

# Welloous®

时事简报®

2024 第二期

## 保健知识库

病毒性肝炎：  
预防、保护与免疫

## 食物与营养

逆转脂肪肝：饮食攻略  
护肝精华：牛樟芝

## 趣味健康

数字排毒，  
让生活回归  
极简

## 产品亮点



# 揭开肝脏疾病 的神秘面纱

中文版本  
以下协会成员：

荣获：



# 编辑部

创意与企业品牌主管	吴悦铃	Vallerie Ng Yuet Ling
创意与品牌经理	廖宇匡	Isaac Liew Yee Hong
平面设计师	庄伟扬	Chin Wei Yang
食品科研部主管	陈慧莹	Chloe Tan Huay Ying
资深研发专员	朱翠虹	Mandy Chee Chui Hong
饮食治疗师	李慧欣	Ginnie Lee Hui Shin
产品与文案经理	蔡梓枫	David Chai
产品与文案副经理	林顺慈	Cynthia Ling Sung Chze
资深文案专员		Nur Syafiqah Azman
文案专员		Ainul Mardhiah Mohamad Zaini
文案专员	何慧妮	Wendy Hor
文案专员	李彦桦	Lee Yan Hwa
WellFam Club 经理	吴佩筠	Joanne Goh Pui Kin
WellFam Club 资深内容专员	温德辉	Daniel Woon Teck Fui

此编辑读物仅供参考用途。在此提醒您请勿使用这些信息代替常规的专业医疗保健和咨询。尽管本出版信息的编译和检查已经过谨慎处理，但对于信息的持续流通或本出版物中的任何错误、遗漏或不准确，出版社、作者、顾问和代理将不承担任何责任或以任何方式承担责任，无论是出于疏忽或其他因素，或因此产生的任何后果。

## 开启健康之旅， 畅享无限福利！

## 现在就开始享受 WellFam 专属好康吧！



累计积分及索取礼券



WellFam 专属健康与生活贴士



追踪订单、查看产品评价及下单



与重视健康者互动交流



专属活动与促销抢先知



# 01

## 专家见解 揭开肝脏疾病的神秘面纱



# 02



# 11

保健知识库  
病毒性肝炎：预防、保护与免疫 **08**

食物与营养  
逆转脂肪肝：饮食攻略 **13**

食物与营养  
护肝精华：牛樟芝 **16**



# 17



产品亮点 **18**

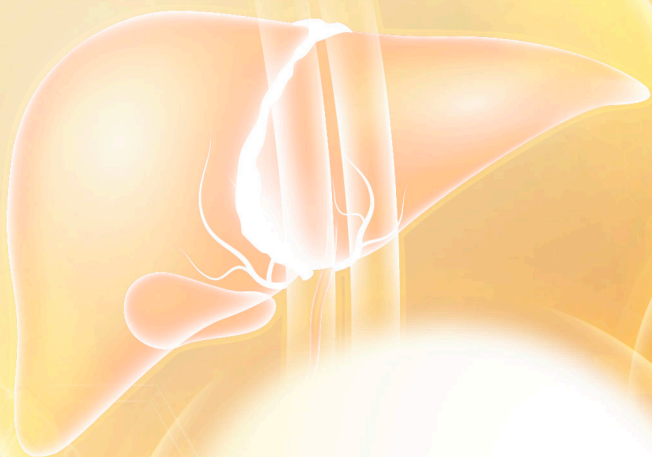
趣味健康  
数字排毒，让生活回归极简 **20**

唯乐两三事 **23**



# 26

# 揭开肝脏疾病 的神秘面纱



肝病可能是遗传性的(基因),也可能由多种损害肝脏的因素引起,这些因素包括处方药和非处方药(例如过量服用乙酰氨基酚已是常见因素)、草药、感染(病毒、细菌和寄生虫)、饮酒、吸烟、肥胖以及癌症(原发性或继发性)。

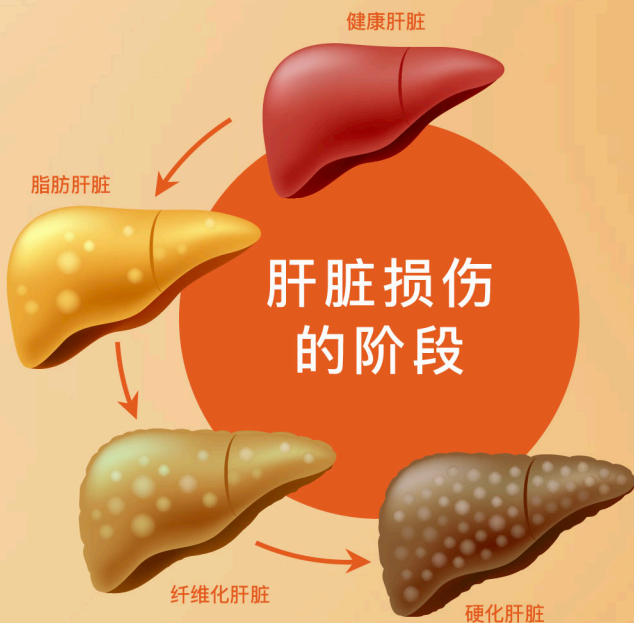


作者: Amir Farid bin Che Isahak 医生  
Wellous 医疗顾问

# 马来西亚常见的 肝脏疾病 有哪些？

在马来西亚，非酒精性脂肪性肝病 (NAFLD) 是最常见的肝脏疾病，也被称为代谢相关脂肪性肝病 (MAFLD)，影响了近 40% 的马来西亚成年人。顾名思义，这种疾病是由于脂肪在肝脏中堆积所致，而肥胖是最常见的原因。

NAFLD 常伴有血脂异常 (不健康的脂质水平)、高血压和胰岛素抵抗 (或显性糖尿病)，从而导致更严重的并发症。一旦出现炎症，NAFLD 可能会发展为非酒精性脂肪性肝炎 (NASH)，并进一步进展为纤维化。肝硬化是一种肝脏永久性疤痕 (纤维化)、硬化和功能不良的疾病，也是癌前病变。



另外两种最常见的肝脏疾病是病毒性 B 型肝炎 (HBV) 和 C 型肝炎 (HCV)。令人震惊的是，90% 的 HCV 患者并不知道自己患病，这意味着他们没有得到诊断！



## 肝脏疾病是否可逆？

**肝脏**具有许多对生命至关重要的功能，因此严重的肝病可能是致命的。幸运的是，许多类型的肝病都是可逆的，只要去除病因，病情没有发展得太严重，并且受损部位没有出现纤维化或瘢痕形成。

造成肝损伤的一个常见原因是过量服用乙酰氨基酚或中毒。在严重的情况下，超过一半的肝脏可能会受损。及时开始治疗将帮助肝脏启动修复过程，并有可能在一个月内完全治愈和再生肝脏。

然而，如果不进行适当的治疗或不去除致病因子（如病毒、药物或酒精），损伤将持续。一旦出现疤痕，就无法再愈合、恢复或再生。

疤痕可能会发展为肝硬化。轻度肝病或功能障碍其实可以通过服用改善肝脏健康的补品、草药或补充剂来逆转。但是，使用这些产品时必须小心，因为一些草药产品可能成分不纯正或受到污染，反而可能有害。



# 肝脏疾病的早期症状有哪些？

肝脏具有强大的储备能力，即便是在一个健康的人体，它也可以超负荷工作。因此，早期肝脏受损通常没有任何症状，直到肝脏承受长时间或严重的压力。然而，一旦症状出现，可能已经错过了最佳治疗时间。



一个压力过大、过度劳累或患病的肝脏所显现出的体征和症状通常与其主要功能有关，包括以下几点：



总感觉身体不舒服、疲倦



恶心、呕吐



睡眠障碍



体重下降、肌肉萎缩



手掌出现红斑



食欲不振



肝区疼痛或压痛



腰部以上的皮肤出现蜘蛛状微血管扩张(蜘蛛状血管瘤)

如果任由疾病发展，则可能出现晚期的体征和症状：



腹部疼痛



剧烈瘙痒



皮肤和眼睛持续或反复发黄(黄疸)



容易出血或瘀伤



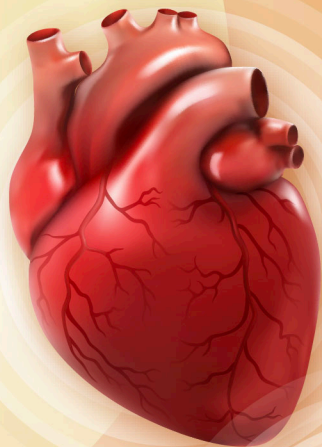
腹部和腿部积液而造成肿胀



注意力和记忆力下降，甚至有定向障碍

# 肝脏疾病也会影响你的心脏！

身体内的许多器官并非独立运作，它们的健康和功能常受到其他器官的影响。心脏和肝脏在健康和疾病方面密切相关。



近期研究发现，非酒精性脂肪性肝病（NAFLD）的部分风险因素（如吸烟、血脂异常、糖尿病和肥胖）与动脉粥样硬化性心血管疾病（ASCVD）相同。此外，NAFLD 本身也是 ASCVD 的一个风险因素。NAFLD 与氧化应激（自由基过多）、慢性炎症和凝血障碍有关，这些因素都会增加心血管疾病的风险。

肝病和心脏病可能形成恶性循环。NAFLD 引起的肝纤维化会导致心力衰竭恶化，而心力衰竭又会加剧肝纤维化。当肝硬化损害肾脏的钠排泄并加剧心力衰竭时，这种循环就会不断重复。最终，心力衰竭会导致肝脏充血，从而导致肝损伤、纤维化和肝硬化。



# 有哪些筛查或测试可以评估肝脏健康？

肝功能检查 (LFT) 是一项可评估肝功能的基本血液测试，一般将测量血液中的蛋白质水平、四种肝酶和胆红素。



已知患有肝病的患者可能会被建议接受超声波扫描、CT 扫描或 MRI 检查。剪切波弹性成像 (使用超声波) 可以测量肝脏硬度，以非侵入性方式评估肝脏纤维化。最后，在某些情况下可能需要进行肝活检以确认诊断。

40岁以后，或怀疑有肝脏问题 (如感染骨痛热症、NAFLD等)，应每年进行一次综合测试。更完整的测试包括凝血酶原时间 (PT)、乳酸脱氢酶 (LDH)、结合胆红素和非结合胆红素水平。必要时，可能还需进行其他测试，如肝炎病毒抗原和抗体检测。

此外，由于 NAFLD 十分常见，一些实验室提供纤维化 -4 指数 (FIB-4) 来帮助评估肝纤维化的概率及其心血管疾病风险。在确诊的 NAFLD 病例中，可能会计算其他指标以提供更准确的评估，例如 NAFLD 纤维化评分 (NFS)。



带你快速了解

# 肝功能检查测试报告

## ● 丙氨酸转氨酶(ALT) 和天冬氨酸转氨酶(AST)

是肝细胞内的关键酶。ALT 或 AST 水平升高通常表明肝细胞受到应激或损伤。通过分析 AST/ALT 比率，可以进一步帮助确定肝细胞损伤的具体病因。

## ● 碱性磷酸酶(ALP)

由胆管上皮细胞和骨骼产生。因此，ALP 水平升高可能表明胆汁淤积或骨病。胆汁淤积是指胆汁流动受阻，常由胆结石等疾病引起。

## ● 谷氨酰转氨酶(GGT)

有助于排除骨病。GGT 仅在肝病中升高，骨病中不会升高。结合分析 ALP 和 GGT 的水平，可以确定病因来源：ALP 升高且 GGT 正常表明骨病；ALP 和 GGT 均升高表明胆汁淤积；GGT 升高但 ALP 正常通常与过量饮酒有关。

如果四种酶均升高，则表明肝脏的肝细胞和肝胆系统同时受到损伤。然而，肝脏在努力修复潜在病因时，酶水平暂时轻微升高且低于 2 倍的情况很常见。

大多数情况下，这种轻微升高会在一个月内消退，但仍然需要监测酶水平。如果酶水平较高或持续时间较长，则应咨询医生或健康从业者以获取建议。

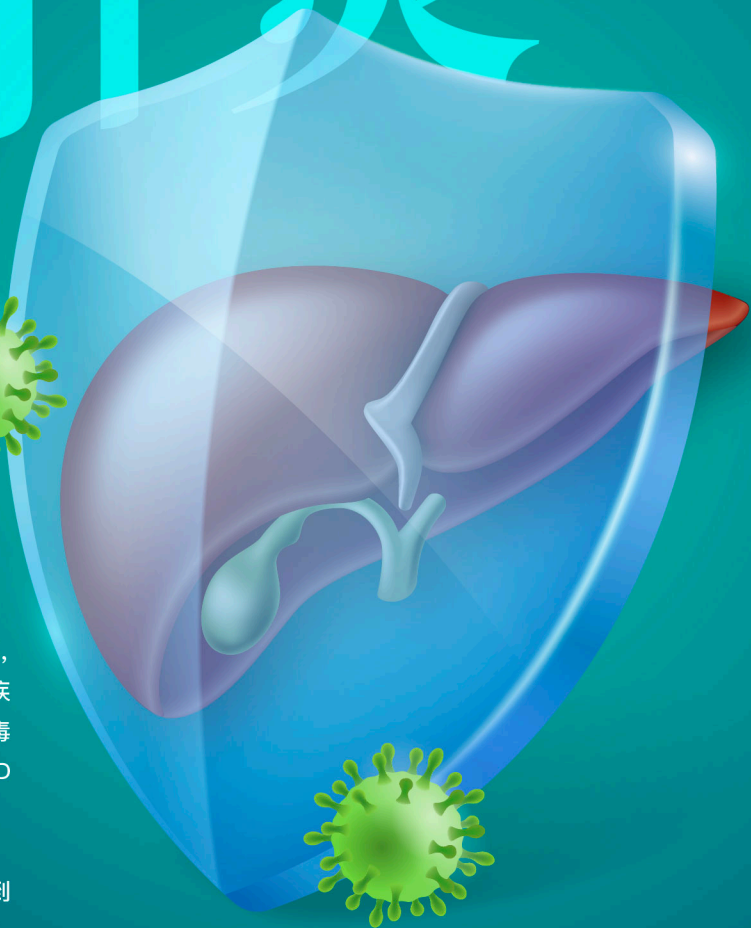


# 病毒性肝炎

预防、保护  
与免疫

**肝炎**是肝脏的炎症，通常由病毒感染引起，但也可能由毒素、酒精、某些药物和其他疾病导致。病毒性肝炎主要由五种不同的病毒引起：A 型肝炎、B 型肝炎、C 型肝炎、D 型肝炎和 E 型肝炎。

这些病毒以肝脏为目标，导致从轻微疾病到严重肝损伤、慢性疾病甚至肝癌等各种症状。其中最常见的类型是 A 型肝炎 (HAV)、B 型肝炎 (HBV) 和 C 型肝炎 (HCV)。



# HAV, HBV 和 HCV 的区别在哪里?

	HAV	HBV	HCV
起因	A 型肝炎病毒 	B 型肝炎病毒 	C 型肝炎病毒 
传染途径	<ul style="list-style-type: none"><li>粪口传播</li><li>受污染的食物或水</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>母婴传播</li><li>接触传染性体液 (血液、精液、阴道分泌物)</li><li>性接触</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>血液传播</li><li>母婴传播 (不常见)</li></ul> 
持续时间	几周至几个月	几周至终身	几周至终身
严重程度	<ul style="list-style-type: none"><li>大多数患者会康复, 不会留下持久的肝损伤</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>可能是急性或慢性 (&gt; 6 个月)</li><li>慢性 B 型肝炎可导致严重的肝脏并发症</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>慢性</li><li>可导致严重的肝脏并发症</li></ul> 
治疗方法	<ul style="list-style-type: none"><li>休息、口服补液和对症治疗</li><li>大多数情况下, 6 个月内即可完全康复</li></ul> 	<p><b>急性肝炎</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>休息、口服补液和对症治疗</li><li>接触病毒后 24 小时内注射免疫球蛋白 (一种抗体) 可能有助于预防患病</li><li>不太需要抗病毒药物</li></ul> <p><b>慢性肝炎</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>取决于是否非活动性感染或者活动性感染</li><li>抗病毒药物</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>新的治疗方法已经出现, C 型肝炎现在是一种可治愈的疾病</li><li>新的“直接抗病毒药物”(DAA) 仅需 8-12 周的口服疗法即可治愈 95% 以上的患者, 包括艾滋病病毒感染者</li></ul> 

# 什么是 肝炎带菌者？

**肝炎带菌者**是指染上肝炎病毒但没有表现出感染症状的人。这种状态一般出现在 HBV 和 HCV 感染。尽管带菌者看起来很健康，但病毒仍潜伏在他们体内，并可能会传染给他人。

此外，他们也可能在之后再度感染上病毒。这可能导致各种肝脏并发症，如肝损伤、肝癌和肝功能衰竭。因此，需要通过定期验血来监测他们的病毒载量和肝功能。



## 如何预防 病毒性肝炎？

### 1 疫苗接种

预防肝炎感染最有效的方法是接种疫苗。

在马来西亚，国家免疫计划包括为新生儿接种 B 型肝炎疫苗。同时，也建议未接种的成年人进行疫苗接种，尤其是医护人员、非单一性伴侣关系、患慢性肝病，以及家庭成员密切接触已知感染者等高风险人群。

A 型肝炎疫苗接种则建议给旅行者及高风险人群。到目前为止，尚无针对 C 型肝炎的疫苗。



## 疾病筛检

由于感染者在感染后可能不会出现任何症状,因此确诊肝炎感染需要靠实验室检测。一般情况下,普通人群不需要 HAV 筛检,因为它通常是自限性的(可自我痊愈)。针对 B 型肝炎及 C 型肝炎,规律的血液检测对于感染筛检十分重要。HBV 的关键检测包括 HBsAg、Anti-HBc 和 HBV DNA,用于确定病毒的存在与活性。同时,血液检测(如 Anti-HCV 和 HCV RNA)可确认 HCV 的存在和活性。



## 保持良好卫生

经常洗手有助于预防 A 型肝炎,尤其是在使用卫生间后及吃饭前。将开放性伤口包扎及避免共享个人物品是预防 A 型肝炎和 B 型肝炎的措施。

4

## 采取安全性行为

采用安全措施可降低 HBV 和 HCV 在性行为中传播。



5

## 确保食物卫生

旅行期间，尤其是前往卫生条件较差的地点，建议饮用瓶装水并避免食用生食或未煮熟的食物。



# 逆转 脂肪肝



# 饮食攻略



**脂肪肝**是一种以肝脏内脂肪堆积为特征的肝病。脂肪肝分为两大类：酒精性脂肪肝（AFLD）和非酒精性脂肪肝（NAFLD）。NAFLD 发生在饮酒量很少或不饮酒的人群中。它通常与肥胖、胰岛素抵抗和代谢综合征有关。若不及时治疗，它将会演变成肝脏炎症，最终导致肝硬化或肝功能衰竭。

不幸的是，目前尚未有药物可以消除堆积在肝脏的脂肪。在某些情况下，肝损伤会停止恶化，甚至是逆转，但在其他情况下，病情会继续发展。控制可能导致脂肪肝的任何情况非常重要。因此，通过饮食和运动改变生活方式必须是任何治疗方案的首要疗法。

## 逆转脂肪肝的饮食注意事项

### 增加摄入

#### • 蔬果类

每天摄取 3 份蔬菜 + 2 份 新鲜水果。



#### • 全谷类

确保 50% 的碳水化合物来自全谷类，例如：糙米、传统燕麦及全麦面包。



#### • 健康脂肪

在饮食中加入富含 Omega 3 脂肪酸（EPA + DHA）的食物，例如脂质鱼、坚果和种子。



#### • 精瘦蛋白质

选择豆类、鸡蛋、海鲜和家禽，而不是红肉。



#### • 维生素和抗氧化剂

加入维生素E、维生素D及抗氧化补充剂，如姜黄素。



## 避免摄入

### • 饱和脂肪和反式脂肪

避免油炸食品、快餐、油酥点心、椰子油和薯片。



### • 精致淀粉

减少白米饭、白面包和含糖玉米片的摄入量。



### • 添加糖

尽量减少摄入含糖饮料和烘焙食品。



### • 高果糖玉米糖浆

避免饮用添加了高果糖玉米糖浆的饮料。



### • 酒精

避免饮酒。



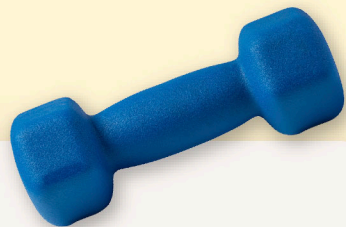
## 逆转脂肪肝的关键方法

### 减重

减重是一个对改善 NAFLD 十分有效的方法。肥胖本身是一种慢性炎症性状态，因无法正常稳态调节能量的摄入、储存和利用所导致。这通常会导致内脏脂肪增加，尤其是腹部周围。减重可以减少内脏脂肪并改善 NAFLD。体重减轻 5% 至 10% 可能带来显著的有益效果。

### 肢体运动

肢体运动有助于维持减重效果并改善胰岛素抵抗。研究表明，胰岛素敏感度的改善与全身脂肪的减少息息相关，尤其是内脏脂肪的减少，这有助于降低输送到肝脏的脂肪酸。因此，运动可能会减缓 NAFLD 的病情进展。运动时，可加入有氧和阻力训练。



# 护肝精华 牛樟芝



牛樟芝是台湾高山特有的菌类，气味芳香，但带有苦涩味。早期台湾原住民以牛樟芝治宿醉，甚至有人食用后重病痊愈。因此，牛樟芝的神奇功效在台湾广为人知，素有“灵芝之王”的美誉。牛樟芝色泽如红宝石，亦有“台湾红宝石”之称。

# 益处

三萜类化合物是真菌的核心功能物质，而牛樟芝独有的三萜类化合物具有强大的生物活性：



# 维护你的 心脏与肝脏

tigrox™



LIVETAL



## 4 大有效成分

- Antromax® 牛樟芝萃取精华
- 黄芪根提取物
- 柴胡提取物
- 姜黄素

## 2 大功效

- 排毒：减少肝脏毒素积存、减少肝脏脂肪囤积、分解酒精和缓解宿醉
- 滋补：维护肝脏健康、增强抗氧化保护和减少发炎、缓解疲劳和提高精力

## 3 大有效成分

- Omegavie™ 鱼油 Omega-3 (EPA + DHA)
- MenaquinGold™ 维生素 K2
- 维生素 D3

## 6 大功效

- 调节脂质  
(低密度脂蛋白 LDL, 高密度脂蛋白 HDL 和甘油三酯)
- 预防血块形成
- 维持血管弹性度
- 预防血管钙化
- 防止动脉僵硬
- 促进血液流动





# 数字排毒， 让生活回归极简



**DIGITAL  
DETOX**

在今天这个无时无刻都离不开网络的世界里，数字成瘾或网瘾已成为一个日益严重的问题。智能手机、笔记本电脑等设备已经是我们生活中高度依赖的物品，甚至是不可或缺的一部分。导致人们数字成瘾的原因包括：

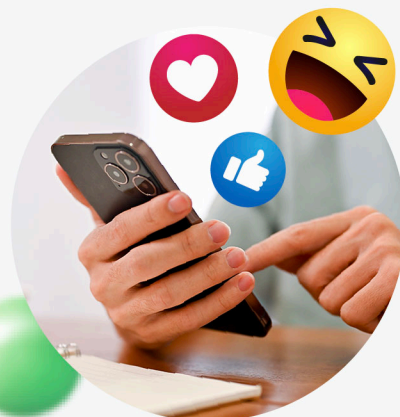


## 错失恐惧症 (FOMO)

因害怕错失有意义的经历或精彩时刻，而持续保持在线状态，频繁查看社交媒体的更新和通知。

## 及时行乐

在 Facebook、Instagram 等社交平台上通过点赞、评论和分享让人获得即时满足，导致无法控制地刷手机。

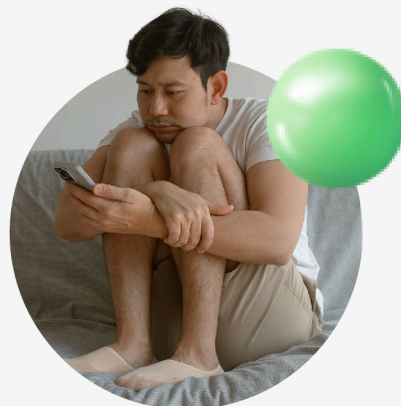


## 网络游戏

游戏设计真实、有吸引力，还具社交性，让人容易忘记时间，深陷其中。

## 无聊和逃避现实

电子设备常常成为逃避无聊和压力的途径，逐渐变成一种习惯性活动，用来填补空闲时间，并提供暂时逃避现实问题的空间。





# 什么是数字排毒？

数字排毒倡导从“永远在线”的数字世界中暂时退出，以专注现实生活中的互动和活动。数字排毒的好处包括改善心理健康、提高效率、改善睡眠和加强人际关系。



## 开始数字排毒挑战！

简单六步，让你的数字排毒之旅变得更轻松有趣：

1

### 设定明确目标

先设定一个小目标。想减少屏幕时间？想睡得更好？想多陪伴家人？有了明确的目标，你就会更有动力。



2

### 设立无屏幕区域

把家里的一些地方变成无屏幕区域，如卧室或餐厅。在设定的区域里，全身心的放松，享受有意义的对话时间。



4

### 参与离线活动

屏幕外的世界其实同样精彩。你可以参与一些不涉及电子设备的活动，如阅读、户外活动、烹饪，甚至是开启新运动计划等等。



3

### 安排无科技时段

每天设定一个不用设备的时段，比如刚起床的第一个小时和睡前的一小时。或者，设置一些应用程序的停用时间，帮助你设定限制。养成这些习惯，你的日常生活将会慢慢改善。



5

### 实行静心时刻

每天花点时间拥有你的静心时刻，比如冥想、写日记。这些活动可以帮助你保持专注力，让你逐渐减少查看电子设备的冲动。



6

### 找个执行搭档

和朋友家人分享你的数字排毒目标，又或者找一个跟你一起进行挑战的搭档。互相支持，互相监督挑战，这样就会更有趣，更有动力！



数字成瘾是现在再普遍不过的问题，但通过数字排毒，你可以重新掌控生活。一起来接受数字排毒挑战，把过程分成容易执行、有趣的小步骤，你将会开始减少对电子设备的依赖，享受更加平衡和充实的生活。今天就接受挑战，体验数字排毒的好处吧！

# 活动与新闻

三月 四月 2024  
20-30

## ZENSO Cafe 限定活动与合作回顾

ZENSO Cafe 在 One Utama 的中心展开了为期一个月的限定活动，为所有客户和参与者带来了非凡的体验。通过这次的活动中，ZENSO 在 2024 年第一季度谱写了重要的里程碑！

### Diana Danielle 成为 ZENSO 伙伴

活动以一场精彩的开场拉开序幕。马来西亚娱乐界备受喜爱的艺人 Diana Danielle 成为了 ZENSO 家族的最新成员，她的出现为活动增添了许多光彩和惊喜。一起期待 ZENSO 和 Diana 携手共创更精彩的篇章！

### 与 Niko Neko 合作推出 Kuro Daitto Matcha

在介绍了 Diana 之后，ZENSO 备受瞩目的全新口味——Kuro Daitto Matcha 正式推出。我们的新口味采用 Niko Neko 高级抹茶制成，融合了产品独特的制作精髓，满足客户味蕾上的享受。通过这次的新品推介，ZENSO 致力于为客户带来创新和独特的体验。



MATCHA 抹茶 | Made using NIKO NEKO



### ZEN-SO 幸运轮盘抽奖活动获奖者揭晓，精彩互动不断

ZEN-SO 幸运轮盘抽奖活动为当天的节目增添了无限惊喜！幸运的获奖者们赢得了丰富奖品，包括品牌香水试用装、Dyson 吹风机、iPad 平板电脑以及独家 ZENSO 配套。除了激动人心的抽奖活动之外，参与者还体验了各种精彩的活动，包括下午茶、工作坊以及由 ZENSO 研发团队和营养师所主持的深度讲座，深入揭秘 ZENSO 产品背后的科学和功效。



### ZENSO 社群庆祝成就，共创未来

在这次的活动中，我们特别为参加“享瘦赢 2.0”健康之旅计划的参赛者设立了表彰环节。这项年度比赛已经迈入第二届，旨在祝贺通过 ZENSO 的力量养成健康生活方式，收获理想体魄的参赛者。获奖者们的毅力以及对健康的追求备受认可，并推动了 ZENSO 社群更加重视健康。除此之外，我们还颁发了《杰出体重管理教练》奖项，以感谢带领参赛者实现健康目标的关键人物，肯定他们的付出和贡献。



随着这一篇章的结束，我们衷心感谢所有为 ZENSO 活动做出贡献的人。从媒体合作伙伴、网络影响到支持者，每个人都在 ZENSO 的成功故事中发挥了至关重要的作用。ZENSO 将继续保持决心，期待与社群成员一起踏上更多的冒险之旅。

ZENSO Cafe 限定活动画上了圆满的句点，这场活动充分体现了庆祝、合作和社群的精神。ZENSO 承诺将继续砥砺前行，为客户提供优质的产品，与大家携手共创更加健康美好的未来！



在下一个故事展开之前，让我们继续在 ZENSO 的陪伴下拥抱自信和活力。期待下一次和大家见面，让我们一起轻松吃醋 Show 自信！



四月 20 & 26 2024

# Self-Love Retreats 开启一场发掘 创意、建立联系 和提升自我的 旅程



为了提倡女性力量及宠爱自己的能力，Wellous 旗下的女性品牌 Femoire 连续两个周末在吉隆坡武吉加里尔及柔佛新山举办了两场充满活力的“Feel More Self-love Retreats”活动。

该活动为受邀嘉宾提供促进个人成长和自我发掘的空间，让她们通过探索冰棒蛋糕装饰及香薰蜡烛制作的手工课程，发挥创意并且放松身心。此外，感人的分享环节也是活动的核心部分，参与者纷纷分享了她们所遇到的挑战以及克服的方法。这些环节将参与者紧紧地连接，并提供相互的支持。

这两天的活动充满了创造力、欢笑声及紧密的联系。大家有机会创造出独特的作品，同时建立具有意义的友谊。通过聚集来自不同领域的女性，Femoire 旨在创造一个可以互相支持的空间，让大家倾听彼此的心声，帮助你发掘真正的自己。





我们很高兴地宣布，Wellous 荣获了 The BrandLaureate 卓越品牌奖所主办的首届“快速发展可持续商业与品牌奖” (Fast Moving Growing, Sustainable Business & Brands Awards, FMGS2024)，“最受欢迎品牌”的奖项！

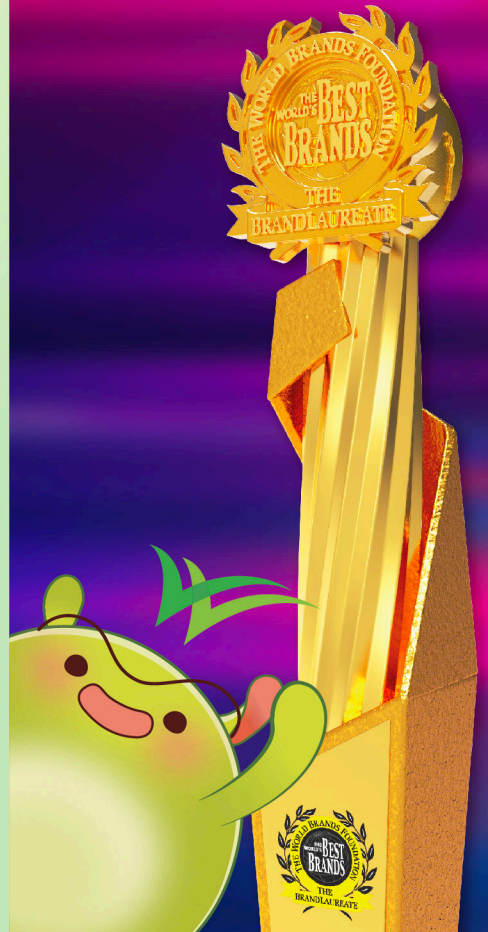
作为首批获得该奖项的品牌之一，Wellous 感到无比自豪！该奖项旨在表彰在品牌建设方面拥有杰出成就，尤其是可持续发展并且展现出坚定承诺的快速增长型企业。Wellous 本次获奖凸显了其在培育能够让消费者信赖、强大且持久的品牌，同时实现令人瞩目的增长的能力。

这一认可也表明 Wellous 正在提供能够与客户产生共鸣的产品和体验。

衷心感谢大家选择 Wellous，请继续关注我们以获取更多消息和发展！

五月  
30  
2024

# Wellous 荣获 2024 年 The BrandLaureate 卓越品牌奖 “最受欢迎品牌奖”



六月  
05  
2024

# “声”入你心 Immority 陪你遇见真正的自己

为了提升自我意识和正念认知，注重于内在健康的品牌——Immority，在吉隆坡举办了一场颂钵音疗活动，鼓励参与者在照顾外在健康的同时，寻回他们内心的平静。

活动当天，Immority 旗下的 MOVEON 爱护关节大使吴柳莹也亲临现场。此活动旨在通过冥想促进心灵健康，让我们恢复生活中的平衡及清晰度。通过聆听内心的声音，参与者有机会体验颂钵音疗的力量，并疗愈内心深处的创伤，同时激活内在的年轻活力。

Immority 衷心感谢社群的持续支持，让我们一起继续踏上重新认识自己和寻找内心平静的旅程吧！



六月 06-07  
2024

沉浸在花卉宇宙中

# Femoire Day & Night 试发布会



美容与健康品牌 Femoire 在近期的试发布会上推出了创新的口服美肤套组 — Day 焕亮养颜锭 & Night 玫瑰花胎素。该全素美肤套组专为皮肤在白天与夜晚的运作而设计，旨在以其独特的配方为客户提供前所未有的护肤程序。

此活动不仅发布了美肤产品套组，还启发了消费者认识到个性化护肤程序的重要性。对此，Femoire 特邀了一位资深医美医生与大家分享常见的皮肤问题及解决方案，让参与者更了解如何能保持健康亮丽的肌肤。

此外，Femoire 的专属营养师也针对新产品采用的科技及其具备的益处进行了深入的讲解。通过这些学习环节，参与者对护肤背后的科学有了更深入的了解，同时也知道 Day & Night 套组如何能满足他们的个人护肤需求。

活动当天，现场布置以玫瑰为主题，让来宾仿佛沉浸在一片玫瑰花园。此外，参与者有机会参与皮肤测试以评估他们的皮肤状况，进一步强调护肤意识的重要性。

通过 Day & Night 的产品介绍及护肤专家的讲座，Femoire 致力于帮助人们拥有更健康、更亮丽的肌肤。此活动代表着 Femoire 进军护肤市场的开端，承诺为消费者提供创新方案和专家见解。



Wellous 在 2024 年马来西亚亚太企业奖 (APEA) 上荣获了享有盛誉的卓越企业奖。在颁奖典礼当天, Wellous 联合创始人兼首席执行官陈伟权先生从马来西亚中小企业公司主席 Tan Sri Datuk Seri Panglima Bernard Dompok 手中接过奖项。

陈伟权先生在发表获奖感言时, 对 Wellous 的利益相关者、合作伙伴、客户和团队多年来的支持和信任表示衷心感谢。

APEA 2024 由地区非政府组织 Enterprise Asia 主办, 旨在表彰各行业的卓越领导力、创新和可持续商业实践。Wellous 获得这一殊荣, 证明了我们在卓越运营、创新战略和包容性企业文化方面的奉献和热情。

感谢 Wellous 全体员工和忠实客户的持续支持。未来, 我们期待与大家分享更多激动人心的消息和发展!



# Wellous 再添殊荣! 荣获 2024 年 马来西亚 亚太杰出企业奖 (APEA) “卓越企业奖”







# 2024 第二期



Wellous



wellous.com



wellous\_official



Wellous TV



wellous\_malaysia



wellous 马来西亚