

# 母親節 - 別忘了從裡到外 好好呵護媽咪



媽咪的愛很細心 ❤️ 但過敏原，比您想的更隱形！

「找出過敏原，支持日常健康平衡」

4/21-5/20



母親節健康守護

入門  
方案

GE1 10 急性過敏原檢測套餐

適合飲食單純及常有過敏困擾者  
(皮膚癢、腸胃不適、疲倦等)



母親節健康守護

升級  
方案

GE2 24 急性過敏原檢測套餐

適合外食族，長期疲乏與健康狀況起伏，以及想更  
完整了解隱藏的過敏原者



GE110  
急性過敏原檢測

百敏舒  
益生菌1盒



GE224  
急性過敏原檢測

百敏舒  
益生菌2盒

南法香頌  
身體清潔旅行組

## 環境過敏原-急性 22項

真菌/花粉：芽枝黴菌、交錯黴菌、煙色麴菌、青黴菌、白色念珠菌、早熟禾、百慕達草、羊蹄草、豕草、刺莧草、梯牧草、相思樹、構樹、木麻黃

塵蟎/毛屑：屋塵蟎、粉塵蟎、熱帶無爪蟎、混合蟑螂、狗毛皮、貓毛、羊毛皮屑、鳥羽

## 食物過敏原-急性44項+慢性44項

奶蛋類：牛奶、蛋白、蛋黃

肉類：豬肉、牛肉、羊肉、雞肉

海鮮類：螃蟹、蝦子、蚌、牡蠣、花枝、鱈魚、鮭魚、鮪魚

蔬菜類：芹菜、花椰菜、四季豆、青椒、胡蘿蔔、地瓜、馬鈴薯、番茄、香菇、洋蔥

水果類：芒果、奇異果、蘋果、香蕉、葡萄、柑橘、椰子、香瓜

穀/核果類：米飯、小麥、玉米、黃豆、花生、腰果、芝麻、杏仁

酵母/飲料類：麵包酵母、蜂蜜

調味料類：大蒜



## 食物過敏原-急性101項+慢性101項

奶蛋類：牛奶、起司、優格、蛋白、蛋黃

肉類：豬肉、牛肉、羊肉、雞肉、鴨肉、鵝肉

海鮮類：螃蟹、蝦子、蚌、牡蠣、花枝、鱈魚、鮭魚、鮪魚、鰻魚、海帶

蔬菜類：菠菜、高麗菜、萵苣、芹菜、花椰菜、四季豆、豌豆、青椒、茄子、南瓜、小黃瓜、蘆筍、竹筍、蘿蔔、胡蘿蔔、地瓜、馬鈴薯、芋頭、番茄、香菇、洋蔥

水果類：芒果、奇異果、蘋果、香蕉、鳳梨、櫻桃、葡萄、葡萄柚、柑橘、芭樂、草莓、檸檬、水蜜桃、椰子、香瓜、木瓜、西瓜、梨

穀/核果類：米飯、小麥、蕎麥、玉米、黃豆、綠豆、紅豆、花豆、花生、腰果、胡桃/核桃、橄欖、芝麻、葵花籽、杏仁

酵母/飲料類：麵包酵母、茶、咖啡、可可豆、蜂蜜

調味料類：蔥、薑、大蒜、咖哩、辣椒、白胡椒、九層塔、香菜

找出過敏原，緩解身體發炎壓力！  
媽咪開心，全家歡欣！

中藥類

枸杞、黃耆、紅棗、甘草、當歸、人蔘、川芎、熟地黃、龍眼乾、白木耳、蓮子、靈芝、冬蟲夏草

如想進一步了解過敏原檢測，請洽詢專業醫事人員

# 媽咪們很愛說「沒事~」 卻常常：

- 🌸 皮膚容易搔癢、紅疹反覆
- 🌸 吃東西後常脹氣、不舒服
- 🌸 常打噴嚏、鼻子過敏
- 🌸 常感覺身體沉重、疲倦
- 🌸 睡眠品質不好



這些可能都不是小問題，而是「過敏或發炎反應」的訊號

## 為什麼會過敏？會發炎？

免疫系統原本是想保護自己的身體，結果指令錯亂了，於是對某些物質產生過度反應，想排除掉。

## 每天容易接觸到的過敏來源包括：

- ✓ 食物（牛奶、蛋、海鮮、蔬果等）
- ✓ 環境（塵蟎、花粉、黴菌等）

若沒有找出真正原因，即使再怎麼保養或吃保健品都可能反覆發作。

## 找出過敏原，是改善的第一步

透過過敏原檢測，可以：

- ✓ 找出引發不適的原因
- ✓ 避免反覆接觸過敏來源
- ✓ 調整飲食與生活習慣
- ✓ 從根本改善體質狀況

## 媽咪總是為家人多做一點

這一次，讓媽咪能為自己多做一點  
幫助媽咪了解自己的身體，讓健康不再被忽略

## 這些族群更建議檢測

- ✓ 長期過敏困擾者
- ✓ 腸胃敏感、容易不適
- ✓ 皮膚反覆問題（濕疹、搔癢）
- ✓ 想調理體質者

## 立即預約過敏原檢測

讓媽咪今年少一點不舒服~多一點輕鬆自在



南法香頌嚴選南法天然有機清潔用品，結合法式純淨生活理念，兼顧環保與文化，讓日常更自然、安心。

### 【南法香頌身體清潔旅行組】

- 歐巴拉朵 液態馬賽皂-法國玫瑰 100ml (洗手洗澡)
- 歐巴拉朵 特級橄欖油沐浴乳 100ml (洗頭洗澡)
- 歐巴拉朵 超潤薰衣草橄欖油皂 25g (洗臉洗澡)
- 紫色精緻提袋



凌越生醫 | 過敏管理專家