

**วีแคล กรุ๊ป (Wecal)** ก่อตั้งเมื่อปี 2555 ได้จัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร**เพิ่มความสูง**ที่มีคุณภาพตลอดจนนำเสนอเทคโนโลยีใหม่ๆที่เหมาะสมกับวัยรุ่นยุคใหม่ ด้วยการควบคุมและรับรองตามมาตรฐานสากลอย่างถูกต้องผลิตภัณฑ์หรือสินค้าที่มีคุณภาพ ปลอดภัย แปลกใหม่ คุ่มค่า และ เห็นผลจริงให้กับผู้บริโภคเสมอ เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับสินค้าที่ดีจนได้รับการยอมรับว่าเห็นผลจริง

**มาตรฐานการรับรอง** เพื่อผลิตภัณฑ์คุณภาพดีที่สุดแก่ผู้บริโภค วีแคล กรุ๊ป มุ่งมั่นดำเนินการตามมาตรฐานสากล ดูแลควบคุม ตรวจสอบ และประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งได้รับการรับรองเป็นไปตามมาตรฐานต่างๆ มากมาย ทุกคนคงรู้กันดีแล้วว่า สอร์โมนที่มีบทบาทสำคัญในการ**เพิ่มความสูง** คือ โกรทฮอร์โมน แต่ในความเป็นจริง เราไม่ควรให้ความสำคัญกับโกรทฮอร์โมนเพียงอย่างเดียว หากเราอยากสูงขึ้นและมีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ถึงแม้จะไม่ส่งผลโดยตรง แต่จะส่งผลในทางอ้อม เราจึงต้องใส่ใจดูแลร่างกายให้ฮอร์โมนเหล่านี้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเช่นกัน

### 1. เอสโตรเจน

ฮอร์โมนในเพศหญิง ระดับฮอร์โมนนี้แสดงถึงความเป็นสาว ใครมีมาก ผิวพรรณจะสวย เปล่งปลั่ง หน้าอกใหญ่ รูปร่างดี มีสภาพจิตใจดี ไม่แปรปรวนง่าย และอื่นๆที่สังเกตได้จากภายนอกถึงความเป็นสาว หากมีฮอร์โมนนี้น้อย ก็จะส่งผลในทางตรงกันข้าม และมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคกระดูกพรุน ซึ่งส่งผลต่อการ**เพิ่มความสูง**ได้ นอกจากนั้นเมื่อมีผลกระทบต่อสภาพอารมณ์ ทำให้เครียดแล้ว ก็จะส่งผลต่อการเจริญเติบโตของร่างกายได้นั่นเอง อาหารที่ควรกินเพื่อเพิ่มระดับฮอร์โมนเอสโตรเจน เช่น น้ํามะพร้าว น้ําเต้าหู้ นมถั่วเหลือง เป็นต้น

### 2. เทสโทสเตอโรน

ผู้หญิงมีเอสโตรเจน ผู้ชายก็มีเทสโทสเตอโรน เป็นตัวแสดงความเป็นหนุ่ม ความแข็งแรงของร่างกาย อารมณ์ทางเพศ สมรรถภาพทางเพศ การมีขนขึ้นตามที่ต่างๆของร่างกาย (ใครมีขนเยอะก็แสดงว่ามีฮอร์โมนตัวนี้เยอะได้) ผู้ชายคนไหนที่ระดับฮอร์โมนนี้ลดลง ความเป็นหนุ่มจะหายไป สาเหตุมาจาก ไม่ออกกำลังกาย เครียด และขาดสารอาหารที่สำคัญในการสร้าง โดยเฉพาะ สังกะสี จะไม่มีเรี่ยวแรง พอไม่มีแรงก็ไม่อยากออกกำลังกาย ซิมเสร์รา หดหู่ สุดท้ายก็มีผลต่อการ**เพิ่มความสูง** อาหารที่ควรกินเพื่อเพิ่มระดับฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน เช่น หอยนางรม เนื้อวัว อาหารทะเล เมล็ดฟักทอง เป็นต้น

### 3. เซโรโทนิน

เป็นฮอร์โมนแห่งอารมณ์ ทำให้อารมณ์ดี ไม่แปรปรวนง่ายๆ ใครที่ระดับฮอร์โมนตัวนี้ต่ำ จะซีหุดหงิด นอนไม่หลับ พอนอนไม่หลับก็กลายเป็นนอนไม่พอ ทำให้โกรทฮอร์โมนหลังได้น้อยตาม ตัวก็ไม่มีสูงลิบแบบนี่ เป็นฮอร์โมนอีกอย่างที่สำคัญ ส่งผลต่อสภาพจิตใจ จะนอนหลับ มีอารมณ์ไปออกกำลังกายให้ตัวสูงได้หรือไม่ ก็อยู่ที่ตัวนี้แหละ อาหารที่ควรกินเพื่อเพิ่มระดับฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน เช่น ปลา ข้าวกล้อง กล้วยไฟชไมขัดสี ฟักทอง เป็นต้น

#### 4.เอ็นดอร์ฟิน

คนที่อารมณ์ดี มีความสุข ร่างกายจะหลั่งเอ็นดอร์ฟินออกมาได้มาก ระดับความดันโลหิตอยู่ในระดับปกติ และมีส่วนเกี่ยวข้องกับการผลิตฮอร์โมนเพศด้วย เมื่อเรามีความสุข ร่างกายก็แข็งแรงตาม การเจริญเติบโตก็ เป็นไปด้วยดี ฮอร์โมนเพศก็ผลิตได้ดี คงความเป็นหนุ่มเป็นสาวไว้ได้นานด้วย

ดูแลร่างกายแล้วก็ดูแลสุขภาพจิตใจตัวเองให้ดีด้วย พอหัดนู่นแล้วจะให้เพิ่มความสูงขึ้นนี่มันยากจริงๆนะ!