

現代人平日工作應酬，週末朋友聚會，少不免飲酒助興。少飲可以怡情，亦可促進血液循環。但酒乃穿腸物，多飲傷肝。對於喜愛杯中物的人，如何怡情又保肝？



蠔肉精華 保肝 減宿醉

酒精傷肝

分解酒精是由肝臟負責，如果一次喝下大量酒精，超過肝臟負荷，未能處理的酒精就會在血液中循環流動，影響腦部、心臟以及其他身體組織的運作，最後就會造成醉酒。



提升解酒力，減肝臟負擔

人體肝臟每次只能應付一定含量的酒精，即使酒量好的人，肝臟處理酒精的能力還是有限度，酒精濃度越高，喝的時間越長，肝臟的負擔越大，一罐三百毫升的啤酒，肝臟大概要三小時才能完成分解。因此提升解酒能力，能減少宿醉的時間及對肝臟的負擔。

促進酒精代謝能力

牡蠣的解酒功能，在《本草綱目》中已有記載：「牡蠣肉，甘溫無毒，煮食治虛損，調中，解丹毒……治酒後煩熱，止渴。」牡蠣同時兼具制酸作用，所以對胃酸過多，或胃部有炎問題的人都有益處。

資料提供：
註冊中醫師
吳璧而



香港註冊中醫師，現正修讀香港大學針灸學碩士。

於飲酒前服用由新鮮生蠔提煉而成的蠔肉精華，濃度及效能性高，有效提升健康。有科研證實，服食優質的蠔肉精華，有助促進肝臟代謝酒精的能力，不但能減輕酒後宿醉問題，更能改善因過量酒精引起的肝功能障礙，保護肝臟。