

# UPDATE BULLETIN

FEBRUARY 2025



## MENOPAUSE & NATURAL ROYAL JELLY

Natural royal jelly, a nutrient-rich substance produced by honeybees, is often used as a natural supplement to help alleviate menopause symptoms. It contains a variety of bioactive compounds, including vitamins, minerals, amino acids, and fatty acids, which may contribute to its potential benefits.

### HERE'S HOW ROYAL JELLY MAY HELP MANAGE MENOPAUSE SYMPTOMS:

#### 1. Hormonal Balance

- Royal jelly contains phytoestrogens, which are plant-based compounds that mimic estrogen in the body. Since estrogen levels drop during menopause, phytoestrogens in royal jelly may help alleviate symptoms such as:

- o Hot flashes
- o Night sweats
- o Mood swings

#### 2. Improved Skin Health

- The amino acids and antioxidants in royal jelly can help improve skin elasticity and hydration, reducing dryness and the appearance of wrinkles often associated with menopause.

#### 3. Boosting Energy and Reducing Fatigue

- Menopausal women often experience fatigue and low energy levels. The B vitamins and proteins in royal jelly may help boost energy production and combat exhaustion.

#### 4. Cognitive Function and Mood Support

- Royal jelly contains acetylcholine, a neurotransmitter that supports brain function. It may help with memory lapses, brain fog, and mood fluctuations that are common during menopause.



## 5. Bone Health Support

- Declining estrogen levels can lead to decreased bone density and an increased risk of osteoporosis. Royal jelly's rich mineral content, including calcium and magnesium, may help support bone strength.

## 6. Heart Health Benefits

- Menopause increases the risk of cardiovascular issues due to hormonal changes. Royal jelly has been shown to help regulate cholesterol levels and improve circulation, promoting better heart health.

## 7. Anti-Inflammatory Effects

- The anti-inflammatory properties of royal jelly may help alleviate joint pain and stiffness, which some women experience during menopause.

HDI has two royal jelly products that are proven to be effective in alleviating menopause symptoms – **Liquid Royale Jelly 150g and Royal Jelly Tablet (60 Tab)**.



# UPDATE BULLETIN

FEBRUARY 2025



## 更年期与天然蜂王浆

天然蜂王浆是一种由蜜蜂生产的富含营养的物质，通常被用作天然补充剂，以帮助缓解更年期症状。它含有多种生物活性化合物，包括维生素、矿物质、氨基酸和脂肪酸，这些成分可能有助于其潜在的健康益处。

以下是蜂王浆如何帮助管理更年期症状的方法：

### 1. 激素平衡

- 蜂王浆含有植物雌激素，这是一种在体内模仿雌激素的植物化合物。由于更年期期间雌激素水平下降，蜂王浆中的植物雌激素可能有助于缓解以下症状：
  - 潮热
  - 夜间盗汗
  - 情绪波动

### 2. 改善皮肤健康

- 蜂王浆中的氨基酸和抗氧化剂可以帮助改善皮肤弹性和水分，减少干燥和更年期常见的皱纹问题。

### 3. 增强能量并减少疲劳

- 处于更年期的女性通常会感到疲倦和精力不足。蜂王浆中的B族维生素和蛋白质有助于提高能量水平并对抗疲劳。

### 4. 认知功能和情绪支持

- 蜂王浆含有乙酰胆碱，这是一种支持大脑功能的神经递质。它可以帮助改善记忆力衰退、大脑雾霾和情绪波动，这些都是更年期的常见问题。



- 5. 骨骼健康支持
- 雌激素水平下降会导致骨密度降低，并增加骨质疏松症的风险。蜂王浆富含矿物质，包括钙和镁，可以帮助支持骨骼强度。
- 6. 心脏健康益处
- 由于激素变化，更年期会增加心血管问题的风险。蜂王浆已被证明有助于调节胆固醇水平并改善血液循环，促进更好的心脏健康。
- 7. 抗炎作用
- 蜂王浆的抗炎特性可以帮助缓解关节疼痛和僵硬，这是许多女性在更年期期间常见的症状。

HDI提供两款经过验证的蜂王浆产品，可有效缓解更年期症状——  
Liquid Royal Jelly 150g和Royal Jelly Tablet (60片)。



# UPDATE BULLETIN

FEBRUARY 2025



## MENOPAUS & ROYAL JELLY SEMULAJADI

Royal jelly semulajadi mengandungi bahan kaya dengan nutrien yang dihasilkan oleh lebah madu, ia sering digunakan sebagai suplemen semulajadi untuk membantu melegakan gejala menopause. Ia mengandungi pelbagai sebatian bioaktif, termasuk vitamin, mineral, asid amino, dan asid lemak, yang boleh menyumbang kepada manfaatnya.

### BERIKUT ADALAH CARA ROYAL JELLY DAPAT MEMBANTU MENGURUSKAN GEJALA MENOPAUS:

#### 1. Keseimbangan Hormon

- Royal jelly mengandungi fitoestrogen, iaitu sebatian berasaskan tumbuhan yang meniru estrogen dalam badan. Oleh kerana tahap estrogen berkurangan semasa menopause, fitoestrogen dalam royal jelly boleh membantu melegakan gejala seperti:

- o Rasa panas (hot flashes)
- o Berpeluh pada waktu malam
- o Perubahan emosi (mood swings)

#### 2. Kesihatan Kulit yang Lebih Baik

- Asid amino dan antioksidan dalam royal jelly boleh membantu meningkatkan keanjalan dan penghidratan kulit, mengurangkan kekeringan dan penampilan kedutan yang sering dikaitkan dengan menopause.

#### 3. Meningkatkan Tenaga dan Mengurangkan Keletihan

- Wanita menopause sering mengalami keletihan dan tahap tenaga yang rendah. Vitamin B dan protein dalam royal jelly boleh membantu meningkatkan tenaga dan mengurangkan keletihan.combat exhaustion.



#### 4. Sokongan Fungsi Kognitif dan Emosi

- Royal jelly mengandungi acetylcholine, neurotransmitter yang menyokong fungsi otak. Ia boleh membantu mengatasi masalah ingatan, kekeliruan mental, dan perubahan emosi yang biasa berlaku semasa menopause.

#### 5. Sokongan Kesihatan Tulang

- Paras estrogen yang menurun boleh menyebabkan ketumpatan tulang berkurangan dan meningkatkan risiko osteoporosis. Kandungan mineral yang kaya dalam royal jelly, termasuk kalsium dan magnesium, boleh membantu menyokong kekuatan tulang.

#### 6. Manfaat Kesihatan Jantung

- Menopause meningkatkan risiko masalah kardiovaskular akibat perubahan hormon. Royal jelly terbukti membantu mengawal paras kolesterol dan meningkatkan peredaran darah, yang menyokong kesihatan jantung yang lebih baik.

#### 7. Kesan Anti-Radang

- Sifat anti-radang royal jelly boleh membantu melegakan sakit sendi dan kekakuan, yang sering dialami oleh wanita semasa menopause.

HDI mempunyai dua produk royal jelly yang sangat efektif dalam membantu mengatasi gejala menopause – **Liquid Royal Jelly 150g dan Royal Jelly Tablet (60 tablet)**

