



ONE PLUS

HEALTH • LONGEVITY

F.A.Q





FAQ

- 1) How should I take the product?
- 2) Can I mix with other drinks?
- 3) Can I take more than 1 stick in a day?
- 4) Should I take nitric oxide in the morning or night?
- 5) How long will it take to see effects for high blood pressure and high diabetes?
- 6) Is it clinically studied?
- 7) Are the product vegan?
- 8) Are your product pregnancy –friendly?
- 9) Who is not suitable to consume this product?
- 10) Can nitric oxide cause high blood pressure?
- 11) Is nitric oxide safe for seniors?
- 12) What medications does nitric oxide interfere with?
- 13) Does nitric oxide make you urinate a lots?
- 14) Is nitric oxide bad for the kidneys?
- 15) How do I know if I need nitric oxide?
- 16) What happens when you take nitric oxide every day?
- 17) What if my blood pressure decline daily?

FAQ

1. Bagaimana cara saya mengambil produk ini?
2. Bolehkah saya mencampurkannya dengan minuman lain?
3. Bolehkah saya mengambil lebih daripada 1 batang (stick) sehari?
4. Perlukah saya mengambil nitric oxide pada waktu pagi atau malam?
5. Berapa lama masa diperlukan untuk melihat kesan terhadap tekanan darah tinggi dan diabetes?
6. Adakah produk ini telah diuji secara klinikal?
7. Adakah produk ini sesuai untuk vegan?
8. Adakah produk ini selamat untuk wanita hamil?
9. Siapa yang tidak sesuai untuk mengambil produk ini?
10. Bolehkah nitric oxide menyebabkan tekanan darah tinggi?
11. Adakah nitric oxide selamat untuk warga emas?
12. Ubat apa yang boleh berinteraksi dengan nitric oxide?
13. Adakah nitric oxide menyebabkan kerap membuang air kecil?
14. Adakah nitric oxide tidak baik untuk buah pinggang?
15. Bagaimana saya tahu jika saya memerlukan nitric oxide?
16. Apa yang berlaku jika anda mengambil nitric oxide setiap hari?
17. Apa yang berlaku jika tekanan darah saya menurun setiap hari?

1) How should I take the product?

First, check your blood pressure before taking this product.

If your blood pressure reading is high (above 140/80), dilute one stick in about 500 ml of water and drink it gradually throughout the day, like regular water.

When your blood pressure is normal (below 120/80), dilute one stick in 1.5 to 2 liters of water and drink it gradually throughout the day, like regular water.

2) Can I mix it with other drinks?

You may dilute it with hot water, cold water, tea, or coffee according to your personal preference. The only thing to avoid is acidic beverages, such as drinks containing vitamin C. If it is diluted in an acidic drink, the nitric oxide may dissipate, which can reduce the product's effectiveness.

However, this will only reduce effectiveness and will not cause any side effects. Please monitor your blood pressure daily and adjust your intake accordingly.

1) Bagaimana cara mengambil produk ini?

Pertama, periksa tekanan darah anda sebelum mengambil produk ini.

Jika bacaan tekanan darah anda tinggi (melebihi 140/80),
cairkan satu stick dalam kira-kira 500 ml air dan minum secara perlahan sepanjang hari seperti air biasa.

Jika tekanan darah anda normal (di bawah 120/80),
cairkan satu stick dalam 1.5 hingga 2 liter air dan minum secara perlahan sepanjang hari seperti air biasa.

2.Bolehkah saya mencampurkannya dengan minuman lain?

Anda boleh mencairkannya dengan air panas, air sejuk, teh atau kopi mengikut pilihan peribadi anda.

Satu-satunya perkara yang perlu dielakkan ialah minuman berasid, seperti minuman yang mengandungi vitamin C. Jika ia dicampurkan dalam minuman berasid, nitric oxide mungkin terurai, yang boleh mengurangkan keberkesanan produk tersebut.

Walau bagaimanapun, ini hanya akan mengurangkan keberkesanan dan tidak menyebabkan sebarang kesan sampingan. Sila pantau tekanan darah anda setiap hari dan laraskan pengambilan mengikut keperluan anda.

3) Can I take more than 1 stick in a day?

Yes. The maximum recommended intake is 2 sticks per day. You may dilute one stick in the morning and another in the afternoon, and drink them gradually over the course of the day. Please follow FAQ Question 1 as a guideline.

4) Should I take nitric oxide in the morning or at night?

Taking nitric oxide is generally recommended to help counter naturally low levels upon waking, which may support healthy blood pressure and daytime energy levels. However, taking it at night may help support recovery and improve circulation during sleep.

5) How long will it take to see the effects on high blood pressure and diabetes?

For high blood pressure, effects may be noticed within about half an hour. For high blood sugar, effects may be noticed after about one hour.

Please follow the method below:

- Measure your blood pressure and blood sugar levels on an empty stomach before breakfast. If your blood pressure reading is high, dilute one stick in a cup of water (around 130–150 ml) and drink it all at once.
- If your blood pressure is normal, dilute half a stick in a cup of water (around 130-150ml) and
- drink it. Check your blood pressure again after half an hour to observe the results, and check
- your blood sugar or cholesterol levels after one hour.

This method is for demonstration purposes only. For daily use, we recommend mixing one stick with 500 ml of water or 1.5 to 2 liters of water and drinking it gradually throughout the day.

3.Bolehkah saya mengambil lebih daripada 1 batang (stick) dalam sehari?

Ya. Pengambilan maksimum yang disyorkan ialah 2 batang (stick) sehari. Anda boleh mencairkan satu batang pada waktu pagi dan satu lagi pada waktu petang, kemudian meminumnya secara perlahan-lahan sepanjang hari.

Sila rujuk Soalan Lazim (FAQ) Soalan 1 sebagai panduan.

4.Perlukah saya mengambil nitric oxide pada waktu pagi atau malam?

Pengambilan nitric oxide secara amnya disyorkan pada waktu pagi untuk membantu mengatasi tahap yang secara semula jadi lebih rendah apabila bangun tidur, yang boleh menyokong tekanan darah yang sihat serta tahap tenaga sepanjang hari.

Walau bagaimanapun, pengambilan pada waktu malam juga boleh membantu menyokong pemulihan badan dan meningkatkan peredaran darah semasa tidur.

5.Berapa lama masa yang diperlukan untuk melihat kesan terhadap tekanan darah tinggi dan diabetes?

Untuk tekanan darah tinggi, kesan mungkin dapat dilihat dalam masa kira-kira setengah jam. Untuk gula darah tinggi, kesan mungkin dapat dilihat selepas kira-kira satu jam.

Sila ikuti kaedah di bawah:

Ukur tekanan darah dan paras gula darah anda semasa perut kosong sebelum sarapan.

Jika bacaan tekanan darah anda tinggi, cairkan satu batang dalam satu cawan air (sekitar 130–150 ml) dan minum sekaligus.

Jika tekanan darah anda normal, cairkan setengah batang dalam satu cawan air (sekitar 130–150 ml) dan minum. Periksa semula tekanan darah anda selepas setengah jam untuk melihat kesannya, dan periksa gula darah atau paras kolesterol selepas satu jam.

Kaedah ini adalah untuk tujuan demonstrasi sahaja. Untuk penggunaan harian, disyorkan untuk mencampurkan satu batang dengan 500 ml air atau 1.5 hingga 2 liter air dan meminumnya secara perlahan-lahan sepanjang hari.

6) Is it clinically studied?

Yes. The ingredients in this nitric oxide product have been clinically studied in people with high blood pressure, high blood sugar, and high cholesterol.

7) Are the products vegan?

Yes. All our product ingredients are 100% vegan and plant-based.

8) Are your products pregnancy-friendly?

Pregnant women and children can consume the product. However, it should only be taken when necessary. It is recommended to increase the dilution ratio and consume it in small amounts.

Our product is a natural substance produced through fermentation and contains no added preservatives. However, before starting any new routine during pregnancy, we strongly recommend consulting your doctor before using or introducing any new product.

9) Who is not suitable to consume this product?

- Individuals taking nitrates or nitric oxide donors (e.g., nitroglycerin), due to the risk of dangerous drops in blood pressure.
- Individuals with unstable cardiovascular disease, a recent heart attack, or severe arrhythmias.
- Individuals with low blood pressure (below 90/60 mmHg) or those prone to dizziness.

6. Adakah ia telah dikaji secara klinikal?

Ya. Bahan-bahan dalam produk nitric oxide ini telah dikaji secara klinikal terhadap individu yang mempunyai tekanan darah tinggi, gula darah tinggi, dan kolesterol tinggi.

7. Adakah produk ini vegan?

Ya. Semua bahan dalam produk kami adalah 100% vegan dan berasaskan tumbuhan.

8. Adakah produk ini sesuai untuk wanita hamil?

Wanita hamil dan kanak-kanak boleh mengambil produk ini. Walau bagaimanapun, ia hanya perlu diambil apabila perlu.

Disarankan untuk meningkatkan nisbah pencairan dan mengambilnya dalam jumlah yang kecil.

Produk kami ialah bahan semula jadi yang dihasilkan melalui proses penapaian (fermentation) dan tidak mengandungi bahan pengawet tambahan.

Walaupun bagaimanapun, sebelum memulakan sebarang rutin baharu semasa kehamilan, kami amat mengesyorkan anda untuk berunding dengan doktor terlebih dahulu sebelum menggunakan atau memperkenalkan sebarang produk baharu.

9. Siapakah yang tidak sesuai untuk mengambil produk ini?

Individu yang mengambil nitrates atau nitric oxide donors (contohnya nitroglycerin), kerana risiko penurunan tekanan darah yang berbahaya.

Individu yang mempunyai penyakit kardiovaskular yang tidak stabil, baru-baru ini mengalami serangan jantung, atau mengalami aritmia yang teruk.

Individu yang mempunyai tekanan darah rendah (di bawah 90/60 mmHg) atau yang mudah mengalami pening.

10) Can nitric oxide cause high blood pressure?

No. Nitric oxide helps increase blood flow and may help reduce blood pressure.

11) Is nitric oxide safe for seniors?

Nitric oxide is generally beneficial for seniors, as it helps counter the natural age-related decline in cardiovascular health. It acts as a vasodilator by relaxing blood vessels to improve blood flow, support healthy blood pressure, and enhance stamina. Increasing nitric oxide levels may also support cognitive function. However, in adult 60, the benefits should be balanced with the potential risk of low blood pressure, so intake should be monitored carefully.

12) What medications does nitric oxide interfere with?

Major medications to avoid while taking nitric oxide include:

Nitrates, which are used to relieve angina (chest pain)

PDE-5 inhibitors, such as sildenafil, tadalafil (Cialis), and vardenafil (Levitra)

13) Does nitric oxide make you urinate more?

Nitric oxide may increase urinary volume. Some studies have shown an increase in urine output (with a mean increase of about 85%) and prevention of reduced sodium excretion, without a detectable change in creatinine clearance.

14) Is nitric oxide bad for the kidneys?

Nitric oxide is generally beneficial for the kidneys, as it helps regulate blood flow, blood pressure, and filtration.

10) Bolehkah nitrik oksida menyebabkan tekanan darah tinggi?

Tidak. Nitrik oksida membantu meningkatkan aliran darah dan mungkin membantu mengurangkan tekanan darah.

11) Adakah nitrik oksida selamat untuk warga emas?

Nitrik oksida secara umumnya bermanfaat untuk warga emas, kerana ia membantu mengatasi penurunan kesihatan kardiovaskular yang berlaku secara semula jadi dengan usia. Ia bertindak sebagai vasodilator dengan merehatkan saluran darah untuk meningkatkan aliran darah, menyokong tekanan darah yang sihat, dan meningkatkan stamina. Peningkatan tahap nitrik oksida juga boleh menyokong fungsi kognitif. Namun, bagi individu berusia 60 tahun ke atas, manfaatnya perlu diseimbangkan dengan risiko tekanan darah rendah, jadi pengambilan perlu dipantau dengan berhati-hati.

12) Ubat apakah yang boleh berinteraksi dengan nitrik oksida?

Ubat utama yang perlu dielakkan semasa mengambil nitrik oksida termasuk:

- Nitrat, yang digunakan untuk melegakan angina (sakit dada)
- Perencat PDE-5, seperti sildenafil, tadalafil (Cialis), dan vardenafil (Levitra)

13) Adakah nitrik oksida menyebabkan kerap kencing?

Nitrik oksida mungkin meningkatkan jumlah air kencing. Sesetengah kajian menunjukkan peningkatan pengeluaran air kencing (dengan purata peningkatan kira-kira 85%) dan pencegahan penurunan perkumuhan natrium, tanpa perubahan ketara dalam pembersihan kreatinin.

14) Adakah nitrik oksida berbahaya kepada buah pinggang?

Nitrik oksida secara umumnya bermanfaat untuk buah pinggang, kerana ia membantu mengawal aliran darah, tekanan darah, dan penapisan.

15) How do I know if I need nitric oxide?

If you have a deficiency or impaired production of nitric oxide, you may experience symptoms such as high blood pressure, vision changes, depression, or impaired memory.

Whether you are aiming to improve workout performance or support heart health, maintaining healthy nitric oxide levels can be beneficial.

16) What happens when you take nitric oxide every day?

Daily nitric oxide supplementation may support cardiovascular health, enhance exercise performance, help lower high blood pressure (including during pregnancy), improve erectile function, and support healing processes and respiratory function.

17) What if my BP declines day by day?

Blood pressure (BP) should be monitored daily, especially for individual taking medication. Some medicines used to lower Blood pressure may cause it to drop further, so it is best to check your BP every morning before breakfast.

Normally, for high BP, take 1 stick in the morning and 1 in the evening (maximum 2 sticks per day).

If BP is normal, then take 1 stick a day.

If BP is normal but the lower reading (diastolic pressure) is below 65, it is advisable to take ½ a sachet, which is about 4 teaspoons.

However, if BP is normal but the lower is below 60, then take 2 teaspoons a day.

Keep the stick in the refrigerator for next-day consumption.

15) Bagaimana saya tahu jika saya memerlukan nitrik oksida?

Jika anda mengalami kekurangan atau penghasilan nitrik oksida yang terjejas, anda mungkin mengalami simptom seperti tekanan darah tinggi, perubahan penglihatan, kemurungan, atau gangguan ingatan.

Sama ada anda ingin meningkatkan prestasi senaman atau menyokong kesihatan jantung, mengekalkan tahap nitrik oksida yang sihat boleh memberi manfaat.

16) Apa yang berlaku jika anda mengambil nitrik oksida setiap hari?

Pengambilan nitrik oksida setiap hari mungkin menyokong kesihatan kardiovaskular, meningkatkan prestasi senaman, membantu menurunkan tekanan darah tinggi (termasuk semasa kehamilan), meningkatkan fungsi ereksi, serta menyokong proses penyembuhan dan fungsi pernafasan.

17) Apa yang perlu dilakukan jika tekanan darah (BP) menurun setiap hari?

Tekanan darah (BP) perlu dipantau setiap hari, terutamanya bagi individu yang mengambil ubat. Sesetengah ubat untuk menurunkan tekanan darah boleh menyebabkan ia turun lebih rendah, jadi adalah lebih baik untuk memeriksa BP setiap pagi sebelum sarapan.

Biasanya, untuk tekanan darah tinggi, ambil 1 stik pada waktu pagi dan 1 stik pada waktu malam (maksimum 2 stik sehari).

Jika BP normal, ambil 1 stik sehari.

Jika BP normal tetapi bacaan bawah (tekanan diastolik) di bawah 65, disarankan mengambil ½ sachet, iaitu kira-kira 4 sudu teh.

Namun, jika BP normal tetapi bacaan bawah di bawah 60, ambil 2 sudu teh sehari.

Simpan stik di dalam peti sejuk untuk kegunaan hari berikutnya.

A top-down view of various fresh green herbs, including mint, basil, and dill, along with a wooden spoon, arranged on a dark, textured surface. A semi-transparent green rectangular box is overlaid in the center, containing the text 'THANK YOU' in white, bold, sans-serif font.

**THANK
YOU**