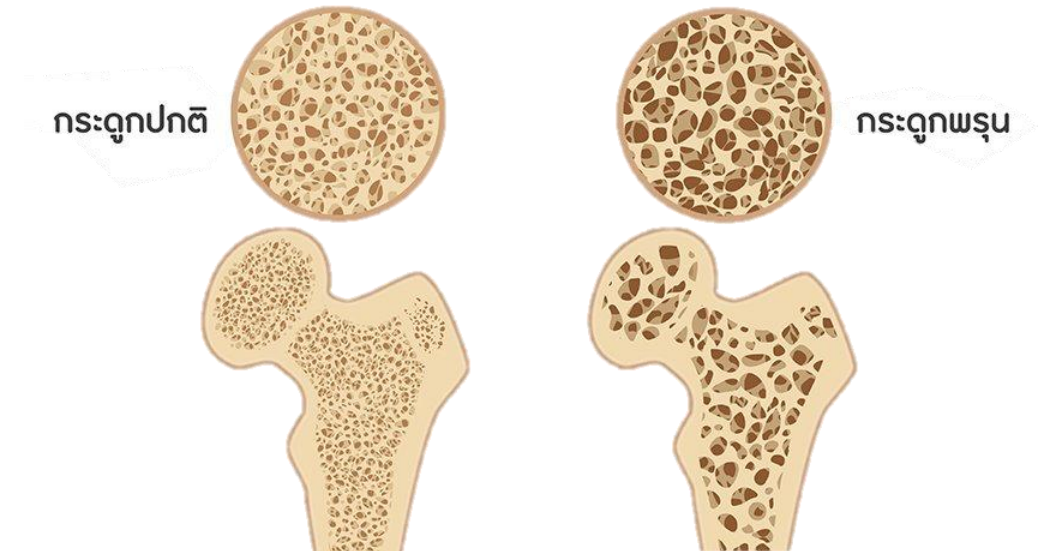


Calcium

- เป็นแร่ธาตุสำคัญที่มีบทบาทในระบบต่างๆ ของร่างกาย ซึ่งพบได้ใน นม ผลิตภัณฑ์จากนม, ปลาเล็กปลาน้อย, เต้าหู้ และผักใบเขียว
- ร่างกายไม่สามารถผลิตได้เอง จึงจำเป็นต้องได้รับจากอาหารหรืออาหารเสริม

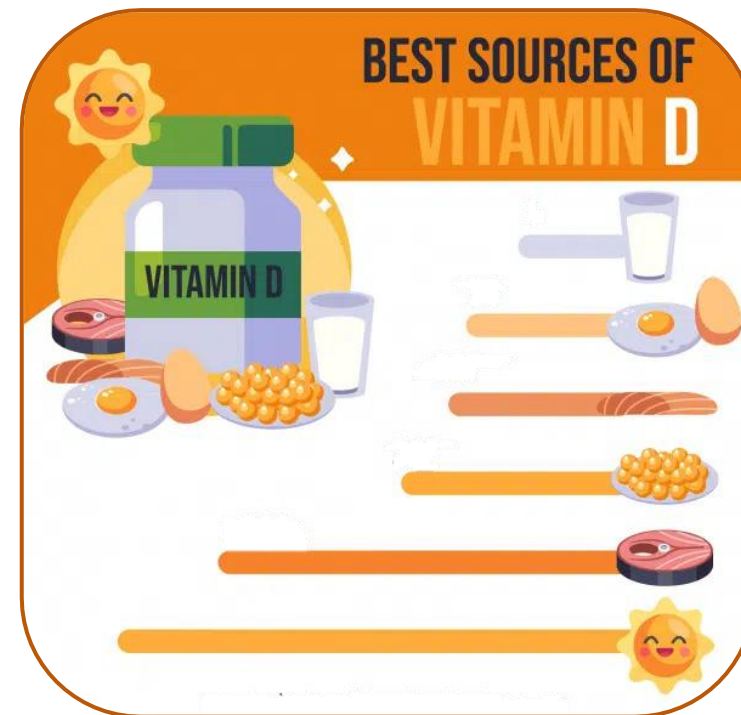


Vitamin D3

- เป็นวิตามินสำคัญที่มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก ซึ่งร่างกายสามารถสังเคราะห์ได้บริเวณใต้ชั้นผิวหนังผ่าน การกระตุ้นของรังสี UVB ซึ่งพบจากแสงแดดอ่อนๆ และได้รับจากแหล่งอาหาร เช่น นม ไข่แดง และปลาทะเล
- ร่างกายไม่สามารถผลิตได้เอง จึงจำเป็นต้องได้รับจากอาหารหรืออาหารเสริม หรือแสงแดดที่มาสัมผัสผิวหนัง

มีส่วนช่วยให้ร่างกายดูดซึมแคลเซียมเข้าสู่ลำไส้
และลดการสลายแคลเซียม
จากมวลกระดูกได้ ที่เป็นสาเหตุของโรคกระดูกพรุน

มีส่วนช่วยเสริมการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน
ช่วยทำให้เม็ดเลือดขาวตอบสนองต่อเชื้อโรคและสิ่ง
แปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกายได้ดี



Vitamin K2

- เป็นวิตามินสำคัญที่มีส่วนช่วยในการพาแคลเซียมไปสะสมในกระดูก ป้องกันไม่ให้แคลเซียมเกาะในหลอดเลือด ช่วยเสริมสุขภาพกระดูกและหัวใจ ซึ่งพบมากใน ถั่วเน่าโตะ (ถั่วหมัก) ซึ่งเป็นแหล่งวิตามิน K2 จากธรรมชาติที่ดีที่สุด
- ร่างกายมนุษย์สามารถสร้างวิตามิน K2 ได้เอง โดยแบคทีเรียในลำไส้ของมนุษย์ แต่ในบางกรณีอาจไม่สามารถสร้างได้เพียงพอ ร่างกายจึงต้องได้รับเพิ่มเติมจากอาหารเสริม

K2 ช่วยนำแคลเซียมไป
เก็บไว้ในกระดูก
ไม่ไปเกาะผิดจุด



วิตามินรวมทั่วไป
ไม่ใส่ K2

ไม่เป็นที่รู้จัก

การรับประทานยา
ปฏิชีวนะ



Dr.PONG CALCIUM 500 PLUS D3&K2

แคลเซียมเสริมกระดูก (1 ขวด บรรจุ 90 แคปซูล) ราคา 499 บาท

Dr.PONG⁺

ขาดแคลเซียม = กระดูกพรุน

ดูแล้ววันนี้ แทะไปกระดูกไม่พรุน
ไม่กลัวหลังค่อม

D3

K2

Ca

กระดูก
แข็งแรง

สิ่งที่เกิดขึ้นกับร่างกาย
เมื่อขาดแคลเซียม

- กระดูกพรุน กระดูกบาง เปราะ หักง่าย
- ปวดข้อ ปวดกระดูก กล้ามเนื้อ อ่อนแรง
- หลังค่อม ตัวเตี้ยลง จากกระดูก สันหลังยุบตัว
- ฟันผุ เสี่ยงฟันง่าย

กระดูกพรุน

Dr.PONG⁺

เสริม Calcium = ออมเงิน เข้าบัญชีกระดูก

แนะนำ: เสริมแคลเซียม
ตั้งแต่อายุ 20

-  **สร้าง Peak Bone Mass**
วัย 20 ต้นถึงปลาย คือช่วงสะสมมวลกระดูกสูงสุด ป้องกันกระดูกพรุนในอนาคต
-  **หลัง 30 เริ่มลดลง**
การมี "ทุนกระดูกสูง" สามารถลดความเสี่ยงกระดูกพรุน หักง่าย เมื่ออายุมากขึ้น
-  **ป้องกันช่วงฮอร์โมนเปลี่ยน**
โดยเฉพาะผู้หญิงหลังหมดประจำเดือน กระดูกเริ่มบาง การเริ่มดูแลตั้งแต่เนิ่นๆ ช่วยป้องกันได้
-  **คุณภาพชีวิตระยะยาว**
เพิ่มคุณภาพชีวิตระยะยาว ลดความเสี่ยงหลังค่อม-สะโพกหัก เคลื่อนไหวมั่นใจในวัยสูงอายุ
-  **เสริมให้ถูกสูตร เพื่อผลลัพธ์ที่ดี**
เสริมแคลเซียมพร้อม D3 & K2 ดูดซึมดี "ส่งตรงสู่กระดูก ไม่สะสมในหลอดเลือด"
-  **ไลฟ์สไตล์ยุคนี้ ขาดแคลเซียมง่าย**
กินน้อย คาเฟ่สูง นั่งนาน = ขาดแคลเซียมง่าย!

Dr.PONG⁺

3 พลังเสริมกระดูก

ดูดซึมอย่างแม่นยำ
ไม่สะสมในเส้นเลือด

ด้วย
Smart Calcium System
สูตรที่เหนือกว่าแคลเซียมทั่วไป

**Calcium
500 mg**



**เพิ่มความแข็งแรง
ของกระดูก**

- ลดความเสี่ยงกระดูกเปราะ หักง่าย
- ป้องกันโรคกระดูกพรุน หลังคลอด
- เพิ่มความสูงในกลุ่มเด็กอายุ 8-12 ปี

**Vitamin
D3 600 IU***



**ช่วยในการ
ดูดซึมแคลเซียม**

- ลดการอักเสบและเสริมภูมิคุ้มกัน



**Vitamin K2
(MK-7) 75 mcg**

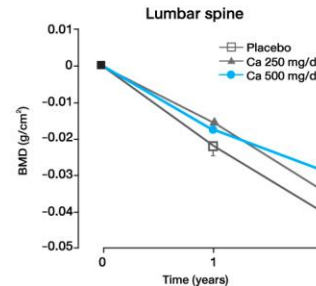


**ช่วยนำทางแคลเซียม
ไปเก็บไว้ที่กระดูก**

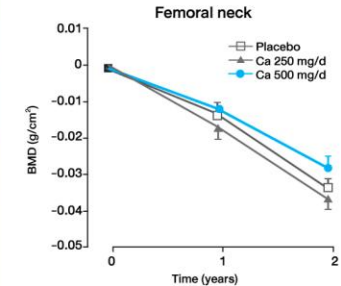
- ไม่ให้ไปสะสมผิดที่ เช่น หลอดเลือด
เนื้อเยื่อ หรืออวัยวะอื่นๆ

**ลดความเสี่ยงกระดูกพรุน
ก่อนถึงวัย โดยเฉพาะในกลุ่มผู้หญิง
ได้อย่างมีนัยสำคัญ**

Dr.PONG⁺



กระดูกหลังส่วนล่าง



กระดูกสะโพก



ORIGINAL ARTICLE

JBMR

**Effect of Low-Dose Calcium Supplements on Bone Loss in
Perimenopausal and Postmenopausal Asian Women:
A Randomized Controlled Trial**

จากงานวิจัย พบว่ากลุ่มที่ทานแคลเซียม 500 mg/วัน (เทียบเท่ากับ Dr.PONG CALCIUM 500 PLUS D3 & K2 1 เม็ด)
เมื่อเวลาผ่านไป 2 ปี การลดลงของมวลกระดูกน้อยกว่ากลุ่มที่ทานแคลเซียมเพียง 250mg/วัน และกลุ่มที่ไม่ได้รับแคลเซียมเลย
ศึกษาในผู้หญิงญี่ปุ่นอายุ 50-75 ปี จำนวน 450 คน เป็นระยะเวลา 2 ปี

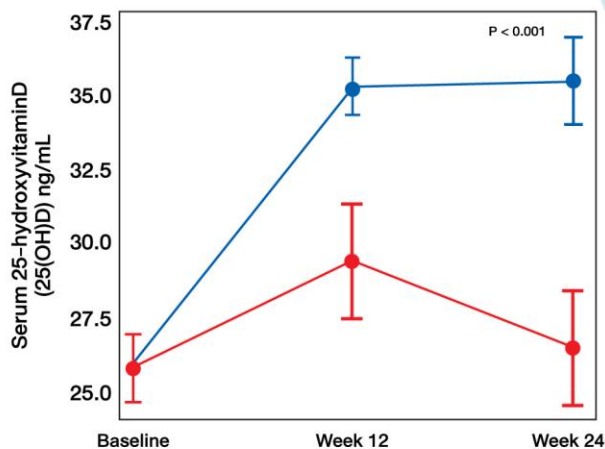
Nakamura, K., Saito, T., Kobayashi, R., Oshiki, R., Kitamura, K., Oyama, M., Narisawa, S., Nashimoto, M., Takahashi, S. and Takachi, R. (2012). Effect of low-dose calcium supplements on bone loss in perimenopausal and postmenopausal Asian women: A randomized controlled trial. Journal of Bone and Mineral Research, 27(11), 2264-2270.

เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

ช่วยให้อาการ Long COVID ดีขึ้น

และลดการแพร่เชื้อในร่างกายในลำไส้

ด้วย Vitamin D3 & K2



ศึกษาวิจัยนี้ในผู้ป่วยที่มีอาการ Long COVID จำนวน 151 คน กลุ่มที่เสริมวิตามิน K2 240 mcg/วัน และวิตามิน D3 200 IU/ วัน (นับตั้งแต่เสริมวิตามิน) เป็นเวลา 24 สัปดาห์ มีคะแนนดัชนี Long COVID ลดลง และกลุ่มที่ได้รับการรักษาปกติอาการและคะแนนกลับเพิ่มขึ้น

Atieh, O., Daher, J., Durieux, J. C., Abboud, M., Labbato, D., Baissary, J., Koberssy, Z., Ailstock, K., Cummings, M., Funderburg, N. T., & McComsey, G. A. (2025). Vitamins K2 and D3 improve long COVID, fungal translocation, and inflammation: Randomized controlled trial. *Nutrients*, 17(2), 304.

K2

D3

Vitamin K2 (MK-7)

นำพาแคลเซียมเข้าสู่กระดูก

ได้อย่างถูกต้อง

ลดการสะสมในหลอดเลือด

K2

เปลี่ยน MGP ไปเป็น ให้อยู่ในฟอร์ม
ที่มีประสิทธิภาพ และลดโอกาสเกิดหินปูนในหลอดเลือด

Table 2. Primary Outcome and Numeric Secondary Outcomes

	Time Period	MK-7 + vitamin D group	Placebo group	Treatment effect (95% CI)	P value
		Mean change from baseline (95% CI)	Mean change from baseline (95% CI)		
Numeric secondary outcomes					
dp-ucMGP	0–24 mo	-212 (-238 to -187)	45 (17 to 73)	-257 (-292 to -222)	<0.001

ค่า dp-ucMGP* ลดลงอย่างมีนัยสำคัญ

ในกลุ่มที่ได้รับวิตามิน K2 (MK-7) ร่วมกับวิตามินดี

*Undercarboxylated MGP (dp-ucMGP)

ค่า dp-ucMGP น้อย (ดีผล)

= แสดงถึงการอยู่ในรูปแบบฟอร์มที่พร้อมใช้งานมากยิ่งขึ้น

ผู้เข้าร่วมการวิจัย: เพศชายอายุ 65–74 ปี ที่มีคะแนน aortic valve calcification (AVC) ≥ 300 AU จำนวนอาสาสมัคร 365 คน (182 คนได้ Vit.K2 (MK-7) 720 μ g/day + Vitamin D 25 μ g/day) **ระยะเวลาการศึกษา:** 24 เดือน

Diederichsen, A. C. P., Lindholt, J. S., Möller, S., Øvrehus, K. A., Auscher, S., Lambrechtsen, J., Hosbond, S. E., Alan, D. H., Urbonavičienė, G., Becker, S. W., Fredgart, M. H., Hasifčić, S., Folkestad, L., Gerke, O., Rasmussen, L. M., Möller, J. E., Mickley, H., & Dahl, J. S. (2022). Vitamin K₂ and D in patients with aortic valve calcification: A randomized double-blinded clinical trial. *Circulation*, 145(18), 1387–1397

Dr.PONG⁺

เหมาะสำหรับ?

- ผู้ที่ต้องการเสริมความแข็งแรง และเพิ่มมวลกระดูก
- ผู้ที่ต้องการเสริมวิตามิน D3 & K2 เพื่อเสริมภูมิคุ้มกัน ต้านอนุมูลอิสระ
- ผู้ที่ต้องการเสริมสุขภาพ ระบบหลอดเลือดและหัวใจ
- ผู้ที่ต้องการป้องกันภาวะหลอดเลือดอุดตันจากการได้รับแคลเซียม ในปริมาณสูง
- ผู้ที่ต้องการลดโอกาสกระดูกหัก เปราะหักง่าย
- ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยง ต่อโรคกระดูกพรุน และกลุ่มผู้สูงอายุ
- ผู้ที่ออกกำลังกายหนัก

EVIDENCE-BASED
SOLUTION



วันละ 1 เม็ด
พร้อมมื้ออาหาร

วิธีรับประทาน

สำหรับคนทั่วไป : 1 แคปซูลหลังอาหาร

ต้องการเพิ่มความสูง มีปัญหาเกี่ยวกับกระดูก : 2 แคปซูลหลังอาหาร

คนท้อง-ให้นมบุตร ควรปรึกษา/อยู่ในความดูแลของแพทย์

หมายเหตุ เด็กที่ต้องการเพิ่มความสูงต้องการรับประทานแคลเซียม ควรเริ่มรับประทานตั้งแต่อายุ 8-12 ปี

อาหารเสริมที่มี วิตามินดี3 (Vitamin D3) เป็นส่วนประกอบ



ปริมาณที่ควรได้รับต่อวัน 600-800 IU (15-20µg)
ปริมาณที่ควรได้รับสูงสุดต่อวันไม่ควรเกิน 4000 IU (100µg)

หากทาน D₃ เกิน 4000 IU ติดต่อกัน อาจทำให้แคลเซียมในเลือดสูงเกินไป
อาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดกล้ามเนื้อ ปัสสาวะบ่อย กระหายน้ำ หรือเสียงน้าวในไต



VS



ผลิตภัณฑ์	Dr.PONG Calcium500 plus D3&K2	Dr.PONG Undenatured collagen type II 40 mg
ส่วนผสม	✓ Calcium Carbonate 1,250 mg from Japan [Provide Calcium 500 mg] ✓ Vitamin D3 6 mg from Belgium [Provide Vitamin D3 600IU Max Dose] ✓ Vitamin K2 [MK-7] 37.5 mg [Provide Vitamin K2 75mcg Max Dose]	✓ Undenatured collagen type II [UC-II™] 40 mg from USA
จุดขาย	✓ Calcium Carbonate ฟอรัมที่ดูดซึมดี และให้ %Elemental Calcium สูง ✓ มี D3&K2 เพิ่มประสิทธิภาพในการดูดซึมแคลเซียมเข้ากระดูกและป้องกันไม่ให้แคลเซียมเกาะในหลอดเลือด	✓ ช่วยบำรุงข้อเข่า และข้อต่อส่วนต่างๆของร่างกาย ✓ ช่วยลดอาการปวดข้อ
เหมาะสำหรับ	✓ ผู้ที่ต้องการเสริมความแข็งแรงและเพิ่มมวลกระดูก ป้องกันกระดูกพรุนก่อนถึงวัย ✓ ผู้ที่ต้องการเสริมวิตามิน D3&K2 เพื่อช่วยลดการอักเสบ เสริมภูมิคุ้มกัน ส่งเสริมสุขภาพหัวใจและหลอดเลือด	✓ ผู้ที่มีอาการปวดเข่า เข่าเสื่อม ✓ ผู้ที่ต้องการเพิ่มความสามารถในการยืดข้อเข่า ลดเข่าติด
วิธีรับประทาน	90 Tablets // 499.- 1 เม็ด พร้อมมื้ออาหาร	30 Capsules // 445.- 1 แคปซูล พร้อมมื้ออาหาร

อาหารเสริมที่ทานร่วมกันเพื่อเสริมประสิทธิภาพ



เสริมประสิทธิภาพในการดูแลสุขภาพ กระดูก กล้ามเนื้อ และระบบประสาท

***แยกเวลาในการรับประทาน เพื่อลดโอกาสขัดขวางการดูดซึม**