

TOP COMBO: CHOLINE & INOSITOL elivica комплекси энергия алмашууну, жаштыкты, мээнин жана жүрөктүн ден соолугун колдойт, боордун иштешин жакшыртат жана өттөгү таштардын пайда болушуна жол бербейт, гепатопротектор катары иштейт, бузулган боор ткандарынын регенерациясынын ылдамдыгын жогорулатат. дары-дармектердин жана вирустардын уулуу таасири. В4 жана В8 витаминдеринин синергетикасы клетка мембраналарынын компоненттери болуп саналат жана көптөгөн маанилүү процесстер менен байланышкан. Келгиле, комплекстин компоненттерин кененирээк карап чыгалы.

Холин (В4 витамини) — В тобундагы сууда эрүүчү витаминдердин классына кирген зат. Мээнин ден соолугу үчүн өзгөчө мааниге ээ, нерв жипчелеринин миелин кабыгынын синтезине катышат, андан коргоо, тамактануу жана импульстун өтүү ылдамдыгы борбордук жана перифериялык нерв системалары көз каранды. Лецитиндин синтезине да катышат жана майда эрүүчү витаминдерди сиңирүү үчүн зарыл: А, Д, Е, К.

В4 боор тарабынан өндүрүлөт, бирок организмдин муктаждыктарын канааттандыруу үчүн жетишсиз санда. Холиндин негизги булактары: уй эти, жумуртка, сүт азыктары, балык жана тоок эти. Жаңгактарда, буурчактарда жана брокколиде бир топ төмөн деңгээлдер бар.

Ошондой эле Холин:

- булчуңдарга сигнал берүүнү жакшыртат;

- эс тутумга жана реакциянын ылдамдыгына оң таасирин тийгизет;

- клетка мембраналарынын коргоочу касиеттерин жогорулатат

атероздун пайда болуу коркунучун азайтат;

- карбонгидрат алмашууга катышат

кандагы канттын деңгээлин нормалдаштырууга жардам берет;

- эркектин жана аялдын репродуктивдүү системасынын ден соолугуна оң таасирин тийгизет;

- липиддердин алмашуусун нормалдаштырууга жардам берет; жүрөк-кан тамыр системасын колдойт.

Инозитол (В8 витамини) — витаминге окшош кошулма, структуралык жактан глюкозага окшош, көбүнчө «жаш витамин деп аталат.

Адамдын организмде синтезделет жана цитрус жемиштери, кебек, буурчак, жаңгак жана уруктар сыяктуу азыктардан алынат. Жаныбарлардан алынган азыктардын ичинен В8 витамини боордо, уйдун жүрөгүндө жана мээсинде, чочконун этинде, торпоктуун этинде, икрада болот.

Кадимки иштеши үчүн зарыл:

көрүү системасы жана көздүн алдын алуу, анткени ино жогорку концентрацияда х жана көз жаш бар.

жүлүн жана перифериялык система;

репродуктивдүү система;

эндокриндик система.

Ошондой эле инозитол:

-уйкусуздук жана уйкунун бузулушу менен күрөшүүгө жардам берет, тынчсызданууну жана апаны азайтууга жардам берет.

-когнитивдик активдүүлүктүн сапатына таасир этет: концентрацияны жана эс тутумду жакшыртат

-ичегилерге жана ашказанга оң таасирин тийгизет.

-кан басымын төмөндөтүүгө жардам берет.

-чачтын өсүшүн стимулдайт жана чачтын түшүүсүн алдын алат.

-теринин сапатына жакшы таасир этет;

-репродуктивдүү системаны сактоого катышат;

-инсулин каршылыгын жана кант диабетин өнүктүрүү коркунучун азайтат.

Холин жана инозит денедеги ар кандай процесстер үчүн маанилүү жардамчы болуп саналат: жүрөк-кан тамыр системасын жана боорду колдоо, когнитивдик функцияны жакшыртуу, маанайды жана аткарууну жакшыртуу.

БАД – дары эмес. Колдонуудан мурун дарыгерге кайрылууну сунуштайбыз.

КУРАМЫ

Холин битартраты, инозитол, капсула кабыгы (пуллулан), МКК (алып жүрүүчү), кремний диоксиди (көзөмөлгө каршы агент), стеарин кислотасынын магний тузу (көзөмөлгө каршы агент).

КОЛДОНМО

Чоңдор тамак менен күнүнө 3 капсулдан ичишет. Кабыл алуунун узактыгы 1 ай. Зарыл болсо, БАД кайталанышы мүмкүн. Колдонуудан мурун дарыгерге кайрылуу сунушталат.