



## 孩童与健康饮食

BY Dr. Alfred F. Libby, MD(H), LHD

多谢FOR♦MOR国际的远见与产品开发，我们现在可以照顾到我们未来的主人翁。FOR♦MOR研制了可以咀嚼，可口的维他命与矿物质配方，还有一样美味的蔬菜水果咀嚼片。不但适合孩童，成人也一样合适。

我知道有一些成人，基於某种原因，不能或不喜歡吞服药丸。这会带来问题，这些人往往会缺乏营养。果蔬丹和营养片就能解决这个问题。当然它的美味加上SUPER C，能给予您的家庭另外一种选择。



也有孩童是不肯吃蔬菜水果的。FOR♦MOR国际研制这两项产品就能解决这个问题，并确保这些孩童营养均衡。为什么这两样产品那么的重要呢？

现今，54%的成人比标准体重来得胖，而25%的孩童也有肥胖的问题。

1998年，根据儿科专栏报导医生研究证实心脏疾病从孩童时期就已经开始。

还有意外伤亡的孩童当解剖后，也发现他们的血管已开始被脂肪所阻塞。

身为父母的你们，这项报告定把你给吓坏了。

史丹佛大學也做了7000个介于6岁至24岁的孩童的相关研究。研究指出许多家长忽略了孩童的饮食，往往给他们吃不健康的垃圾食物，例如糖果、饼干、雪糕、汽水、油炸食物、汉堡、薯条等。

孩童患血癌的机率在十年间突起了27%。营养师指出之所以患癌急速上升的其中一个原因竟然是因为**热狗**！孩童患脑癌和脑肿瘤的机率增加也被指出是因为孩童常喝含人工甘味剂 (artificial sweeteners) 的饮料。身为父母的我们是否应该为我们子女的健康而负起责任呢？答案是必然的。

可是我们应该怎么做呢？

很简单。从教育与训练做起。

我们应灌输我们的子女正确的营养价值观与生活方式，从而避免患上疾病。

教导他们服用FORMOR果蔬丹、维他命营养片与SUPER C的重要性。  
教导他们85%现有的土地严重缺乏矿物质，种出来的蔬菜水果也必然缺乏营养价值。  
告诫他们食用垃圾食品是会剥削身体里重要的维他命B群。维他命B群对精神、体力和滋润皮肤都很重要。尽早灌输他们正确的营食知识，全家人也必能受惠。

