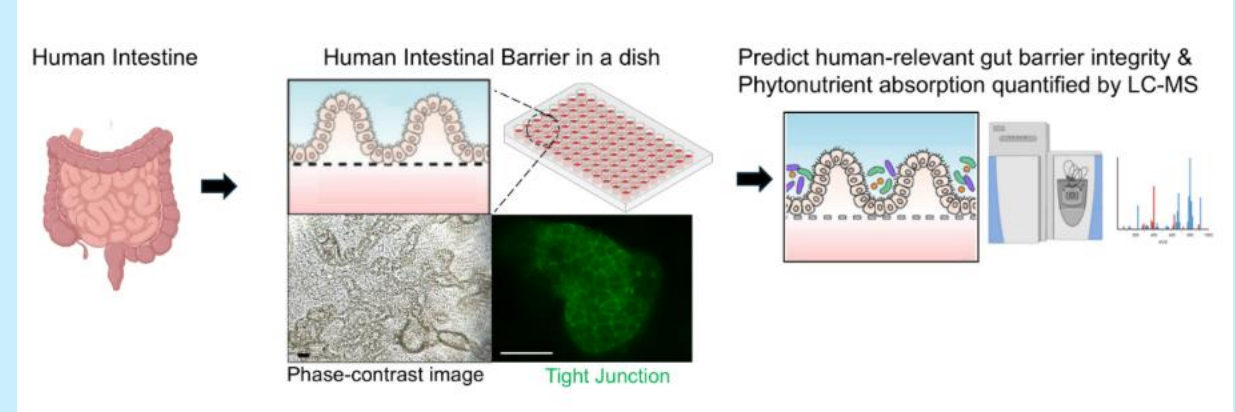
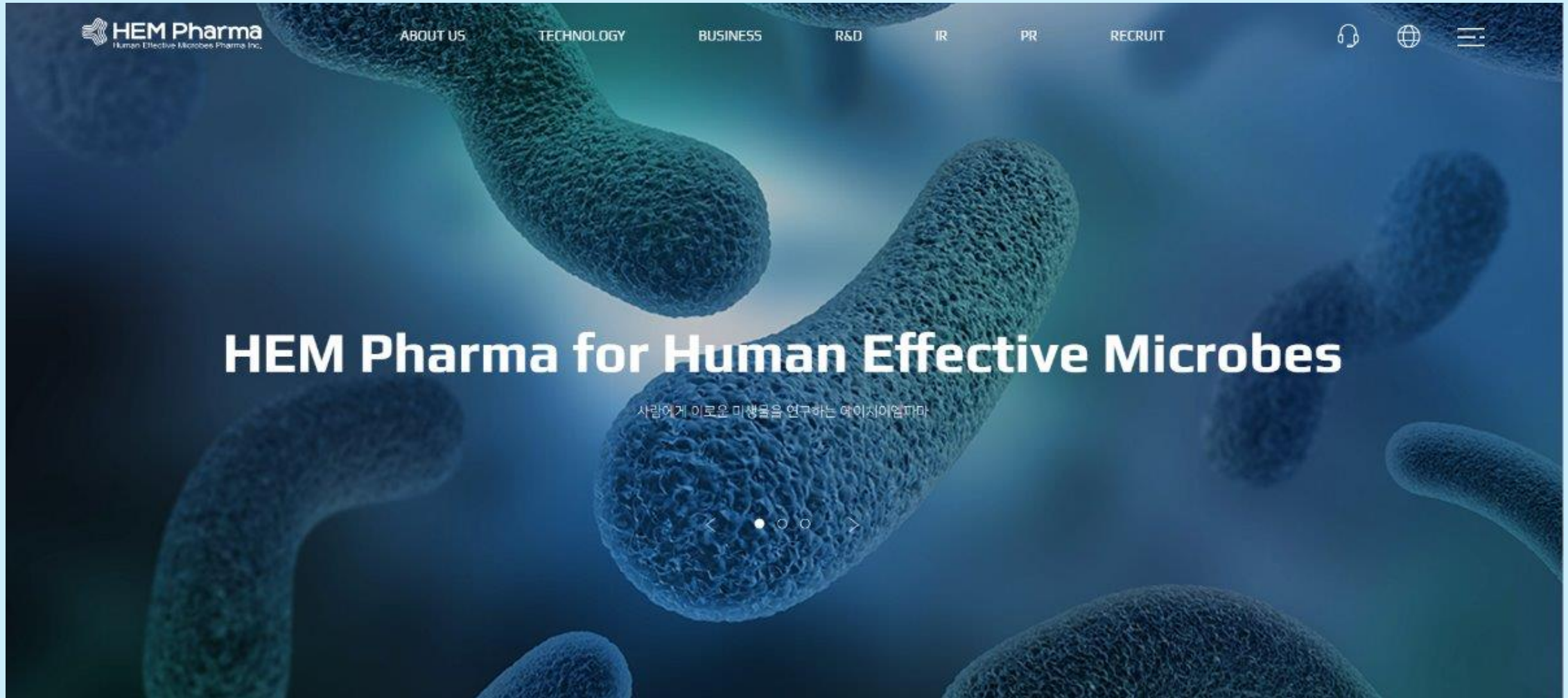


Figure 6 In-House Human Intestinal Barrier Testing Platform: A human-relevant, organoid-based intestinal platform enabling quantitative assessment of barrier integrity and phytonutrient in a scalable 96-well format.

SINCE 2016





- 推動微生物群健康領域的科學研究、技術與服務。
- 共同開發其中一個全球最大的腸道微生物群資料庫，累積超過9萬筆數據
- 研究擴展到日本、泰國、馬來西亞、台灣及美國等其他重要市場，致力量身打造個人化解決方案

PMAS Process



STEP 1

人糞便樣本，與
PMAS 培養基混合
、過濾



STEP 2

將混合物分裝至
培養板中



STEP 3

樣本加入紐崔萊
產品



STEP 4

在模擬人體腸道（
溫濕度等）的無氧
環境下進行發酵培
養



STEP 5

分析培養板的
結果腸道菌群
短鏈脂肪酸（
SCFA）

3. 研究實證

PMAS實驗

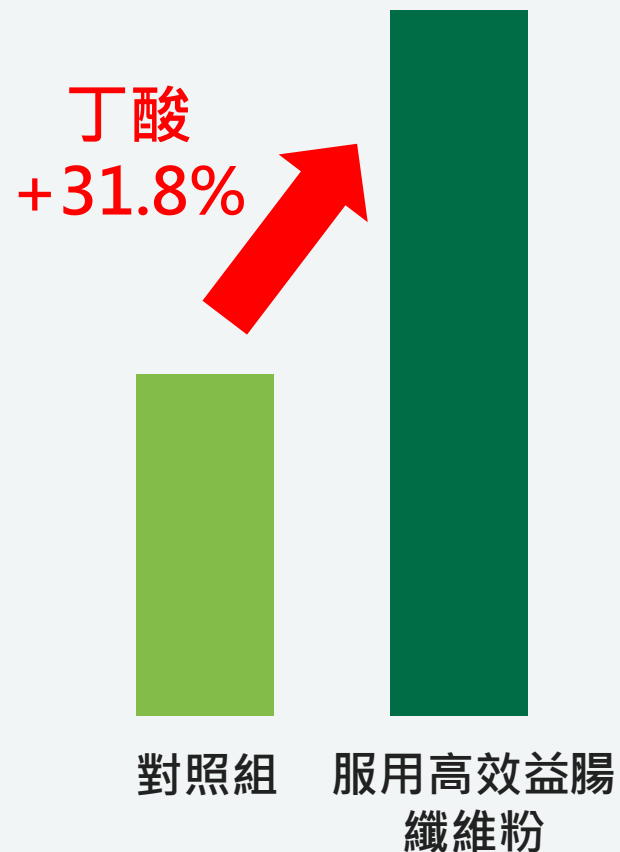
PMAS 為一項體外測試:

- ✓ 評估飲食和補充劑對SCFA水平&腸道微生物群的影響
- ✓ 在模擬真實腸道環境（包括濕度、氧氣含量、溫度和胃腸道蠕動）中使用了人類糞便樣本

結果顯示

丁酸水平提升 31.8%

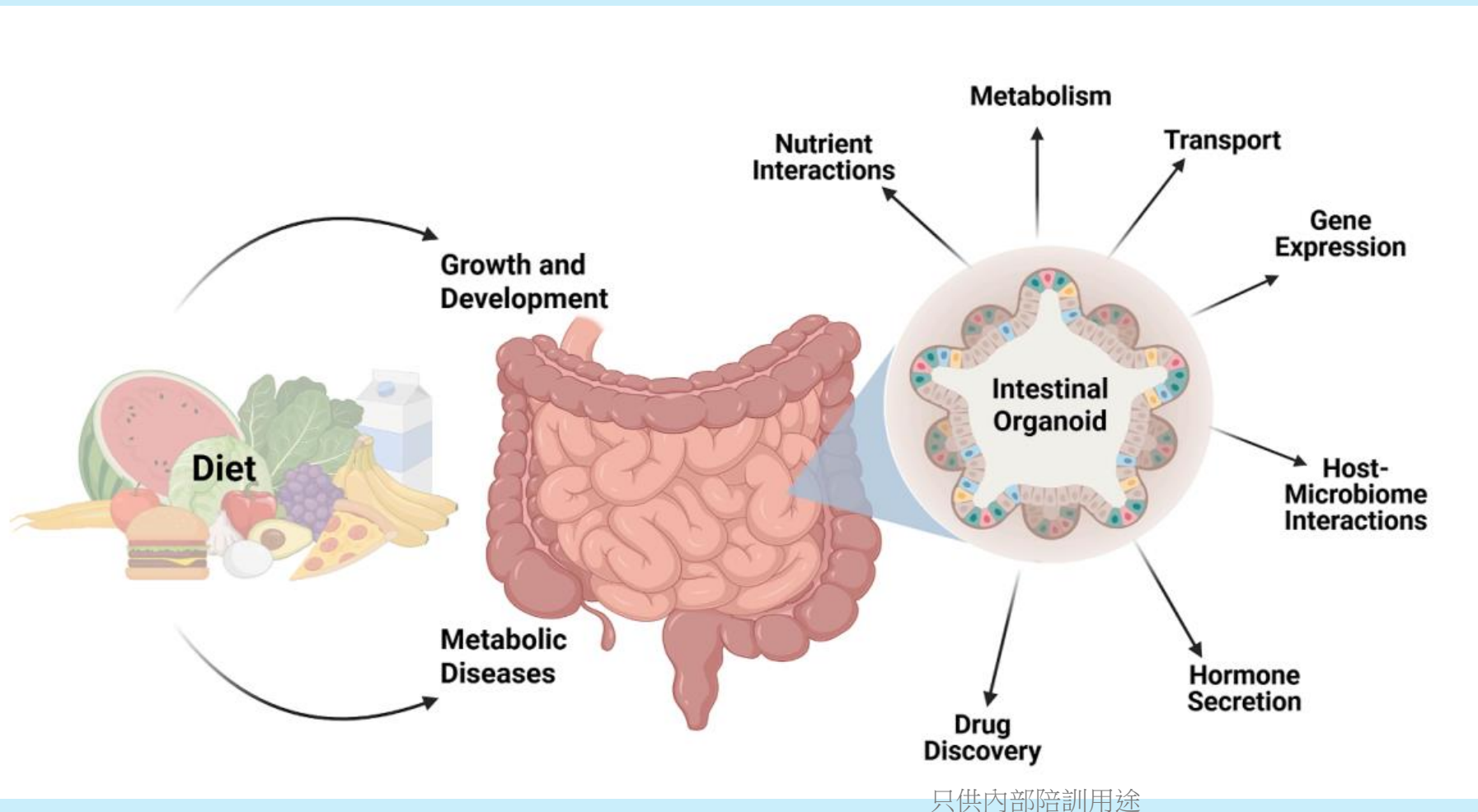
丁酸水平的差別



3. 研究實證

Organoid模型

為甚麼使用Organoid模型？



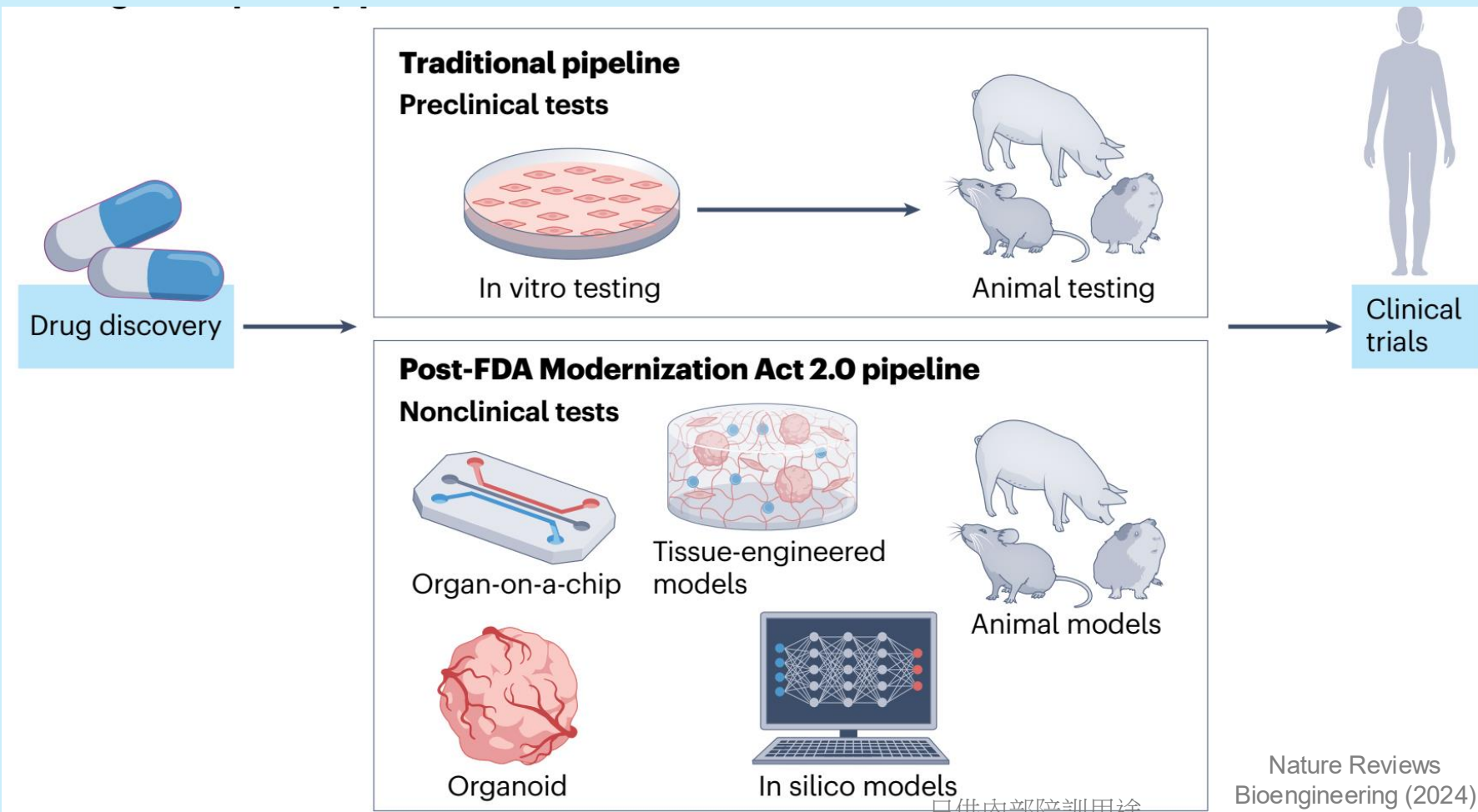
營養消化及代謝過程是複雜的

由人體腸道幹細胞培育，具備一系列腸道功能，精準貼合人體環境

3. 研究實證

Organoid模型

產品研發的演化過程



- ✓ 通常只有製藥公司才會使用類器官模型來支援研究
- ✓ 紐崔萊將此尖端技術應用於營養補充品的研究

3. 研究實證

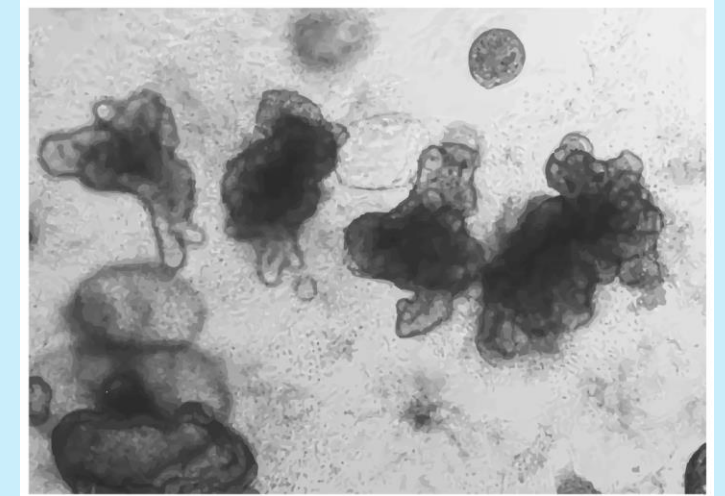
Organoid是培育而成的3D微型器官



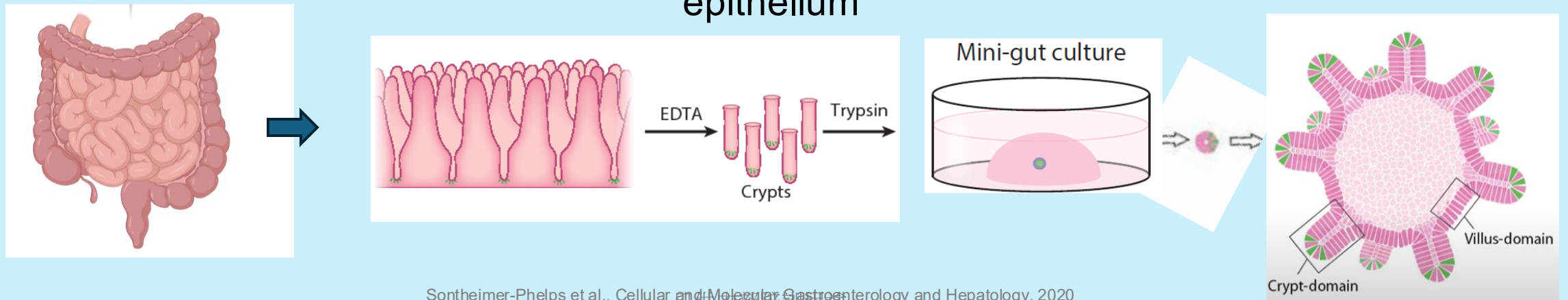
Human Intestine *in vivo*



Primary human intestinal
epithelium



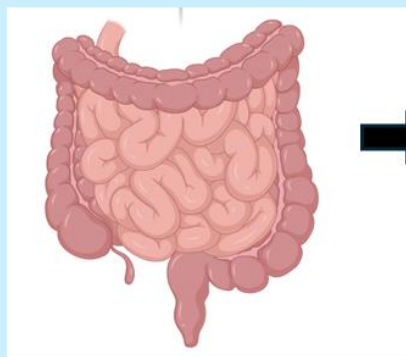
Intestinal organoids



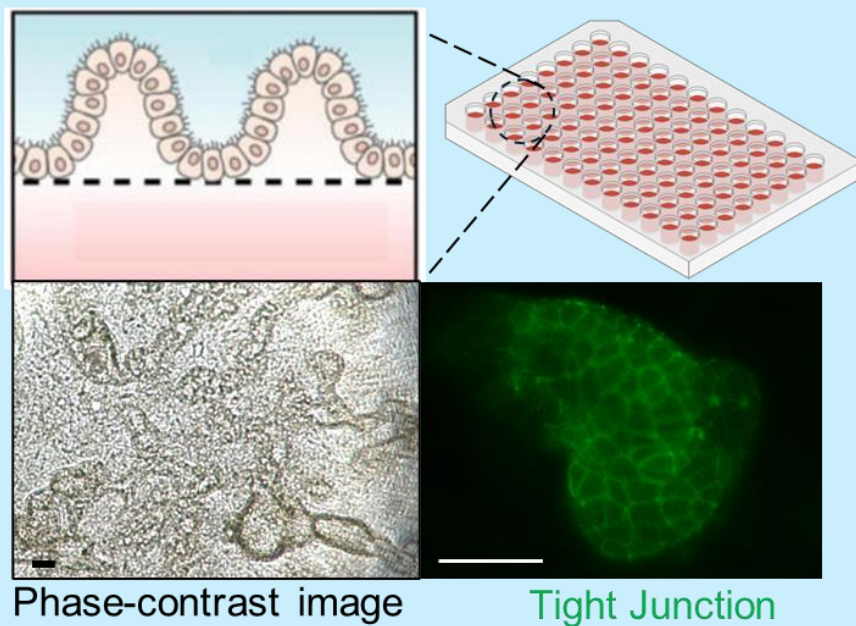
3. 研究實證

Organoid模型

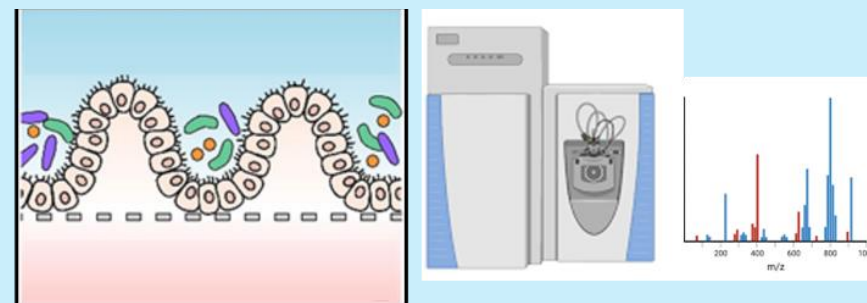
人體的腸道



體外培養的人類腸道屏障



預測人體的腸道屏障完整性，
並透過液相色譜-質譜聯用技術（LC-MS）
定量分析植物營養素的吸收



→ 具發展前景的人體腸道測試方案
非動物模型。非細胞株。源自人體的真實組織。

3. 研究實證

Organoid模型

結果顯示

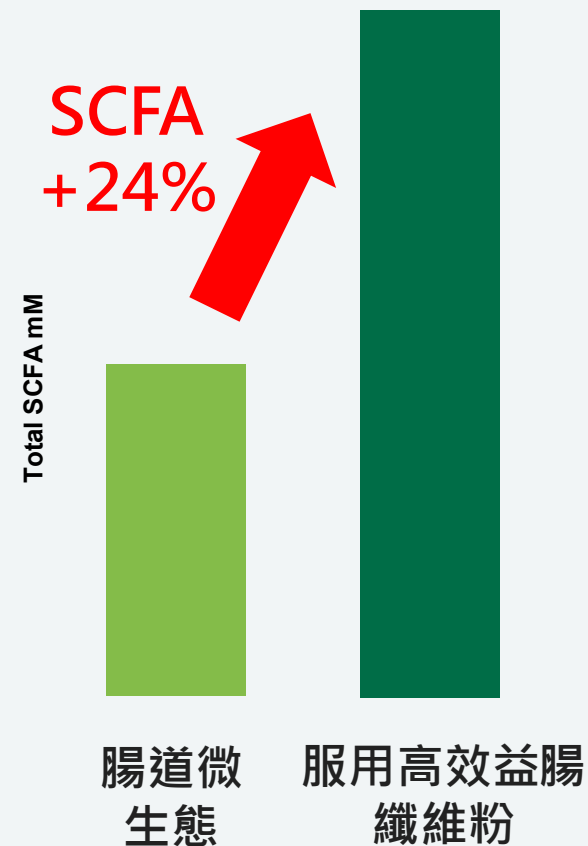
SCFA提升 24%

加入高效益腸纖維粉後所產生的 SCFA，比僅由腸道微生態產生的多出 24%

上消化道也能產生SCFA

大部分SCFA均於大腸內產生，而我們發現能高效益腸纖維粉於上消化道即開始產生 SCFA

Organoid人體 小腸模型實驗



PART 3

升級配方— 高效益腸纖維粉



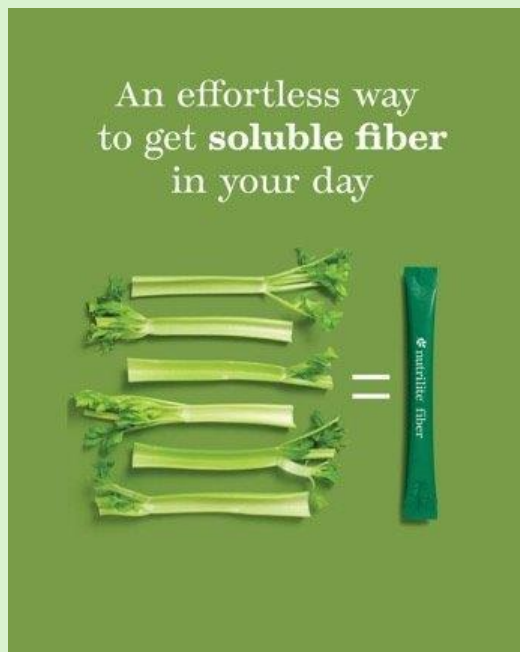
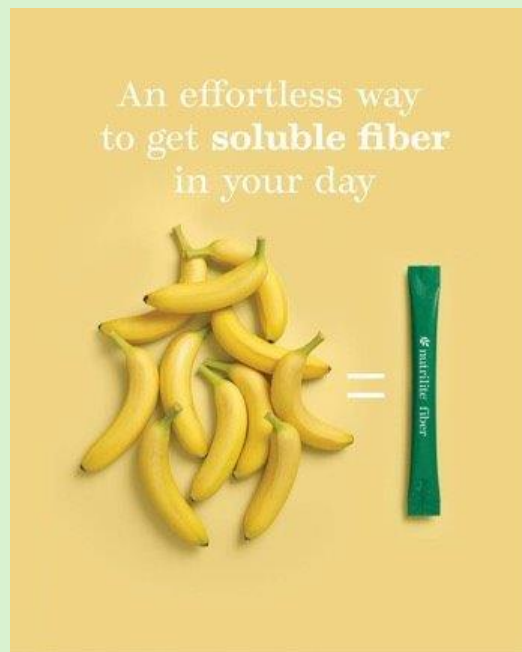


只供内部培训用途

2. 高效益腸纖維粉

1 水溶性纖維

- 滿足你>25%的每日所需
- 無色無味，易溶於任何飲品

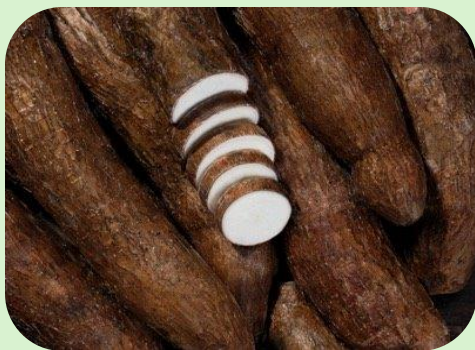


只供內部培訓用途



2. 高效益腸纖維粉

2 複合配方



木薯抗性糊精

- ✓ 來自紐崔萊自家農場及紐崔萊 NutriCert™ 合作農場
- ✓ 「熱解萃取技術」，最大化保留膳食纖維
- ✓ 在腸道緩慢發酵，減少氣體形成，
對腸道敏感人士更友好

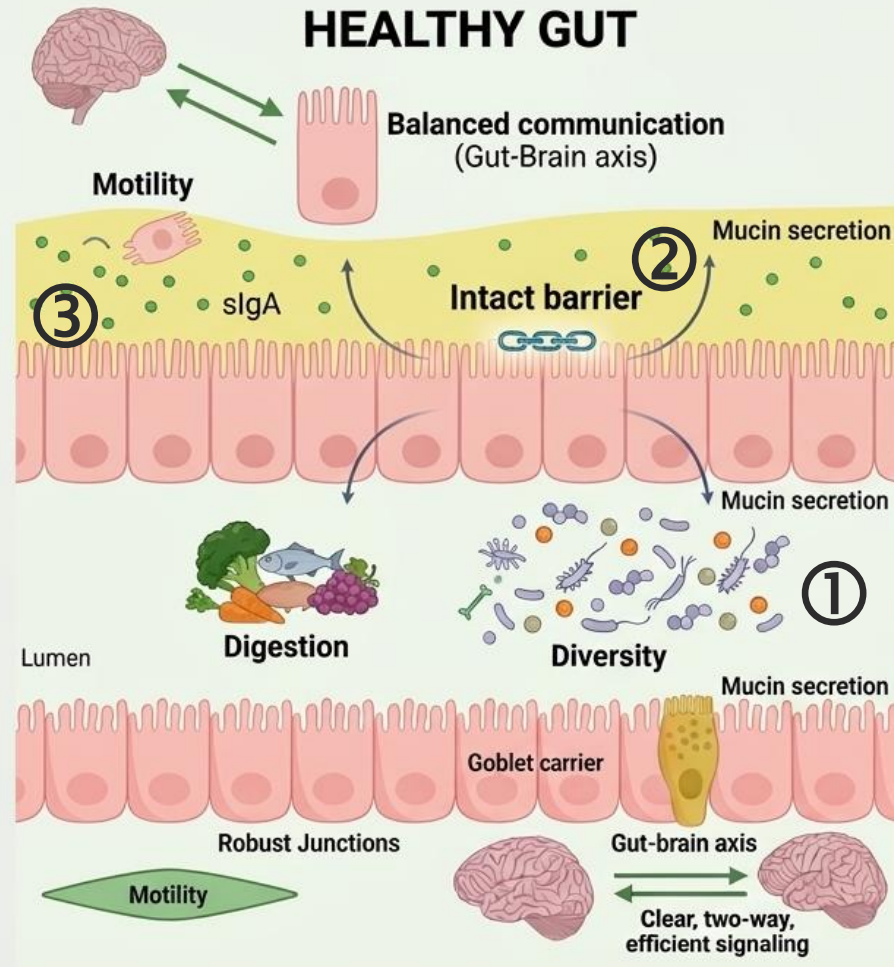


有機阿拉伯膠

- ✓ 來自紐崔萊自家農場及紐崔萊 NutriCert™ 合作農場
- ✓ 人工採集金合歡樹珍貴樹脂，是最天然純粹的纖維

2. 高效益腸纖維粉

配合營養補充 建立理想健康腸道



- ① 高效益腸纖維粉和強效複合乳酸菌有助維持理想微生物群
- ② 高效益腸纖維粉和強效複合乳酸菌有助維持腸道屏障緊密
- ③ 高效益腸纖維粉有助支持 SCFAs 產生，支持益菌生長繁殖

2. 產品比較

高效益腸纖維粉與 多種纖維素



兩種纖維同等重要

滿足不同補充需求



水溶性纖維



滋養益生菌
啟動腸道健康



阻隔糖油
吸收順暢



促進腸道蠕動
排便順暢



增加飽腹感
管控熱量



增加糞便體積
排出廢物



非水溶性纖維
為主

PART 4

如何選擇最佳纖維



2. 產品比較

成份配方



紐崔萊高效益腸纖維粉



- 木薯抗性糊精
 - 有機阿拉伯膠
- *來自紐崔萊自家農場及紐崔萊 NutriCert™ 合作農場

品牌A

- 異麥芽糊精
- *來自粟米、馬鈴薯或木薯

品牌B

- HPGG (部分水解瓜耳膠)

品牌C

- 難消化性糊精
- *來自粟米

2. 產品比較

纖維含量



紐崔萊高效益腸纖維粉



品牌A

品牌B

品牌C

• **7.5克 / 包**
只需一包滿足每日纖維攝取量
>25%

• 5克 / 包
(20%)

• 5克 / 包
(20%)

• 6克 / 包
(24%)

2. 產品比較

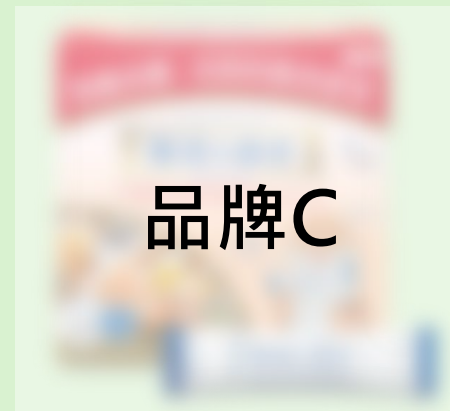
功效特點



品牌A



品牌B



品牌C

紐崔萊高效益腸纖維粉



- 補充每日纖維攝取量 **>25%**
- 吸收有序：阻隔糖油，吸收順暢
- 穩固腸道健康及全面健康

品牌A

- 通腸道，除宿便

品牌B

- 改善排便

品牌C

- 阻澱粉，隔油分

2. 產品比較

科研實證



品牌A

品牌B

品牌C

紐崔萊高效益腸纖維粉



- PMAS實驗
在大腸，丁酸增加 **31.8%**;
- Organoid模型
在小腸，SCFAs增加 **24%**

品牌A

- 沒有真實試驗數據

品牌B

- 增加排便次數（一星期多於3次）
- 腸道益生菌生長增加1倍
- 減少通便產品使用率70%

品牌C

- 沒有真實試驗數據

2. 產品比較

耐受性（消化舒適度）



紐崔萊高效益腸纖維粉 	品牌A	品牌B	品牌C
• 耐受性極高，不易引起脹氣/腸胃不適	• 未知	• 未知	• 耐受性一般，大量攝入有機會引起脹氣/腹瀉

PART 5

油脂包覆實驗



你會經常吃



的食物嗎？

4. 油脂包覆實驗

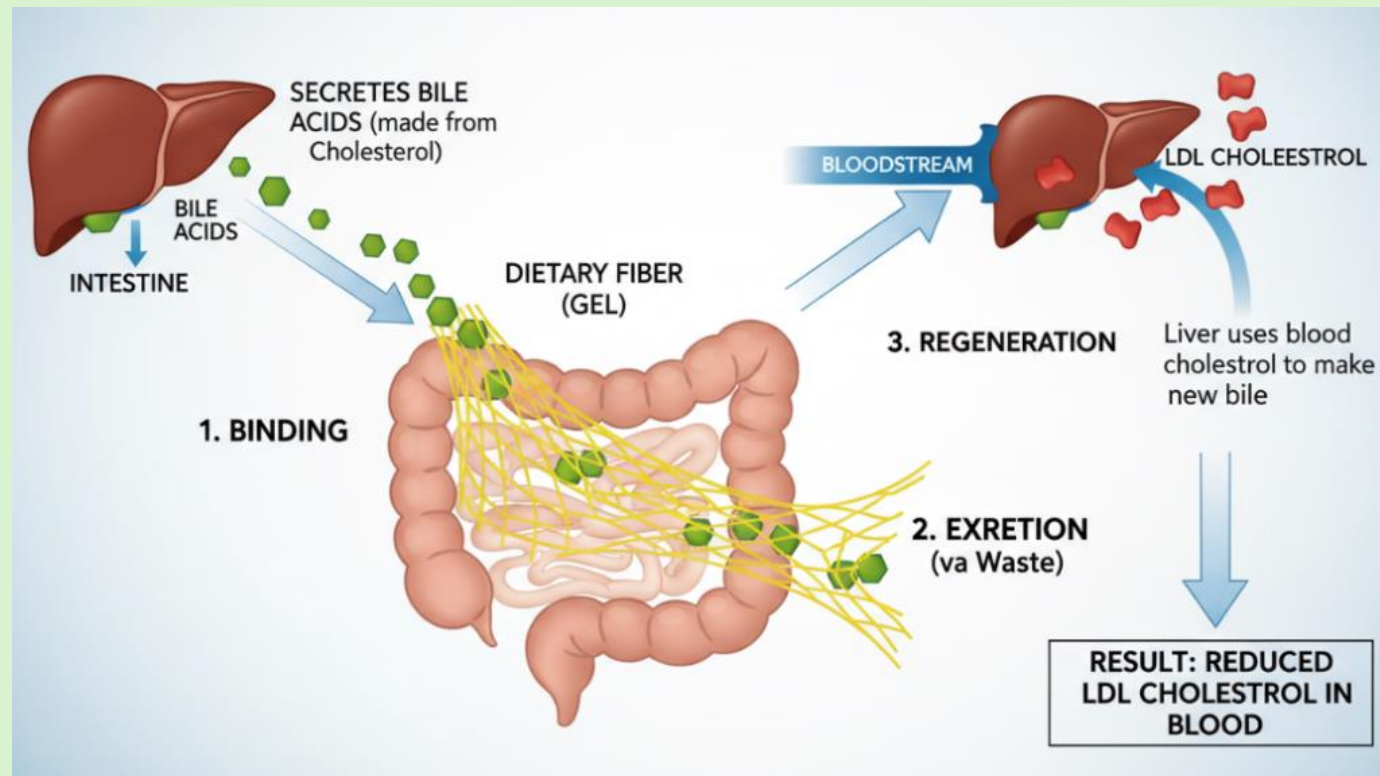
以膳食纖維應對三高

降低血脂及膽固醇濃度

壞膽固醇（LDL）水平↓

血液濃稠度↓

減輕心臟負擔，穩定血壓



4. 油脂包覆實驗

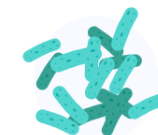
以膳食纖維應對三高

提升身體利用及調節功能

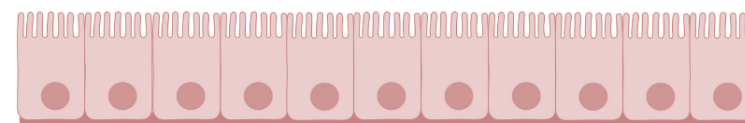
調節膽固醇利用

↓ 炎症發生

↓ 動脈粥樣硬化及心血管疾病風險



Healthy bacteria



Healthy intestinal epithelium



Stable atherosclerosis

4. 油脂包覆實驗

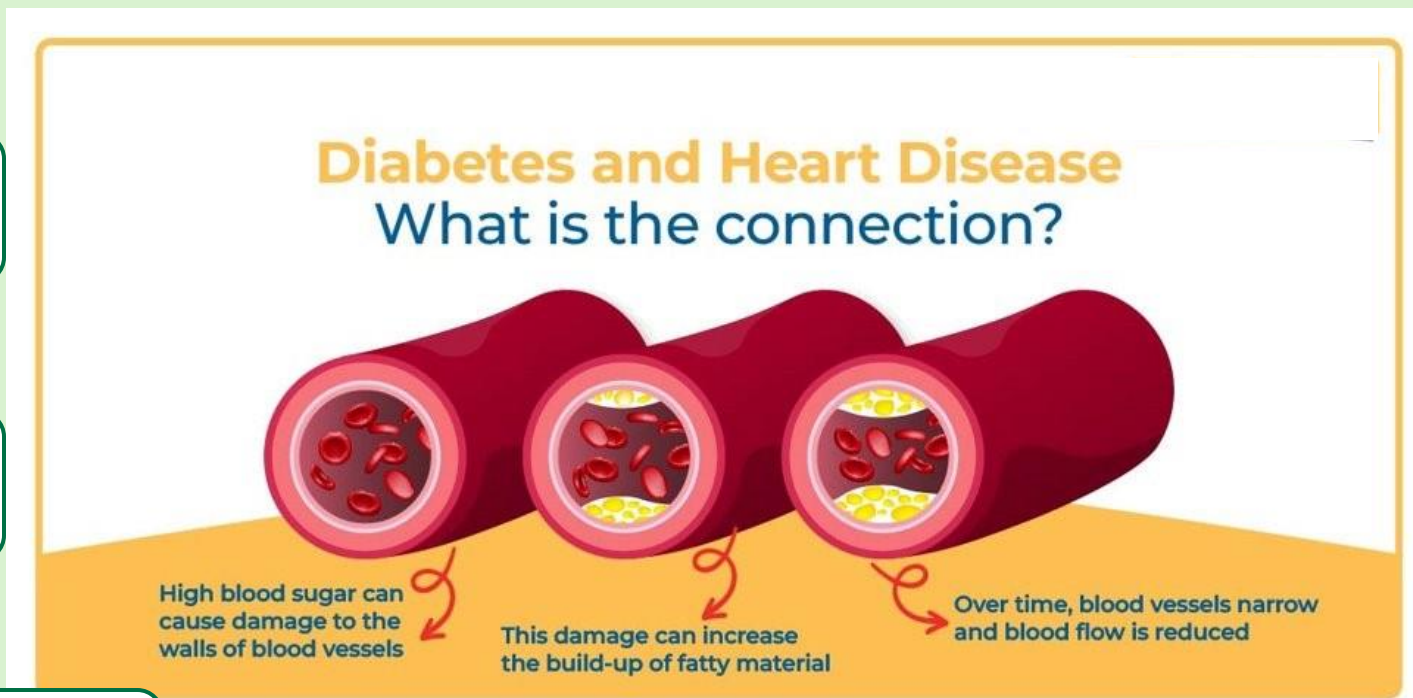
以膳食纖維應對三高

保護血管內皮健康

平穩血糖，↓胰島素分泌

↓血管受損及脂肪積聚

↓動脈粥樣硬化及心血管疾病風險



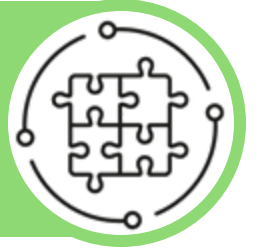


PART 5

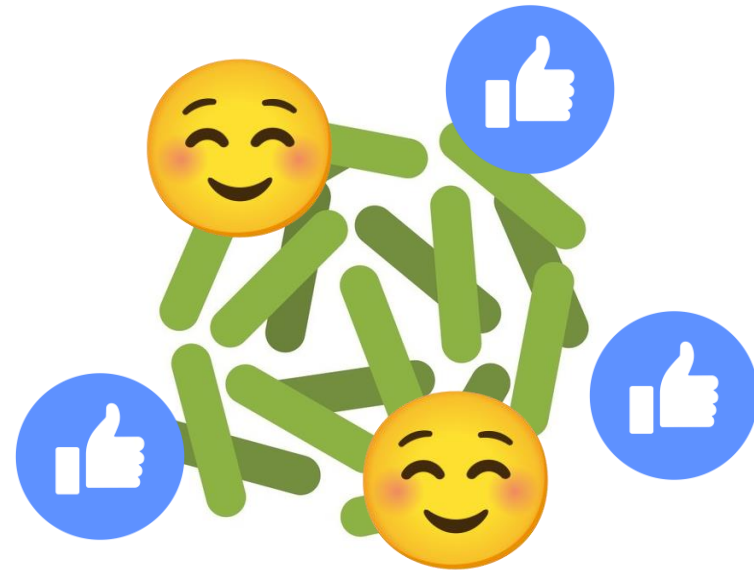
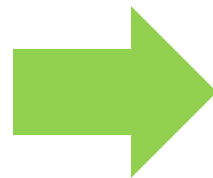
腸道最佳組合-

3PF 2.0!

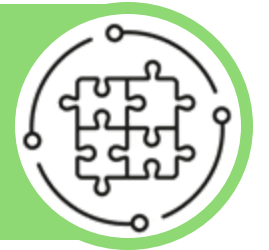
Fiber 膳食纖維 (Prebiotics 益生元)



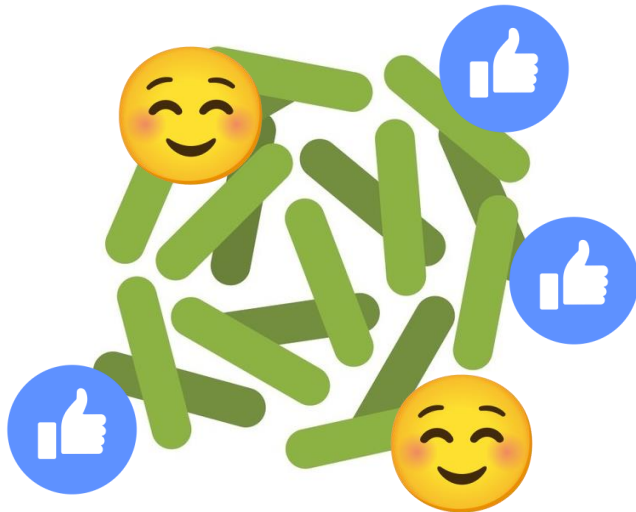
- 不可消化的食物成分
- 能夠促進腸道益生菌的生長和活性
- 幫助維持微生態平衡



Probiotic 益生菌

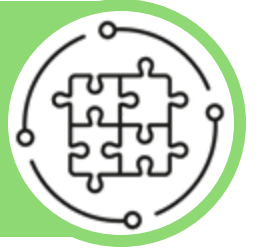


- 活微生物
- 不同菌種互相協作，維持腸道健康
- 與壞菌對抗，令微生態保持健康平衡

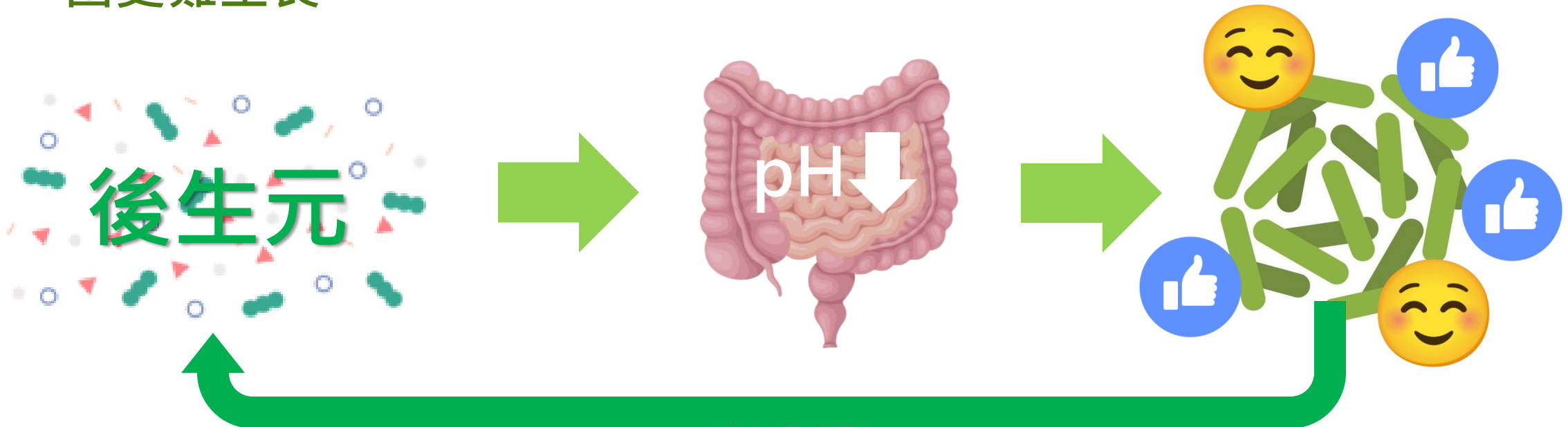


5. 腸道最佳組合- 3PF 2.0 什麼是3PF?

Postbiotic 後生元



- 益生菌代謝物，直接提供研究實證的健康功效
- 後生元亦能降低腸道pH值，改善好菌在腸道的生存環境，令壞菌更難生長

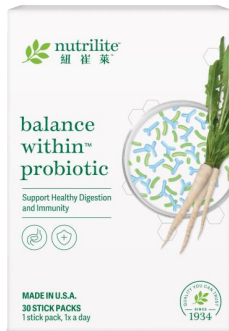


5. 腸道最佳組合- 3PF 2.0

益生元 益生菌 後生元之關係



新



PREBIOTICS 益生元

Dietary fibres from grains, beans or leafy greens that feed your gut bacteria



PROBIOTICS 益生菌

Beneficial gut bacteria that ferment dietary fibres and prebiotics



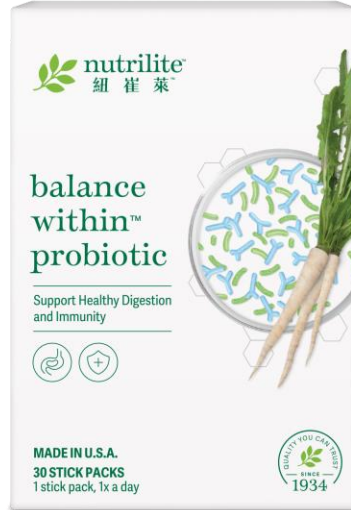
POSTBIOTICS 後生元

Byproducts or metabolites produced by probiotics that are believed to support whole-body wellness



5. 腸道最佳組合- 3PF 2.0

什麼是3PF 2.0?



新

協同
效應

Protein
蛋白質

提供氨基酸，氨基酸對於構建和修復腸道組織至關重要

Probiotic
益生菌

+ 是活性微生物，能在腸道發揮健康益處

Postbiotic
後生元

+ 由益生菌產生的生物代謝物，有利腸道、免疫、代謝健康

Fiber
膳食纖維

+ 作益生元可以滋養有益的腸道微生物群





只供内部陪訓用途

買



新



最少一件
紐崔萊™ 高效益腸纖維粉

及



最少一件指定產品，
包括：全植物蛋白質粉、全植物蛋白質粉
家庭裝、全植物蛋白質粉關節配方、蛋白
質粉(朱古力味、什莓味、綠茶味)、強效
複合乳酸菌、強效複合乳酸菌(90包裝)、
益纖後生元

腸道健康組合
打造最佳
腸胃效應

只供內部培訓用途

全新 纖維粉 推廣組合

滿

直銷價目
港幣\$800/澳門幣825.5
輕盈入門禮

送

紐崔萊™
強效複合乳酸菌

(7日試用裝(7條))
價值港幣\$82/澳門幣84.5

x7

只需7日，創造理想
腸道微生態環境。

好菌直達腸道，
感受消化及排便順
暢，體驗由內而外
的輕盈與活力。

滿

直銷價目
港幣\$2000/澳門幣2064
活力升級禮

送

紐崔萊™
不銹鋼保溫瓶

(容量480ml)
價值港幣\$200/澳門幣206.5

或

智慧瓶蓋：隨心切換兩
種飲水模式。

安全環保：以食品級再
生不銹鋼精工打造。

長效保溫：採用三層真空
隔熱技術，長效保溫。

產品輔助資源

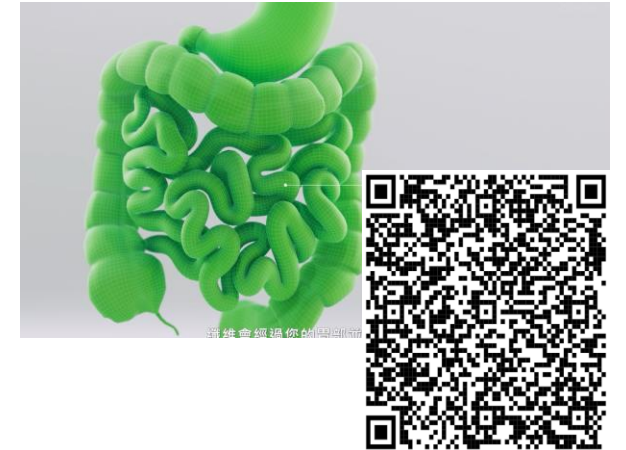
膳食纖維補充品：從功能性 營養到基礎健康短片



認識產品—高效益腸 纖維粉短片



纖維之旅—探索腸道 健康密碼短片



產品介紹短片



紐崔萊科學實驗室短片



只供內部培訓用途

產品輔助資源

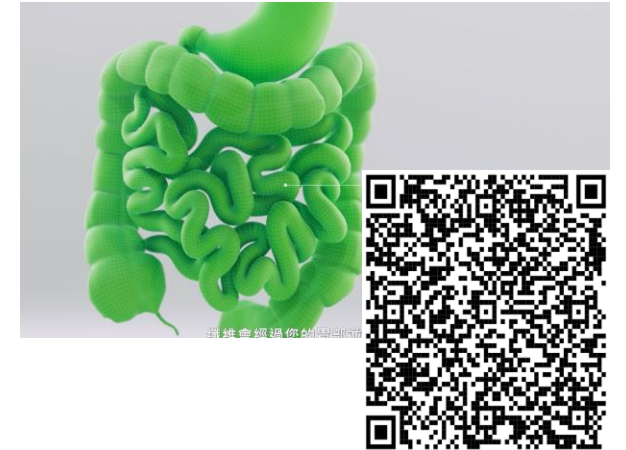
膳食纖維補充品：從功能性 營養到基礎健康短片



認識產品—高效益腸 纖維粉短片



纖維之旅—探索腸道 健康密碼短片



產品介紹短片



紐崔萊科學實驗室短片



只供內部培訓用途

推廣及體驗活動

9月上旬
腸道健康組合推廣



9月5-6日
腸道健康專題醫生講座

9月19-20日
安利體驗日 | 紐崔萊科學實驗室演示



Amway |  **nutrilite™**

高效益腸纖維粉—油脂包覆實驗



只供內部培訓用途

FAQ

Thank you!