

# Mega 3 FAQ

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုဘယ်အရွယ်ကစပြီးသောက်လို့ရလဲ။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အသက် (၁၂) နှစ်မှစပြီး နေ့စဉ်သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 မှာ EPA နဲ့ DHA ဘယ်လောက်ပါလဲ။

Mega 3 တွင် Omega 3 ငါးကြီးဆီ 1000mg ပါဝင်ပြီး EPA 18% နှင့် DHA 12% ပါဝင်ပါတယ်။ Mega 3 ငါးကြီးဆီကို နေ့စဉ်သောက်သုံးခြင်းဖြင့် နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါ၊ အရေပြားရောဂါတို့ကို ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ဘယ်လိုသောက်ရမလဲ။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို တစ်နေ့ (၁) ကြိမ် မှ (၂) ကြိမ်၊ တစ်ခါသောက် (၁) လုံးမှ (၂) လုံးအထိ အစာစားပြီး သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။ တစ်နေ့ကို အများဆုံး (၃) လုံးမှ (၄) လုံးအထိ သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို မနက်သောက်တာနဲ့ ည သောက်တာကွာခြားမှုရှိလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို နေ့ဖက်သောက်တာနဲ့ ညဖက်သောက်တာ ကွာခြားမှုမရှိပါဘူး။ Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ပုံမှန်အစားစားပြီးတိုင်း သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်ရင် မျက်စိအတွက်ကောင်းလား။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များတွင် Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် မွေးဖွားလာသော ရင်သွေးငယ်၏ မျက်စိအမြင်အာရုံဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ လူကြီးများတွင် Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် Macular Degeneration Dry Eye Syndrome တို့ကိုကာကွယ်ပေးပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် ဦးနှောက်ကိုဘယ်လိုအထောက်အကူပြုလဲ။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များသောက်သုံးခြင်းဖြင့် ရင်သွေးငယ်၏ ဦးနှောက်နှင့် အမြင်အာရုံဖွံ့ဖြိုးမှုကို တိုးတက် စေပါတယ်။ နို့တိုက်မိခင်များတွင်သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ကလေးငယ်၏ ဉာဏ်ရည်နှင့် သင်ကြားမှုစွမ်းရည်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အရိုးအဆစ်နာကျင်ကိုက်ခဲသူတွေ သောက်လို့ရလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် အရိုးအဆစ်နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ရောဂါတွေနဲ့ လေးဘက်နာဝေဒနာရှင်တွေမှာ အဆစ်ရောင်ရမ်းမှု၊ နံနက်အိပ်ယာထတောင့်တင်းမှု၊ မလှုပ်ရှားနိုင်မှုတို့ကို သက်သာစေပါတယ်။

**MEGA 3**  
Omega 3 Fatty Acid 1000mg

"နေ့စဉ်သောက်သုံး အကောင်းဆုံး Mega-3 ငါးကြီးဆီ"





# Mega 3 FAQ

## ကိုယ်ဝန်ဆောင်နဲ့နို့တိုက်မိခင်တွေသောက်ရင် ဘယ်လိုကောင်းကျိုး တွေရနိုင်မလဲ။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များသောက်သုံးခြင်းဖြင့် ရင်သွေးငယ်၏ ဦးနှောက်နှင့် အမြင်အာရုံဖွံ့ဖြိုးမှုကိုတိုးတက်စေပါတယ်။ နို့တိုက်မိခင်များတွင် သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ကလေးငယ်၏ဉာဏ်ရည်နှင့် သင်ကြားမှုစွမ်းရည်ကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီသောက်ရင် ဝိတ်ကျစေလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို သောက်သုံးခြင်းဖြင့် သွေးတွင်းမကောင်းသော အဆီများကို ဖယ်ရှားပေးပါတယ်။ Mega 3 ကို ပုံမှန်သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ကိုယ်အလေးချိန်တက်တာ ကျတာတွေကိုတော့မဖြစ်စေနိုင်ပါဘူး။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုနုလုံးရောဂါရှိတဲ့သူတွေသောက်လို့ရလား။

နုလုံးရောဂါရှိသူများမှာလည်း Mega 3 ငါးကြီးဆီကို သောက်သုံး နိုင်ပါတယ်။ နုလုံးရောဂါရှိသူတွေမှာ Mega 3 ငါးကြီးဆီကို သောက်သုံးခြင်းဖြင့် သွေးတွင်းမကောင်းသောအဆီများကို ဖယ်ရှားပေးပြီး ရုတ်တရက်နုလုံးရပ်သေဆုံးခြင်း၊ နုလုံးခုန်မမှန်ခြင်းတို့ကို ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ သွေးပျစ်ခြင်း၊ သွေ့ကြောကျဉ်းခြင်းတို့မှလွဲ ကာကွယ်ပေးပါတယ်။

## ဆီးချိုရောဂါရှိတဲ့သူတွေ Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ဆီးချိုဆေးတွေနဲ့တွဲသောက်လို့ရလား။

ဆီးချိုရောဂါရှိသူများလည်း Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ဆီးချိုဆေးနှင့်အတူ တွဲဖက်သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။ ဆီးချိုကြောင့်ဖြစ်တဲ့ နုလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါကိုလည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

## သွေးတိုးရောဂါရှိတဲ့သူတွေမှာ Mega 3 ငါးကြီးဆီကို သောက်လို့ရလား။

Mega 3 ကို သွေးတိုးရောဂါရှိသူများလည်း သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။ သွေးတိုးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ နုလုံးရောဂါ၊ သွေးကြောကျဉ်းရောဂါများကိုလည်း ကာကွယ်ပေးနိုင်ပြီး သွေးပေါင်ပုံမှန်ရှိစေရန် ထိန်းသိမ်းပေးပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုရေရှည်သောက်ရင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးရှိလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို နေ့စဉ်ပုံမှန်သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။ ဘေးထွက် ဆိုးကျိုးမရှိပါ။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အသည်းအဆီဖုံးတဲ့သူတွေသောက်လို့ရလား။

Mega 3 ကိုသောက်သုံးခြင်းဖြင့် သွေးတွင်းမကောင်းသော အဆီများကို လျော့နည်းစေပါတယ်။ အသည်းအဆီဖုံးလူနာများအတွက်လည်း သောက်သုံးဖို့ ပိုမိုသင့်တော်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်ရင် အသားအရေအတွက်ကောင်းလား။

Mega 3 ဟာအသားအရည်ကိုကြည်လင်စေပြီး အရေပြားရောဂါများနှင့် နှင်းခူရောဂါတို့တွင် သမာရိုးကျဆေးများနှင့် တွဲဖက်သောက်သုံးနိုင်ပြီး ရောင်ရမ်းခြင်းနှင့်ဖျားနာခြင်းတို့ကို လျင်မြန်စွာသက်သာစေပါတယ်။

**MEGA 3**  
Omega 3 Fatty Acid 1000mg

"နေ့စဉ်သောက်သုံး အကောင်းဆုံး Mega-3 ငါးကြီးဆီ"





# Mega 3 FAQ

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုတခြားဆေးများနဲ့တွဲသောက်လို့ရလား။

Mega 3 ကို တခြားသောဆေးများနှင့်လည်း တွဲဖက်သောက်သုံး နိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီက အာရုံကြောအတွက်ကောင်းလား။

Mega 3 ကို ပုံမှန်သောက်သုံးခြင်းဖြင့် ပျက်စီးသွားသောအာရုံကြောများ (nerves) များကိုအသစ်ပြန်လည်ဖြစ်စေပြီး အာရုံကြောနာကျင် ရောင်ရမ်းခြင်းများကိုလည်း သက်သာစေပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အစားမစားဘဲသောက်လို့ရလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အစားစားပြီးပုံမှန်သောက်သုံးခြင်းက ပို၍ ကောင်းပါတယ်။ အစားမစားဘဲနှင့်လည်းသောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။

## ဘယ်လိုအခြေအနေမျိုးဆို Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ဆက်မသောက်သင့်ဘူးလဲ။

ဓာတ်မတည့်တဲ့လက္ခဏာများဖြစ်တဲ့ မျက်နှာတွေနီလာတာ၊ ယားလာတာ၊ နှုတ်ခမ်းတွေထူလာတာတွေရှိရင်တော့ ဆက်မသောက်သင့်ပါဘူး။

## အသည်းရောဂါနဲ့ပတ်သက်ပြီးဆေးသောက်နေရတဲ့သူတွေ Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်လို့ရလား။

အသည်းရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ ဆေးသောက်နေသူများတွင် သောက်လို့ရပါ တယ်။ အသည်းအားဆေးများနှင့်လည်း တွဲဖက်သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။

## Mega 3 ငါးကြီးဆီကို အစာအိမ်ရောဂါရှိသူတွေသောက်လို့ရလား။

အစာအိမ်ရောဂါရှိသူများလည်း Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်သုံး နိုင်ပါတယ်။

## ပန်းနာရင်ကြပ်ရှိသူတွေ Mega 3 ငါးကြီးဆီသောက်လို့ရလား။

ပန်းနာရင်ကြပ်ရှိသူများလည်း သောက်သုံးနိုင်ပြီး ရောဂါလက္ခဏာသက်သာနိုင်သည့်အပြင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ရောင်ရမ်းမှုကိုလည်း သက်သာစေနိုင်ပါတယ်။

## ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိတဲ့သူတွေရော Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုသောက်လို့ရလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီကို ကျောက်ကပ်အားနည်းသူများ၊ ကျောက်ကပ်ဆေးနေတဲ့သူတွေနဲ့ ကျောက်ကပ်အဆိပ်တက်နေသူတွေမှာတော့ ဆရာဝန်နဲ့တိုင်ပင်ပြီးမှသောက်သုံးသင့်ပါတယ်။

**MEGA 3**  
Omega 3 Fatty Acid 1000mg

"နေ့စဉ်သောက်သုံး အကောင်းဆုံး Mega-3 ငါးကြီးဆီ"



# Mega 3 FAQ

## Mega 3 ငါးကြီးဆီနဲ့ Omega 369 နဲ့ဘာကွာလဲ။ အကျိုးသက် ရောက်မှုတူလား။

Mega 3 ငါးကြီးဆီတွင် Omega 3 fatty acid တွေဖြစ်တဲ့ EPA နဲ့ DHA ပါဝင်ပါတယ်။ လူ့ကိုယ်ခန္ဓာကိုယ်က Omega-3 နဲ့ Omega-6 တို့ကို ထုတ်ပေးနိုင်မှု နည်းပါတဲ့အတွက် ဖြည့်စွက်စာအနေနဲ့ စားသုံးသင့်ပါတယ်။ Omega-3 ဟာ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းရှိ ရောင်ရမ်းကိုက်ခဲမှုတွေဖြစ်စေတဲ့ ဓာတ်ပစ္စည်းများကို တာဆီးပေးနိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။ Omega-9 ကတော့ အကျိုးအာနိသင်ထူးခြားခြင်းမရှိပါဘူး။

## သွေးဆုံးမီးယပ်အတွက် Mega 3 ကိုသောက်လို့ရလား။

သွေးဆုံးမီးယပ်ဖြစ်သူတွေမှာလည်း Mega 3 ငါးကြီးဆီကိုနေ့စဉ် တစ်နေ့ (၁) လုံးပုံမှန်သောက်သုံးနိုင်ပါတယ်။ တစ်ခြားဆေးဝါးသောက်သုံးဖို့လိုအပ်မလိုအပ်ဆိုတာတော့ ဆရာဝန်နဲ့ပြသတိုင်ပင်ကြည့်ပါနော်။

**MEGA 3**  
Omega 3 Fatty Acid 1000mg

"နေ့စဉ်သောက်သုံး အကောင်းဆုံး Mega-3 ငါးကြီးဆီ"



Made in Australia

