

Gabungan Khazanah Semula Jadi dengan Bioteknologi

Revolusi Pemakanan Era Kini

OKT-DIS 2021



1. Kisah Jenama Tigrox



Apakah yang mengikat kita sepanjang menjalani kehidupan ini dalam menempuh liku-liku hidup yang tidak dapat diramalkan? Dengan keadaan ekonomi yang meleset ini, kita memerlukan kepercayaan sepenuhnya untuk keluar dari kepompong kemiskinan. Ketika kita sedang bertungkus-lumus di tempat kerja dan melawan rasa letih serta lesu dalam mengharungi kehidupan seharian, satu-satunya perkara yang membuatkan kita tetap teguh dan cekat adalah tubuh badan yang sihat. Jika anda bertanya mana-mana individu di luar sana mengenai asas bagi kekayaan hari ini, jawapannya adalah – Kesihatan.

Penciptaan siri Tigrox

∞ Tiger Milk King

∞ Imuglo

∞ Livetal

∞ Homega



Dengan Alam Semula Jadi yang memberikan tumbuhan dan herba daripada hutan serta ekstrak bernilai daripada laut, memperkenalkan siri Tigrox yang membekalkan nutrien penting yang diperlukan untuk kesihatan tubuh badan kita. “Kombinasi bioteknologi dan teknologi pengekstrakan terkini membolehkan kita memanfaatkan serta meningkatkan kebaikan daripada tumbuhan ubatan tradisional dengan memenuhi keperluan kesihatan awam,” kata Pengarah Pembangunan Produk dan Ahli Farmasi Wellous, Encik Ray Yap. Di bawah nilai kepercayaan ini bermulalah produk makanan berfungsi pertama kami, Tiger Milk King. Diperbuat daripada cendawan susu harimau, kisah legenda tentang sang harimau ini yang menjadikan sumber inspirasi untuk siri Tigrox kami.

TIG ROX

dipendekkan daripada perkataan ‘Tiger’. Ia sebagai simbol kekayaan, keberanian, dan memiliki kekuatan fizikal serta kesihatan dalam mengejar impian kita.

pula dipendekkan daripada ‘Rock your health’. Ia bukan sahaja menerangkan mengenai perjalanan hidup yang penuh keterujaan dengan tubuh badan yang sihat, tetapi ia juga mengharapkan kesihatan kita sentiasa terpelihara dan berpanjangan.

Keadaan kesihatan umum penduduk moden kebanyakannya berada pada tahap suboptimum, di mana ia berada di antara kesihatan baik dan juga penyakit.

“Kami percaya bahawa apa yang diperlukan oleh penduduk moden kini merupakan pencegahan berbanding rawatan, sebelum keadaan kesihatan suboptimum mereka menjadi semakin merosot dan mengakibatkan penyakit yang lebih serius. Oleh sebab itu, siri Tigrox merupakan produk makanan berfungsi khas dihasilkan khusus mengikut keperluan yang diinginkan oleh organ di dalam tubuh badan manusia.”





Selain daripada sumber primitif yang berharga, rekaan bungkusan yang istimewa juga merupakan salah satu ciri utama Tigrox dalam memudahkan pengguna untuk mengambilnya. Ini sangat penting bagi penduduk bandar yang sentiasa sibuk dengan kerjaya mereka dan dalam masa yang sama ingin menjaga kesihatan mereka dengan lebih baik menerusi kaedah yang paling mudah ini.

Produk makanan berfungsi khas dipadatkan dengan nutrien yang diperolehi daripada khazanah semula jadi istimewa dari kawasan darat dan laut, siri Tigrox merupakan satu pemberian yang dirumus khas untuk mereka yang sibuk bekerja di bandar dari segenap lapisan masyarakat yang menginginkan tubuh badan yang sihat dan penuh nikmat di masa hadapan.

Mr. Ray Yap

Pengarah Pembangunan Produk dan Ahli Farmasi

- Sarjana Farmasi, University of Strathclyde (UK) 2010
- Ahli Farmasi Teknologi Farmaseutikal Moden & Penyelidikan sejak 2014
- Ahli Farmasi di Hospital Pakar Sultanah Fatimah Muar (Klinikal, Penyusunan Semula Sitotoksik) pada 2011-2013
- Menjalankan kajian penyelidikan ke atas Penjagaan Pesakit Farmaseutikal di United Kingdom dan Malaysia (2009)





2. Duta Tigrox

Detik Baru untuk TIGROX:

Wellous Lantik Pengacara Terkenal Malaysia Jack Lim sebagai Duta Jenama TIGROX

Menjalani kehidupan dengan persekitaran yang penuh tekanan hari ini, kita sering kali mengejar keghairahan dunia juga wang ringgit. Dalam perjalanan menuju kejayaan, malangnya, kita sering alpa terhadap kesihatan kita. Untuk menggalakkan dan meningkatkan kesedaran kesihatan di kalangan rakyat Malaysia, WELLOUS telah mengadakan satu kempen bertajuk <Be Wild and Wow> genap pada tahun kelima penubuhan kami.



Rakyat Malaysia sering berbangga dengan semangat ketekunan dan ketabahan yang ditunjukkan semasa bekerja serta dalam kehidupan seharian. Tetapi malangnya kesedaran kita terhadap gaya hidup yang sihat adalah agak rendah. Jika ingin mencari seorang tokoh awam yang mempunyai ciri-ciri yang disebutkan tadi dan juga memiliki imej kerjaya yang positif serta rajin, anda mungkin akan terbayangkan wajahnya--- Jack Lim, salah seorang pengacara TV dan penyampai radio terkenal di Malaysia.

Dikenali ramai kerana bakatnya dalam industri hiburan Malaysia, Jack Lim bukan sahaja seorang pengacara TV, penyampai radio, pelakon dan penerbit filem, malah beliau juga merupakan seorang suami dan bapa yang sentiasa perlu membahagikan masa antara kerjayanya dan keluarga. Wellous melihat Jack Lim sebagai tauladan yang sesuai dan telah menjemput beliau untuk menjadi duta bagi siri TIGROX di bawah kempen <Be Wild and Wow>!

“Orang yang kuat kerja, ini adalah cara bagaimana kita perlu mengenalkan diri kita hari ini”

“Ramai di luar sana sering mengatakan bahawa mereka melihat saya sebagai orang yang sangat kuat bekerja, kerana saya berasa seronok bekerja lebih masa dan ada kalanya saya sampai terlupa untuk tidur”, kata Jack Lim semasa majlis menandatangani kempen <TIGROX Be Wild and Wow>. “Tetapi lama kelamaan, saya sedar yang saya tidak keseorangan, kerana ramai di luar sana yang gemar kerja kuat di dalam kehidupan kita hari ini!”

Benar, kita terlampau sibuk sehinggakan tiada masa untuk makan dan tidur. Secara tidak sedar, ini merupakan gaya yang tidak sihat dan senario biasa hari ini. Kita perlu faham bahawa pengabaian kesihatan dalam jangka masa panjang mungkin akan menyebabkan kehilangan jangka hayat yang berharga sebelum kita sempat mencapai impian yang diidamkan.

“Keinginan saya menjadikan saya tabah mengharungi segalanya, tetapi tidak tubuh badan saya”

Sebagai penyampai radio pada sesi pagi, Jack Lim tidak membenarkan dirinya untuk berehat sebaik sahaja kerjanya selesai, tetapi beliau melengkapkan jadual dan segala janji temunya sepanjang hari. Dek kerana kehidupannya yang sentiasa sibuk menyebabkan beliau sehingga terlupa untuk makan.

“Apabila saya membuat pemeriksaan kesihatan, saya menyedari bahawa saya mengalami hati berlemak, tekanan darah saya juga tinggi. Sejak itu, saya mula sedar bahawa saya sering meletakkan keinginan saya sebagai pendorong utama, tetapi seiring dengan peredaran waktu, tubuh badan saya tidak dapat lagi menampung gaya hidup seperti ini lagi. Tubuh badan kita seperti mesin yang mana ia memerlukan penjagaan yang rapi dan baik, kerana tubuh badan yang sihat dapat memastikan kebahagiaan untuk seluruh keluarga.”





“Kebanyakan penyakit merupakan pembunuh senyap, gejala mungkin tidak akan kelihatan”

Kita sangat memahami maksud di sebalik “mencegah lebih baik daripada merawat”, namun adakalanya kita seringkali mengabaikan peringatan tersebut. “Kadangkala kita mungkin tidak dapat mengenal pasti masalah kesihatan yang dialami oleh tubuh badan kita, kerana kebanyakan penyakit adalah pembunuh senyap dan tiada sebarang gejala langsung, dan selalunya apabila gejala mula muncul semuanya sudah terlambat,” kata Jack Lim semasa majlis tersebut.

Takdir menemukan Jack Lim dengan Wellous dan TIGROX dua tahun lalu, dan sejak itu, beliau mengambil produk pertama dari siri TIGROX, minuman botani cendawan susu harimau Tiger Milk King di mana kemudiannya beliau telah menjadi pengguna setia siri TIGROX. Beliau turut mengambil minuman botani Elderberi Imuglo, minuman botani Antrodia Cinnamomea Livetal dan minyak ikan dengan vitamin Homega daripada siri yang sama.



“3 bulan yang lalu, saya pergi membuat pemeriksaan kesihatan. Doktor memberitahu saya mempunyai nilai kesihatan yang lebih baik berbanding sebelum ini. Beberapa indeks telah berkurangan ke kadar yang lebih sihat.” Jack Lim turut mengingatkan orang di luar sana untuk melakukan pemeriksaan kesihatan secara berkala bagi mengetahui dengan lebih mendalam tentang kesihatan diri, sekaligus menyesuaikan dengan gaya hidup yang sewajarnya.

“Saya tidak sangka bahawa nutrien tambahan seperti ini sangat mudah untuk dinikmati”

Jack Lim memuji produk siri TIGROX kerana ia mampu mengubah tanggapannya terhadap makanan tambahan, beliau menikmati setiap saat dan waktu ketika mengambil produk tersebut. “Produk siri TIGROX WELLOUS mempunyai rasa yang enak dan menyenangkan, ramuan turut dipilih dengan teliti dan diperoleh dari seluruh dunia. Makanan berfungsi khas merupakan produk yang khusus untuk penduduk bandar hari ini kerana jadual kerja yang sibuk seharian sehingga sukar untuk mereka menjaga kesihatan”. Sebagai pengguna siri TIGROX yang berpuas hati dan setia, Jack Lim juga sangat senang kerana dapat berkongsi manfaat produk ini bersama rakan-rakannya.

WELLOUS berharap dengan kempen istimewa yang dilakukan ini, orang awam akan lebih memahami dan mendalami nilai sebenar yang terdapat di sebalik kesihatan. Kami juga berharap agar produk siri TIGROX ini boleh menjadi peneman terbaik sepanjang perjalanan anda dalam mencapai kejayaan, membawa kepada masa depan yang lebih cerah. Jom sama-sama ke arah kehidupan yang lebih sihat dan bertenaga dengan TIGROX!



3. Tanya Pakar

Walaupun kehidupan di bandar penuh dengan hiruk-pikuk, gaya hidup moden boleh menjadi sangat tertekan. Kesibukan kerja telah menarik nikmat kita untuk berehat, memanjakan diri, dan mengembalikan kesihatan kita. Ini menyebabkan peningkatan dalam penduduk bandar di mana kesihatan mereka berada di bawah keadaan suboptimum atau semakin merosot. Jauh di sudut hati, kita mempunyai firasat bahawa tubuh badan kita tidak lagi sihat seperti dahulu, tetapi bagaimana untuk tahu? Apa risiko kesihatan yang sembunyi disebalik kesibukan kita dalam mengejar kejayaan hari ini?

Apabila anda rasa tidak pasti, dapatkan nasihat daripada pakar kami di Wellous Sdn Bhd! Penasihat Lembaga Penyelidikan Perubatan kami sentiasa ada untuk menjawab segala persoalan anda dan memberikan nasihat berguna untuk anda terutama sekali penduduk bandar. Pastinya, kami berharap dapat menjelaskan tentang beberapa tanda utama dan gejala kesihatan yang perlu kita perhatikan sambil mengejar impian yang diidamkan.

Ini adalah mesej automatik. Pakar kami akan membalas pesanan anda sebentar lagi.

Helo Ali, saya Dr. Chai Lay Ching, Penasihat Makanan & Mikrobiologi Wellous. Anda boleh memanggil saya Dr. Chai. Saya pakar dalam bidang Mikrobiologi Makanan, dan saya juga merupakan seorang pensyarah kanan serta pengarah makmal di Makmal Mikrobiologi INFRA Universiti Malaya. Anda boleh bertanya sebarang soalan! Saya sedia untuk membantu!



Dr Chai



Helo!

Saya tertanya-tanya adakah saya mungkin boleh dijangkiti dengan penyakit melalui bawaan udara, disebabkan kerja yang memerlukan saya berjumpa dengan klien?



Penyakit berjangkit boleh disebarkan dari satu individu ke individu yang lain melalui makanan dan air tercemar, sentuhan dan udara.

Individu yang telah dijangkiti penyakit berjangkit seperti selesema boleh menyebarkan virus melalui titisan cecair apabila mereka bersin, batuk dan bercakap. Titisan cecair ini berada di udara dalam tempoh masa yang pendek dan menyebabkan jangkitan pada individu lain yang sihat apabila mereka menyedut titisan cecair ini ke dalam paru-paru mereka. Jadi untuk menjawab soalan anda, ya, anda mungkin boleh mendapat jangkitan penyakit melalui bawaan udara.



Dr Chai



Ali

Ohh baru saya faham konsep ini, tetapi sudah tentu bukan itu sahaja, kan? Selain bakteria dan virus, apa lagi ancaman yang terdapat dalam udara yang boleh membahayakan dan menjejaskan kesihatan paru-paru seseorang?

Sama seperti air, udara juga merupakan sumber penting yang diperlukan dalam kehidupan manusia tetapi udara yang kita sedut juga boleh menjadi punca kepada ancaman yang buruk.

Pendedahan jangka panjang kepada bahan pencemar udara seperti pencemaran gas kimia, nitrogen dioksida, ozon, karbon monoksida dan sulfur dioksida; pencemaran zarah atau juga dipanggil jirim zarah (PM). PM10 merupakan partikel yang boleh disedut dengan diameter yang lebih kecil atau sama dengan 10 mikrometer. Bahan pencemar bawaan udara seperti ini boleh menjejaskan kesihatan paru-paru kita.

Tetapi bukan itu sahaja, gaya hidup dan juga diet anda juga memainkan peranan yang penting. Jika tidak keberatan, boleh saya bertanya, adakah anda merokok?



Dr Chai

**Ali**

Ya, saya merupakan seorang perokok tegar. Dan saya sedar, adakalanya apabila saya berjumpa dengan klien, saya sering mendapati diri saya sukar untuk bercakap dengan lancar kerana saya mengalami kesesakan nafas, sakit tekak dan juga batuk. Adakah ia merupakan kesan berbahaya dari tabiat buruk saya?

Ya betul, kesihatan menyeluruh kita sangat berkait rapat dengan gaya hidup dan diet, dan berdasarkan dua perkara tersebut, ia sudah semestinya dapat menjejaskan rutin harian kita.

Tabiat buruk seperti merokok sangat berbahaya bukan sahaja pada paru-paru anda tetapi juga kesihatan menyeluruh. Ini kerana merokok dapat merosakkan saluran pernafasan dan kantung udara kecil di paru-paru anda. Asap dan toksin juga boleh merengsakan dan merosakkan tisu yang lembut di tekak menyebabkan anda batuk dan tekak anda bengkak.

**Dr Chai****Ali**

Mmm...maksudnya saya perlu berhenti merokok serta merta ke? Dan Dr. ada ke sebarang petua atau nasihat tentang bagaimana untuk mengekalkan kesihatan paru-paru dan juga sistem pernafasan saya?

Mungkin kedengaran sukar untuk anda tetapi jawapannya ya. Berdasarkan beberapa kajian, berhenti merokok dapat membantu mengurangkan risiko untuk mendapat penyakit yang berkaitan dengan paru-paru dan dapat meningkatkan kesihatan menyeluruh anda. Ini merupakan langkah pertama.



Dr Chai

Betul ia tidak semudah seperti yang dikatakan untuk berhenti merokok kerana nikotin merupakan satu ubat di dalam tembakau yang boleh menyebabkan ketagihan. Justeru itu, anda boleh mendapatkan bantuan profesional daripada mana-mana Klinik Berhenti Merokok, yang merupakan satu pusat sokongan dalam membantu anda sepanjang perjalanan untuk berhenti merokok.

Kedua, anda boleh meningkatkan kualiti udara di kawasan dalam terutama sekali di rumah anda. Benarkan peredaran udara dengan memasang penapis udara.

Ketiga, pemakaian pelitup muka ketika berada di luar merupakan langkah penting untuk mengurangkan ancaman tersembunyi di udara, seperti virus dan zarah jerebu.

Keempat, mengambil langkah berjaga-jaga dengan melakukan pemeriksaan kesihatan yang kerap dan dapatkan vaksinasi. Pastikan anda menerima suntikan untuk vaksin selesema atau pneumonia sekiranya anda memerlukannya.

Akhir sekali, ubah diet dan gaya hidup anda. Amalkan mengambil makanan yang sihat dan melakukan senaman dengan kerap untuk meningkatkan pernafasan anda dan membantu paru-paru anda untuk berfungsi dengan lebih baik.



Petua yang sangat baik dan mudah difahami! Terima kasih banyak-banyak doktor atas masa dan perkongsian ilmu yang sangat berguna hari ini. Jaga diri!

Perkara kecil sahaja, tiada masalah! Jaga diri anda juga!



Dr Chai



Ini adalah mesej automatik. Pakar kami akan membalas pesanan anda sebentar lagi.

Helo Siti, saya Dr. Jezamine Lim Iskander, Penasihat Saintifik dan Kajian Wellous. Anda boleh panggil saya Dr. Jez. Saya merupakan seorang Doktor Falsafah dalam Stem Cells and Tissue Engineering dari Universiti Kebangsaan Malaysia dan saya juga merupakan Ketua Pegawai Eksekutif Cells Biopeutics Resources, berjaya membangunkan dan mengkomersialkan terapi sel stem. Anda boleh bertanya sebarang soalan! Saya sedia untuk membantu!



Dr Jezamine



Hai Dr. Jez!

Hai! Ya, boleh saya bantu anda?



Dr Jezamine



Sejak kebelakangan ini, saya mudah jatuh sakit, seperti selesema dan batuk dengan kerap.

Sebagai seorang ibu yang bekerja, ini agak membimbangkan bagi saya kerana ia bukan sahaja memberi kesan pada kualiti hidup di tempat kerja saya tetapi juga terhadap keluarga saya.

Bolehkah doktor berkongsi sedikit petua tentang cara untuk meningkatkan imuniti agar saya dapat mengurangkan kekerapan saya jatuh sakit?

Sudah tentu, saya sangat memahami apa yang anda alami sekarang. Saya juga merupakan seorang ibu kepada 3 orang cahaya mata. Jadi, saya perlu memastikan bahawa keluarga saya tidak mendapat sebarang jangkitan daripada saya apabila saya jatuh sakit. Tetapi sebelum itu, biar saya jelaskan apa sebenarnya sistem imun ini.



Dr Jezamine

Secara keseluruhannya fungsi sistem imun ini adalah untuk melindungi tubuh badan kita daripada ancaman luar seperti bakteria, kulat, virus dan juga toksin.

Mudah jatuh sakit berkemungkinan menunjukkan tanda anda mempunyai sistem imun yang lemah. Secara normalnya, seseorang itu akan jatuh sakit sebanyak 1-3 kali setahun.

Boleh saya tahu jika anda mendapatkan tidur yang cukup beberapa hari ini? Berapa jam sehari anda habiskan untuk waktu tidur anda?



Siti

Selalunya saya akan bangun seawal 3 pagi untuk melakukan persediaan sarapan dan makanan tengah hari untuk keluarga saya dan juga persediaan untuk gerai saya.

Pada waktu malam selalunya saya akan tidur pada jam 11 malam tetapi ada kalanya saya akan berjaga pada waktu malam untuk menyelesaikan kerja saya atau melakukan kerja rumah.

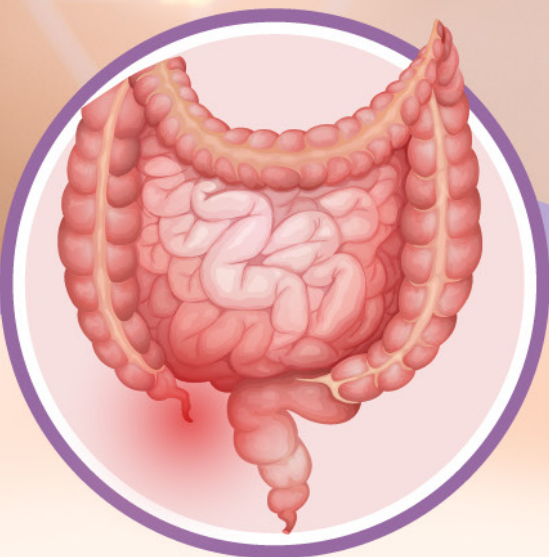
Ohhh... Ini kedengaran seperti anda tidak mendapatkan tidur yang mencukupi. Ianya disarankan untuk seseorang itu mendapatkan tidur sebanyak 7-8 jam sehari.



Dr Jezamine

Mereka yang kurang tidur akan cenderung untuk jatuh sakit dengan kerap. Ini kerana semasa tidur, sistem imun kita akan mengeluarkan mesej-protein yang dipanggil sitokin, membantu dalam melawan jangkitan dan keradangan.

Sitokin sangat penting terutamanya apabila anda sakit atau berasa tertekan. Jadi, apabila anda tidak mendapatkan tidur yang mencukupi, tubuh badan anda tidak dapat menghasilkan sitokin yang mencukupi sekaligus mengurangkan keupayaan semula jadi tubuh badan anda untuk melawan jangkitan.



Ohhh begitu...saya ingatkan tidur selama 4 jam sudah mencukupi.

Tidak. Tidur yang tidak mencukupi juga akan meningkatkan tahap tekanan kita.

Jumlah tekanan yang berlebihan akan mengurangkan tindak balas imun semula jadi tubuh badan yang mengakibatkan proses penyembuhan menjadi lambat. Keadaan ini mungkin akan menyebabkan jangkitan yang lebih serius. Selain kerap jatuh sakit, adakah anda mempunyai sebarang masalah yang lain?



Dr Jezamine



Ya ada, sebenarnya selain kerap jatuh sakit, saya juga mengalami masalah ketakcernaan dan sembelit.



Seperti yang saya beritahu sebelum ini, kekurangan tidur boleh menyebabkan tahap tekanan diri menjadi tinggi. Tekanan yang kronik bukan sahaja mengurangkan tindak balas imun semula jadi tubuh badan, malah menjejaskan kesihatan usus.

**Dr Jezamine**

Kesihatan usus mempunyai impak yang besar dalam kualiti hidup dan juga sistem imun kerana ia mengandungi sehingga 70% sel-sel sistem imun. Jadi, apabila tahap tekanan anda tinggi, ia akan menyebabkan perubahan mikrobiome usus.

Perubahan mikrobiome usus akan melemahkan lagi sistem imun anda dan mungkin menyebabkan kembung perut, sembelit, cirit-birit dan pedih ulu hati.

Oleh kerana sistem imun dan sistem pencernaan sangat berkait rapat antara satu sama lain, ia sangat penting untuk anda menjaga kesihatan usus kerana ia boleh menguatkan sistem imun anda.

**Siti**

Saya tidak pernah tahu bahawa kesihatan usus kita dapat memberi kesan kepada sistem imun! Baiklah, saya akan sentiasa ingat perkara ini.

Jika tidak keberatan bolehkah doktor berikan sedikit petua untuk membantu mengekalkan kesihatan usus saya?



Anda perlu pastikan diri kekal terhidrat. Ambil sekurang-kurangnya 8 gelas air setiap hari kerana ia dapat membantu menyeimbangkan mikrobiome usus dan meningkat sistem pencernaan.

Anda juga boleh mengambil prebiotik dan probiotik tambahan untuk menggalakkan pertumbuhan bakteria baik di dalam usus.



Dr Jezamine



Siti

Okey. Bagaimana dengan makanan doktor? Boleh doktor cadangkan makanan yang dapat membantu menguatkan sistem imun?

Sudah tentu!

Anda boleh mengambil makanan yang kaya dengan Vitamin C seperti oren dan beri kerana ia dapat membantu meningkatkan sistem imun.

Vitamin C adalah nutrien penting yang tidak dapat dihasilkan oleh tubuh badan kita di mana ia bertindak sebagai antioksidan untuk melawan radikal bebas di dalam badan dan membantu meningkatkan sistem imun.

Anda juga boleh mencuba untuk menambahkan cendawan herba seperti reishi, lingzhi, cendawan susu harimau dan maitake ke dalam diet atau makanan tambahan anda.

Kalau anda nak tahu, cendawan herba telah digunakan sejak berkurun lamanya kerana berfungsi sebagai anti-bakteria, anti-radang, antioksidan dan juga antiviral. Ia juga mengandungi sumber beta-glukan yang tinggi, iaitu polisakarida yang mempunyai sifat merangsang imun.



Dr Jezamine



Terima kasih doktor untuk petua yang diberikan! Sekarang saya tahu bahawa ianya penting untuk meningkatkan sistem imun dan juga kesihatan usus menerusi pemakanan saya.

Sama-sama!

Jangan lupa untuk patuhi semua langkah penjagaan selepas anda pulang dari kerja bagi memastikan keluarga anda dilindungi.

Patikan untuk meletakkan pakaian anda ke dalam mesin basuh sebaik sahaja pulang ke rumah dan jangan berinteraksi dengan sesiapa pun sebelum anda membersihkan diri.

Dan jangan lupa untuk mensanitisakan beg, telefon bimbit, komputer riba dan permukaan yang anda sering sentuh dengan pensanitasi berasaskan sekurang-kurangnya 60% alkohol. Jaga diri selalu!



Dr Jezamine



Baiklah, Saya akan ingat nasihat doktor selalu!

Ini adalah mesej automatik. Pakar kami akan membalas pesanan anda sebentar lagi.

Helo Wai Yee, saya Kelvin Yap, Penasihat Perubatan Tradisional Cina Wellous. Saya telah menjalankan PTC dan perubatan barat lebih dari 5 tahun. Sebagai pengamal PTC kajian tentang organ dalaman merupakan pengkhususan saya. Anda boleh bertanyakan sebarang soalan! Saya sedia untuk membantu!



Kelvin Yap



Helo!

Sejak kebelakangan ini saya agak risau dengan kesihatan saya.

Baru-baru ini, saya rasa sukar untuk bernafas dan berasa sesak dada ketika sedang duduk untuk menyiapkan projek saya pada waktu malam.



Adakah anda pernah mengalaminya sebelum ini?



Kelvin Yap



Tidak silap, saya pernah mengalaminya beberapa kali sebelum ini. Biasanya ia akan hilang tidak lama selepas itu. Tetapi saya risau jika ada sebarang masalah dengan diri saya.

Mungkin paru-paru saya bermasalah? Atau ianya perkara lain?

Sebenarnya banyak punca yang menyebabkan seseorang kadang-kadang sukar bernafas atau rasa sesak dada.

Jika bercakap dari sudut perspektif Perubatan Tradisional Cina (PTC), ia mungkin disebabkan paru-paru atau hati yang lemah, kelembapan badan yang tinggi atau peredaran Qi dan darah anda tersumbat.

Apabila Qi dan darah anda tidak mengalir dengan lancar, ia boleh mengakibatkan keanjalan saluran darah semakin berkurangan. Inilah sebabnya berlaku peningkatan risiko untuk mendapat penyakit kardiovaskular.



Kelvin Yap



Wai Yee

Kadang-kadang saya merasakan jantung saya berdenyut dengan tidak teratur terutamanya jika saya rasa tertekan apabila bekerja pada lewat malam untuk mengejar tarikh akhir projek.

Tetapi, saya tidak sangka saya berkemungkinan untuk menghidap penyakit jantung. Saya baru sahaja 25 tahun!

Saya juga tidak merokok atau melakukan sesuatu yang buruk terhadap badan saya.

Pernahkah anda lakukan pemeriksaan kesihatan atau darah sebelum ini?

Adakah anda tahu tahap tekanan darah, gula dalam darah atau kolesterol dalam darah anda.



Kelvin Yap



Wai Yee

Saya tidak tahu langsung...

Saya baru sahaja mengalaminya. Jadi saya belum lagi ada masa untuk lakukan pemeriksaan kesihatan.

Adakah bacaan tahap darah ini penting? Patutkah saya lakukan pemeriksaan secepatnya?



Untuk menjawab kedua-dua soalan anda, ya betul.

Walaupun masih lagi muda, baru sahaja 25 tahun, anda perlu membuat pemeriksaan kesihatan dua tahun sekali.

Tidak mengapa jika anda tidak melakukannya buat masa sekarang. Tapi saya ingin tahu jika ada ahli keluarga yang mempunyai masalah dengan tekanan darah, kolesterol atau gula dalam darah?

Atau ada sesiapa yang menghadapi penyakit jantung?



Kelvin Yap



Wai Yee

Hmm.. sebenarnya ibu saya ada kolesterol tinggi dalam darah.

Berapa umur ibu anda dan bilakah penyakitnya dikesan?



Kelvin Yap



Wai Yee

Tahun ini umurnya genap 49 tahun. Rasanya dia didiagnos lebih kurang dua tahun lepas?

Saya teringat ibu pernah memberitahu bahawa ayahnya meninggal dunia pada usia agak muda kerana serangan jantung.

Oh, saya faham sekarang.

Umumnya, bagi seseorang di usia muda seperti anda untuk mengalami gejala penyakit kardiovaskular, kebiasaannya adalah disebabkan oleh faktor keturunan.



Kelvin Yap



Alamak!



Jangan terlalu risau! Bukan hanya faktor genetik yang menyebabkan penyakit jantung. Gaya hidup dan pemakanan harian anda turut memainkan peranan yang penting.

Seperti biasa, kehidupan yang tidak aktif, kurang bersenam dan kurang pengambilan sayur dan buah dalam diet...

Tentu sahaja mereka yang obesiti atau memiliki berat badan berlebihan lebih berisiko untuk mendapat penyakit kardiovaskular, tapi anda tidak patut berasa terlalu selesa walaupun memiliki berat badan yang normal.



Kelvin Yap





Saya tidak terlalu risau tentang berat badan saya. Saya masak makanan sendiri, jadi saya boleh mengawal pemakanan saya.

Tapi saya rasa saya perlu lebih melakukan senaman selepas ini. Apa lagi yang saya perlu lakukan?

Doktor PTC biasanya akan menyarankan anda untuk mengambil herba seperti TianQi (notoginseng), ginseng atau DanShen (salvia) yang membantu dalam penghasilan bendalir, membaik pulih darah dan Qi. Ringkasnya, ia membantu mendapatkan semula saluran darah yang sihat.

Adakah anda selalu makan ikan?



Kelvin Yap



Tidak....

Kebiasaannya doktor akan menyarankan untuk mengambil makanan yang mengandungi lemak baik seperti ikan tuna, salmon dan tenggiri, atau kekacang seperti walnut dan badam.

Walaupun begitu, jika makanan ini bukan sebahagian daripada diet harian anda, sebagai alternatif, anda boleh mengambil kapsul minyak ikan.

Omega 3 yang terdapat di dalam minyak ikan boleh membantu untuk meredakan keradangan dan menurunkan tekanan darah dan ianya penting untuk kesihatan kardiovaskular.



Kelvin Yap





Hmmm... Saya tidak sepatutnya mengambil mudah kesihatan saya.

Saya bukanlah seseorang yang terlalu menitikberatkan kesihatan, tetapi setelah mengetahui ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesihatan, saya perlu lebih berhati-hati.

Baguslah begitu!

Saya juga ingin mengingatkan jika anda berasa sesak dada atau mengalami ketidakselesaan jantung, anda perlu berjumpa dengan doktor.

Pemeriksaan kesihatan dapat membantu anda untuk lebih memahami keadaan kesihatan anda sekarang dan apa yang perlu dilakukan seterusnya.



Kelvin Yap



Baiklah. Saya akan ikut nasihat doktor.
Terima kasih doktor kerana sudi menjawab pertanyaan saya hari ini!



Ini adalah mesej automatik. Pakar kami akan membalas pesanan anda sebentar lagi.

Helo Michael, saya Prof. Kim Kah Hwi, Penasihat Bioperubatan Wellous. Anda boleh memanggil saya Prof. Kim. Saya mempunyai pengkhususan dalam kajian perubatan herba, dan mempunyai pengalaman selama 30 tahun dalam mengajar pelajar perubatan mengenai hubungan antara saraf dan organ badan. Anda boleh bertanya sebarang soalan! Saya sedia membantu!



Prof Kim



Michael

Helo profesor. Sebagai seorang ahli perniagaan, saya kerap minum alkohol dan berjaga sehingga lewat malam sepanjang beberapa tahun ini.

Ramai yang memberitahu bahawa kerjaya dan gaya hidup saya boleh membahayakan hati saya. Betul ke doktor?

Sebenarnya hati kita mempunyai keupayaan yang tinggi untuk membaik pulih dengan sendirinya. Namun begitu, pengambilan alkohol berlebihan dalam jangka masa yang panjang, tekanan atau berjaga lewat malam akan melemahkan hati untuk pulih dan menyebabkan penyakit hati kronik.



Prof Kim



Michael

Apakah fungsi sebenar hati? Saya dengar ia membantu untuk meneutralkan toksik yang ada dalam badan kita. Tapi adakah itu sahaja fungsinya?



Hati kita memainkan peranan penting dalam menyokong organ lain, terutamanya jantung dan usus. Sebagai contoh ia membantu untuk memecahkan lemak yang kita ambil dengan menghasilkan hempedu supaya ia mudah diserap oleh usus.



Prof Kim

Hati juga menyimpan nutrisi seperti vitamin larut lemak (A,D,E & K) dan mineral seperti zat besi dan kuprum.

Ia juga membantu untuk menapis dan mengawal darah dalam badan supaya ia tidak menjadi terlalu pekat dengan produk sampingan, toksik dan bahan berbahaya.

Ini merupakan sebahagian sahaja daripada beratus fungsi yang boleh dilakukan hati untuk memastikan badan kita berfungsi dengan baik.



Michael

Penting juga ya hati kita. Sebagai organ yang sering bekerja keras, tidak hairanlah jika penyakit paru-paru merupakan satu perkara biasa!



Namun begitu ramai yang tidak mengetahui bahawa hati kita mudah terjejas disebabkan keadaan organ yang lain juga.

Apa yang kita selalu fikir sebagai barah hati sebenarnya barah hati sekunder. Maksudnya barah itu merebak dari organ lain seperti usus, pankreas, payudara dan paru-paru kemudiannya ke hati.



Prof Kim

Walaupun hati berfungsi sebagai sokongan kepada organ lain, kita perlu menjaga kesihatan keseluruhan agar dapat melindungi hati kita juga.



Michael

Saya tidak tahu tentang ini! Selama ini saya ingatkan barah hati terjadi sendirinya.

Apabila penyakit datang dari hati itu sendiri, ia dipanggil kanser hati primer.

Ia bermula daripada pemendapan tisu lemak di hati. Lama kelamaan, ia akan membentuk parut di hati yang dipanggil sirosis yang merupakan pelopor kepada kanser hati.



Prof Kim



Michael

Lemak? Saya ingatkan hanya alkohol yang berbahaya terhadap hati kita

Alkohol merupakan salah satu daripadanya. Minum secara berlebihan boleh menyebabkan penyakit hati berlemak disebabkan alkohol atau lebih dikenali sebagai AFLD.

Namun begitu, apa yang saya katakan sebelum ini ia dikenali sebagai penyakit hati berlemak yang bukan disebabkan oleh alkohol atau NAFLD yang mengakibatkan kepada semua penyakit hati sebanyak 24%. Ia terjadi terutamanya pada mereka yang mempunyai berat badan berlebihan, obesiti dan diabetes jenis 2.



Prof Kim



Saya mempunyai berat badan yang sedikit berlebihan, tetapi sekiranya saya bersenam secukupnya, okey sahaja kan?

Mungkin anda patut cuba melakukan senaman berintensiti rendah dan mempunyai daya tahan yang panjang. Lakukan 30-45 minit setiap sesi dan 2-3 sesi setiap minggu.

lanya sangat penting untuk mengurangkan lemak yang mendap di hati kerana obesiti merupakan faktor terbesar NAFLD. Kita seharusnya melakukan yang terbaik untuk mencegahnya.



Prof Kim



Nampaknya saya akan ada lebih banyak perkara untuk dirisaukan sekarang! Lemak badan, waktu tidur, alkohol...



Tentang gaya kerja anda, mungkin boleh cuba untuk dapatkan tidur dan rehat supaya badan anda dapat mengembalikan fungsi hati.

Disarankan untuk dapatkan lebih dari 7 jam tidur setiap hari.

Dan cuba kawal pengambilan alkohol anda untuk memantapkan lagi perlindungan terhadap hati.



Prof Kim



Selain daripada penyakit hati berlemak, betulkah hepatitis juga menyebabkan kegagalan hati?

Ya. Hepatitis A & B merupakan jangkitan hati yang sering kali didengari. Ia disebabkan virus hepatitis yang menyerang dan menyebabkan kecederaan pada hati.



Prof Kim

Virus hepatitis boleh dibawa menerusi makanan atau minuman tercemar dan bendalir badan. Namun begitu, jangan risau kerana kita mempunyai vaksin untuk hepatitis A & B yang dapat mengurangkan risiko jangkitan.



Michael

Hmm...macam tu rupanya. Nampaknya, saya perlu dapatkan vaksin hepatitis untuk melindungi hati saya dengan lebih baik.

Berbalik semula kepada kanser hati, adakah benar ia tidak menunjukkan sebarang tanda awal?

Benar. Memandangkan prosesnya berlaku secara berperingkat dan hati tidak mempunyai saraf, kesakitannya tidak dapat dirasai. Penyakit ini tidak menunjukkan tanda hinggalah berada di tahap terakhir menyebabkan ia sangat berbahaya.



Prof Kim

Namun begitu, masih tidak terlambat untuk menjaga kesihatan hati. Ubatan herba seperti Antrodia, Malpighia Coccigera dan kunyit dapat membantu untuk memelihara, membaik pulih serta mencegah sirosis.

Tambahan pula, makanan yang mudah didapati seperti telur dan ikan kaya dengan omega 3 dan fosfolipid penting, di mana ia baik untuk menghasilkan semula sel hati yang rosak.



Michael

Saya rasa untuk mengubat diet saya ia merupakan satu perkara yang tidak mustahil. Apa-apa pun, kita perlu mencuba dan mengimbangkan kepentingan dalam hidup kita apabila bercakap tentang kesihatan dan kerjaya.

4. ACARA & BERITA

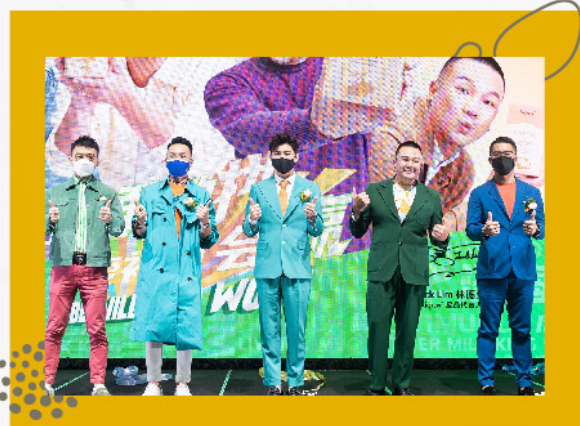
Detik Baharu Siri TIGROX dengan Kempen <Be Wild and Wow>!

5 NOVEMBER 2021

Diformulasikan dengan ramuan terpaten dan hebat, TIGROX, siri produk terunggul dari Wellous telah menarik perhatian dan menjadi pilihan ramai sejak beberapa tahun kebelakangan ini. Sebagai pencetus trend untuk makanan berfungsi khas, WELLOUS telah melantik pengacara terkenal Jack Lim sebagai duta TIGROX untuk memberikan detik permulaan segar kepada siri ini.

Sebagai rakyat Malaysia, kita cukup berbangga dengan sifat tekun dan tabah yang dimiliki. Namun begitu, penting juga bagi kita untuk memberikan perhatian terhadap kesihatan diri dalam mencapai matlamat hidup. Justeru, kempen <TIGROX Be Wild and Wow> dianjurkan bagi meningkatkan kesedaran kesihatan dalam kalangan rakyat Malaysia.

Majlis menandatangani duta telah dianjurkan pada 5 November 2021 untuk mengumumkan secara rasmi dan memperkenalkan duta TIGROX, Jack Lim kepada orang ramai. Turut berlangsung pelancaran video muzik yang menampilkan Jack Lim serta semua produk dari siri TIGROX yang bertujuan untuk mencipta impak yang lebih besar menerusi penyampaian lirik yang ringkas namun irama yang bertenaga. Anda boleh menontonnya melalui halaman rasmi Facebook kami "Wellous Malaysia". Semoga anda gemar mendengari lagu tersebut!



Cabutan Bertuah Besar-Besaran Sempena Sambutan Ulang Tahun Ke-5 Wellous!

20 NOVEMBER 2021

Bersempena sambutan ulang tahun ke-5 Wellous, Wellous menganjurkan pertandingan cabutan bertuah <Ulang Tahun Ke-5 Wellous: Rebut Peluang Keemasan Anda>, dengan menawarkan sebanyak 350 hadiah bernilai lebih RM500,000 kepada pelanggan setia kami dari Malaysia, Singapura, Hong Kong, Taiwan, Indonesia, Macau, dan Brunei.

Hadiah termasuk motosikal berjenama, skuter elektrik, telefon pintar, peralatan mewah, tablet dan PlayStation, aksesori emas 999, peralatan dapur berjenama, hadiah wang tunai dan banyak lagi. Hadiah utama kereta Mercedes A Class disediakan buat pemenang bertuah dari Malaysia sebagai tanda terima kasih yang tidak terhingga kepada pelanggan atas sokongan padu mereka kepada Wellous.

Pusingan akhir cabutan bertuah bakal berlangsung menerusi Facebook LIVE pada 15 Januari 2022. Jangan lupa untuk sertai dan semoga berjaya!



TIGROX Komited Sampaikan Mesej Kesihatan untuk Semua!

1 DISEMBER 2021



Bukit Nanas

Bersempena dengan kempen <TIGROX Be Wild dan Wow>, papan iklan yang memaparkan produk siri TIGROX kini boleh dilihat di sekitar Bandaraya Kuala Lumpur seperti Jalan Sultan Ismail, Jalan Bukit Bintang, Eko Cheras, TTDI dan Jalan Semantan.



Wabak Covid-19 yang melanda dengan dahsyat telah memberi kesedaran serta pemahaman yang lebih baik tentang kepentingan menjaga kesihatan. WELLOUS sebagai syarikat makanan berfungsi khas sangat komited untuk menghasilkan lebih banyak makanan berfungsi untuk masyarakat. Kami juga ingin meningkatkan kesedaran kesihatan dalam kalangan orang awam dengan cara yang ceria dan kreatif melalui papan iklan berwarna-warni di sekitar Bandaraya Kuala Lumpur.

Anda boleh melihat sendiri papan iklan TIGROX ketika bersiar-siar di ibu kota dan semoga ia dapat memberi inspirasi terhadap diri anda dalam perjalanan ke arah kehidupan yang lebih sihat!



Siri TIGROX - Anugerah Jenama Halal Terbaik Dunia BrandLaureate 2021

15 DISEMBER 2021

Wellous menerusi Siri TIGROX dengan berbesar hati menerima Anugerah Jenama Halal Terbaik Dunia (World Halal Best Brands Award) menerusi The BrandLaureate 2021 oleh The World Brands Foundation.

Anugerah Jenama Halal Terbaik Dunia BrandLaureate ialah anugerah yang mengiktiraf jenama halal yang terkemuka dan kukuh dalam setiap kategori serta komitmen mereka dalam menyediakan perkhidmatan dan produk yang selamat untuk digunakan komuniti Muslim.

Jenama-jenama ini telah memenuhi syarat ketat yang ditetapkan oleh JAKIM dalam mencapai pensijilan halal dan mengikuti piawaian mereka serta memberi impak kepada komuniti dengan mempunyai jenama yang kukuh dan positif dalam industri halal.

Siri TIGROX terdiri daripada Tiger Milk King, Livetal, Imuglo dan Homega, satu siri produk yang membekalkan nutrien semula jadi bermanfaat untuk meningkatkan kesihatan kita secara menyeluruh terutamanya semasa pandemik.

Dengan penerimaan anugerah ini, ia membuktikan bahawa Siri TIGROX adalah salah satu siri produk WELLOUS yang dipercayai oleh pengguna Muslim sebagai pilihan produk makanan berfungsi khas dalam mengekalkan kehidupan yang sihat. Di masa hadapan, kami berharap agar kami dapat terus memberikan khidmat yang terbaik kepada masyarakat Islam menerusi produk yang berkualiti, bukan sahaja melalui Siri TIGROX, malah produk lain juga yang selari dengan syariat dan tuntutan Islam.



5. Hero di Sebalik Wellous

Hero di Sebalik Wellous untuk edisi kali ini...

Ramai yang tertanya-tanya siapakah gerangan di sebalik penghasilan produk-produk Wellous, Mandy merupakan salah seorang daripadanya. Daripada ramuan sehinggalah kepada rumusan, pasukan penyelidikan dan pembangunan yang disertainya bekerja bersungguh-sungguh dalam menghasilkan produk yang berkualiti tinggi.

“Dikelilingi mereka yang muda dan berjiwa besar membuatkan semangat anda tetap berkobar-kobar di tempat kerja. Itulah yang saya rasakan walaupun telah menyertai syarikat ini selama dua tahun setengah.”

*“Visi tanpa aksi
hanyalah angan-angan”*

Cita-cita besar Wellous yang merancang untuk berkembang di peringkat antarabangsa berjaya diwujudkan oleh pasukan yang bersemangat tinggi dan bertenaga yang terdiri daripada golongan

muda seperti Mandy. Walaupun ramai yang beranggapan bahawa golongan muda tidak matang dan progresif, bagi Mandy, ia lebih kepada memilih orang yang sesuai untuk menyertai pasukan.

“Apabila semua mengekalkan etika kerja yang bagus dan mencuba yang terbaik dalam memastikan tugas berjalan lancar dan berhasil, anda tahu bahawa anda telah datang ke tempat kerja yang betul.”



**Pekerja Terbaik untuk
Suku Ke-4:**

Mandy Chee

Eksekutif Penyelidikan dan Pembangunan

Pasaran makanan berfungsi kini bergerak pantas. Ditugaskan dengan cabaran untuk mengikuti trend kesihatan terkini, Zi Min berjaya membawa syarikat dalam menghasilkan produk yang lebih sesuai dan bersifat khas untuk ditawarkan kepada pengguna.

"Ia sesuatu yang menarik apabila dapat melihat bagaimana kerja anda berkembang sehingga ia membuahkan hasil, berkat kerjasama dengan mereka yang lain. Semangat berpasukan yang kuat bukan sahaja dalam pasukan. Malah, pasukan lain juga sangat proaktif dalam memberikan sokongan yang hebat untuk memajukan projek dan misi syarikat."

Setelah setahun berada di sini, Zi Min mendapati budaya di Wellous yang mementingkan keseimbangan antara kerja dan kehidupan peribadi merupakan sesuatu yang baru dan segar dalam bidang korporat Malaysia.

*"Bersakit-sakit dahulu,
bersenang-senang
kemudian"*

"Saya sangat terkejut apabila mendapati semasa sambutan perayaan, semua orang termasuk pengurusan tertinggi akan turut serta dan bergembira bersama. Mereka sangat terbuka dan mudah untuk didekati. Ini sangat menyentuh hati saya kerana jauh di sudut hati saya mengetahui mereka ikhlas dalam menjaga kebajikan pekerjanya".



Teh Zi Min

Eksekutif Kanan Pemasaran



OKT-DIS 2021