



**ONE PLUS**

**健康·长寿**

**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. 如何服用该产品？
2. 我应该如何使用该产品？
3. 可以和其他饮料混合吗？
4. 一天可以服用超过1条吗？
5. 应该在早上还是晚上服用一氧化氮？
6. 对于高血压和糖尿病，需要多久才能看到效果？
7. 该产品是否经过临床研究？
8. 产品是纯素（Vegan）吗？
9. 产品适合孕妇使用吗？
10. 哪些人不适合服用该产品？
11. 一氧化氮会导致高血压吗？
12. 一氧化氮对老年人安全吗？
13. 一氧化氮会与哪些药物产生相互作用？
14. 一氧化氮会导致频繁排尿吗？
15. 一氧化氮对肾脏有害吗？
16. 我如何知道自己是否需要一氧化氮？
17. 每天服用一氧化氮会发生什么？
18. 如果我的血压每天下降该怎么办？

## 1) 我应该如何使用该产品？

首先，在服用该产品前请先检查您的血压。

如果您的血压偏高（高于 140/80），请将一条产品溶解在约 500 毫升水中，并像日常饮水一样逐渐饮用。

当血压正常（低于 120/80）时，请将一条产品溶解在 1.5 至 2 升水中，并像日常饮水一样逐渐饮用。

## 2) 可以与其他饮料混合吗？

可以根据个人喜好，用热水、冷水、茶或咖啡进行稀释。

唯一需要避免的是酸性饮料，例如含有维生素 C 的饮品。如果与酸性饮料混合，一氧化氮可能会分解，从而降低产品效果。

不过，这只会降低效果，不会产生任何副作用。请每天监测您的血压，并根据情况调整摄入量。

### 3) 我可以一天服用超过1支吗？

可以。每日最大建议摄取量为2支。您可以在早上冲泡1支，下午再冲泡1支，并在一天中分次慢慢饮用。请参考常见问题第1项作为指导。

### 4) 我应该在早上还是晚上服用一氧化氮产品？

一般建议在早晨服用，以帮助补充人体在起床时自然较低的一氧化氮水平，从而支持健康的血压与日间精力。

不过，晚上服用也可能有助于支持身体修复，并在睡眠期间改善循环。

### 5) 高血压和糖尿病需要多久才能看到效果？

对于高血压，效果可能在大约30分钟内开始显现。对于高血糖，效果可能在大约1小时后开始显现。请按照以下方法进行：

**在早餐前空腹**测量血压和血糖水平。

**如果**血压读数偏高，将一条产品溶解在一杯水中（约130–150毫升），**一次性**饮用。

**如果**血压正常，将半条产品溶解在一杯水中（约130–150毫升），**饮用即可**。

饮用后约**30分钟**再次测量血压，以观察效果，并在**1小时**后检查血糖或胆固醇水平。

**此方法**仅用于示范目的。日常使用时，建议将一条产品加入500毫升水或1.5至2升水中，并在一天内**逐步**饮用。

## 6) 是否有临床研究？

是的。本产品中的一氧化氮成分已在高血压、高血糖和高胆固醇人群中进行过临床研究。

## 7) 产品是纯素 (Vegan) 吗？

是的，我们所有产品成分均为100%纯素且植物来源。

## 8) 产品适合孕妇使用吗？

孕妇和儿童可以使用本产品，但仅建议在必要时使用。建议增加稀释比例，并少量饮用。

我们的产品是通过发酵产生的天然物质，不含任何添加防腐剂。不过，在怀孕期间开始任何新的保健习惯之前，我们强烈建议先咨询医生，再使用或引入任何新产品。

## 9) 哪些人不适合使用本产品？

以下人群不适合使用：

正在服用硝酸盐类或一氧化氮供体药物的人群（例如：硝酸甘油），因为可能会导致血压危险性下降。

患有不稳定心血管疾病、近期发生心脏病发作或严重心律不齐的人群。

低血压患者（血压低于90/60 mmHg）或容易出现头晕的人群。

## 10) 一氧化氮会导致高血压吗？

不会。一氧化氮有助于增加血流，并可能帮助降低血压。

## 11) 一氧化氮适合老年人吗？

一氧化氮通常对老年人有益，因为它有助于对抗随着年龄增长而出现的心血管功能自然下降。

它作为血管扩张剂，通过放松血管来改善血液循环，支持健康血压，并增强体力。提高一氧化氮水平也可能有助于认知功能。

不过，对于60岁及以上的成年人，其益处需要与可能出现的低血压风险平衡，因此应谨慎监测摄入量。

## 12) 一氧化氮会与哪些药物发生相互作用？

在使用一氧化氮期间，应避免与以下主要药物同时使用：

- 硝酸盐类药物（用于缓解心绞痛/胸痛）
- PDE-5抑制剂，如西地那非（sildenafil）、他达拉非（tadalafil, Cialis）和伐地那非（vardenafil, Levitra）

## 13) 一氧化氮会增加排尿吗？

一氧化氮可能会增加尿量。一些研究显示，尿量增加（平均约85%），并可防止钠排泄减少，同时肌酐清除率未见明显变化。

## 14) 一氧化氮对肾脏有害吗？

一般来说，一氧化氮对肾脏是有益的，因为它有助于调节血流、血压以及肾小球滤过功能。

## 15) 我怎么知道我是否需要一氧化氮？

如果你体内一氧化氮缺乏或生成受损，可能会出现以下症状：高血压、视力变化、抑郁或记忆力下降。无论你是想提升运动表现，还是支持心脏健康，维持健康的一氧化氮水平都可能是有益的。

## 16) 每天补充一氧化氮会发生什么？

每日补充一氧化氮可能有助于支持心血管健康、增强运动表现、帮助降低高血压（包括孕期高血压）、改善勃起功能，并支持伤口愈合过程及呼吸功能。

## 17) 如果血压一天比一天下降怎么办？

血压（BP）应每日监测，尤其是正在服用降压药的人群。一些用于降低血压的药物可能会使血压进一步下降，因此最好在每天早餐前测量血压。

通常情况下：

- 如果是高血压：早上1条，晚上1条（每日最多2条）。
- 如果血压正常：每日1条。
- 如果血压正常但舒张压低于65：建议服用½袋（约4茶匙）。
- 如果血压正常但舒张压低于60：则每天服用2茶匙。

请将产品保存在冰箱中，以便次日继续使用。



谢谢你