

TÁPLÁLKOZÁS

Az egészséges élelmiszerek, ill. az egészség megőrzését szolgáló ételek rendszeres fogyasztásánál beszélhetünk táplálkozásról. Mindannyian elgondolkodhatunk azon, hogy a saját táplálkozásunkra igaz-e ez a megfogalmazás. Sajnos sokan mondhatjuk erre, hogy nem. Mi ennek az oka?

1. Az egyes élelmiszerek minősége, egészségkárosító volta.
 - Tartósítás
 - Adalékanyagok
 - Génmanipulált termékek
 - Vegyszerek használata.
2. A nem megfelelő étkezési szokások.
 - Túl sok és túl zsíros ételek
 - Túlzott mennyiségű hús
 - Túl sok só
 - Túl sok édesség
 - Túl sok alkohol
 - Kevés élelmi rost.
 - Kevés folyadék.
3. A csekély fizikai aktivitás.
4. A rohanó élettempó, túlzott negatív stressz.

Mindezek következményeként a szervezetben átalakulások, betegségek jönnek létre, például az elhízás. A tápanyaghiány is betegségek forrása lehet. Ilyen betegségek a szív-és érrendszeri betegségek, a gyomor- bélrendszeri betegségek, a daganatos betegségek, az agy néhány betegsége, a cukorbetegség egyik formája, a fogszuvasodás, a magas vérnyomás, a golyva, a magas vérzsír értékek, az epekövesség és a köszvény.

Önmagában nem elegendő csak a táplálkozásunk egészségességét figyelembe vennünk, hanem a környezeti és szociális szempontokra is tekintettel kell lennünk.

Sokkal fontosabb egy átfogó szemlélet kialakítása, amely ökológiai és szociológiai szemléletet is magában foglal. Ezek alapján a korszerű táplálkozásmód teljeskörű koncepciója a következő.

- Ízét tekintve meggyőző,
- Egészség szempontjából értékes,
- Ökológiailag szükséges,
- Szociálisan elfogadható/tolerálható,
- Kulturálisan kívánatos,
- Gazdaságilag megoldható,
- Gyakorlatilag kivitelezhető.

Az egészségi, környezeti és szociális szempontokat szem előtt tartó táplálkozásforma 12 alapelve.

1. Részesítsük előnyben a növényi élelmiszereket!
2. Részesítsük előnyben a kevésbé feldolgozott élelmiszereket!
3. Fogyasszunk nem hőkezelt, friss élelmiszereket!
4. Kíméletes elkészítési módot alkalmazzunk, kevés zsiradékkal!
5. Kerüljük az adalékanyagokat, a génezelt, besugárzott élelmiszereket!
6. Öko-élelmiszereket fogyasszunk!
7. Helyi és évszaknak megfelelő élelmiszereket fogyasszunk!

8. Kerüljük a károsanyag felvételt!
9. Részesítsük előnyben a nem csomagolt vagy környezetkímélő csomagolásban lévő termékeket!

Sajnos ezeket az alapelveket nem mindenki tudja betartani és sokaknál már kialakultak a következményes betegségek, amelyek látható elváltozásokat alakítottak ki a szervezetünkben hosszú-hosszú éveken, évtizedeken keresztül. Természetesen ezen betegségek kialakulásánál szerepet játszhat a genetika is, vagyis a hajlam öröklődhet. Ebbe azonban nem kell belenyugodni, hanem meg kell próbálni helyreállítani a szervezetben létrejött kóros elváltozásokat, „hibákat”, ami sokszor rendkívüli kitartást igényel. Néhány ilyen kitartó küzdelemhez szeretnék most tanácsot adni a Wellnet olyan termékeivel, amelyek hozzájárulnak valamely betegség vagy elváltozás leküzdéséhez, az eredeti egyensúly visszaállításához a szervezetben.

TÁPLÁLÉK-KIEGÉSZÍTŐK

A táplálék-kiegészítők

Napjainkban igen elterjedt a táplálék-kiegészítők /vagy étrend-kiegészítők/ rendszeres alkalmazása az egész világon.

Minden ember jó egészséget és hosszú életet képzel el magának. Ennek megvalósítása érdekében egészítjük ki étkezéseinket azokkal az értékes tápanyagokkal, amelyeket a táplálék-kiegészítők újtán nyerünk, mivel ezek elengedhetetlenül szükségesek sejtjeink jó működéséhez.

Ez a szükséglet azonban nem egyforma minden embernél! Különösen ügyelni kell a szervezet feltöltöttségére -a hiányukban kialakuló megbetegedések miatt -kisgyermeknél, terhes nőknél, változó korban, szigorú vegetáriánusoknál, időseknél és sportolóknál.

Miért van szükségünk a táplálék-kiegészítőkre?

1. A rossz, egyoldalú táplálkozás miatt,
2. nincs idő a rendszeres, kiegyensúlyozott étkezésre,
3. a mozgáshiány miatt,
4. a túlsúly miatt,
5. a túlzott stressz és rohanás miatt,
6. a dohányzás és az alkoholfogyasztás miatt.
7. A környezetszennyezés miatt.

Milyen célt szolgálnak a táplálék-kiegészítők?

1. Energiát szolgáltatnak a sejtek számára,
2. növelik az energiaszolgáltató folyamatok hatékonyságát,
3. semlegesítik az anyagcsere-folyamatok során keletkezett méreganyagokat,
4. erősítik az immunrendszert,
5. Energiát szolgáltatnak a sejtek számára,
6. Növelik az energiaszolgáltató folyamatok hatékonyságát,
7. Semlegesítik az anyagcsere-folyamatok során keletkezett méreganyagokat,

8. Erősítik az immunrendszert,
9. „Tömegnövelők - tömegcsökkentők”,
10. Megelőzik a daganatos betegségek kialakulását,
11. Kiegészítő szerként szerepet játszanak a már meglévő daganatos betegségek kezelésében.

A Wellnet által forgalmazott táplálék-kiegészítőkre odafigyelünk. Fontos, hogy természetes alapanyagúak, egyszerre többfélét is lehet belőlük szedni, mert egymás hatását inkább segítik, keveset kell belőlük magunkhoz venni, más gyógyszerekkel együtt szedhetők és sokszor csökkenthetők a gyógyszeradagok vagy lecserélhetők a gyógyszerek.

A WELLVITA TERMÉKCSALÁD

ARTICSÓKA

Összetevők: Feketeribizli rost, articsóka kivonat, zselatin.

Napi ajánlott adag (2 kapszula) tápanyag és hatóanyagtartalma:

Energia: 8,7 kJ/2,08 kcal
 Fehérje: 0,246 g
 Szénhidrát: 0,274 g
 Zsír: -
 élelmi rost: 0,264 g

Allergén információ: tejet (tejport), glutént, tojást, szóját, tartósítószer és színezőanyagot nem tartalmaz.



Összetevői segítik a zsírok lebontását, a szervezet méregtelenítését és salaktalanítását. Szedése fogókúra, diétázás kiegészítésére javasolt.

Fogyasztási javaslat: felnőtteknek napi 2x1 kapszula, étkezés után. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
 2890 Tata, Agostyáni út 77.
 www.wni.hu

A fészkesvirágzatúak családjába tartozó articsóka (tudományos nevén *Cynaria scolymus*) levelének kivonatában levő vegyületek (egyebek között a kaffeoilkininsav és a cinarin) elsősorban a májra hatnak. E szervünknek köztudomásúan a mérgeanyagok hatástalanítása (detoxikálása) és a szervezetből való kiürítése az egyik feladata. Ennek során azonban előfordul, hogy közbülső terméként az eredeténél is mérgezőbb anyag képződik, ezért a máj épsége szempontjából elengedhetetlen, hogy mielőbb megszabaduljon tőle. Erre az általa termelt epe révén van lehetőség, következésképp igen fontos, hogy ez a szervünk mennyi epét választ ki, s az az epehólyagból annak rendje-módja szerint kiürül-e. Az epepangás miatt ugyanis nemcsak hosszabb ideig maradnak a nemkívánatos anyagok a szervezetben, hanem nő az epekőképződés veszélye is. S ez egyáltalán nem ritka dolog, hiszen egy felmérés szerint a 40 évesnél idősebb nők 20, míg a férfiak 8 százaléka szenved epekőveségben, amelyet újabban ugyan kőoldással és -zúzással is igyekeznek gyógyítani, ám még mindig sok epehólyagot kell eltávolítani miatta.

Epepangás ellen

Az epe sűrű, sárgászöld folyadék, amely a májból – előbb az epehólyagba, majd onnan a nyombélbe jut. A java részét víz alkotja, míg a fennmaradó hányadot koleszterin, epefesték és epesavak teszik ki. Az utóbbiaknak nemcsak az epe folyékonyságának megőrzésében (az epekőképződés megakadályozásában) van szerepük, hanem a bélbe jutó zsíradékok emulgeálásában is. E fizikai folyamaton azt értjük, hogy a nagy zsírcseppek sok apró csepre válnak szét, s minthogy ezáltal jócskán megnő az összfelületük, a zsírbontó lipáz enzim

könnyebben, gyorsabban emésztí meg őket. Ezzel megteremtődnek a zsíralkotórészek felszívódásának feltételei. Ezenkívül az epe puhítja a székletet, s közreműködik abban, hogy a vékonybélben ne telepedjenek meg mikroszervezetek és élősködők.

Az állatokon és embereken végzett egyik vizsgálatból az derült ki, hogy az articsóka kivonata egyszeri, 2 grammos adagban fél óra múltán 127 százalékkal, egy órával később 151 százalékkal, s újabb egy óra elteltével 94 százalékkal serkenti az epe elfolyását. Ez azért előnyös, mert az epepangás rontja a zsíremésztés hatásfokát, fokozza az étkezés utáni puffadásérzést és bélgázképződést, s növeli a székrekedésre való hajlamot.

Epepangást egyébként nemcsak az epeutakat szűkítő-elzáró epekő idézhet elő, hanem a terhesség, bizonyos örökletes betegségek, a pajzsmirigy túlműködése, a vírusos májgyulladás, a baktériumok termelte méreganyagok (endotoxinok), az italozás és némely gyógyszer (szteroidhormonok, amino-szalicilsav, klorotiazid, fenil-butazon, tiouracil stb.) is. Javasolt még a rendszeresen alkoholt fogyasztók számára is az articsóka fogyasztása, ugyanis a csekély mennyiségű szeszes ital is károsítja a májműködést (az epekiválasztást is beleértve), s elősegíti a máj elzsírosodását (a zsírmáj kialakulását).

Koleszterinapasztás

Az articsóka kivonata előnyösen hat a test koleszterinforgalmára is. Egyfelől gátolja a májban e szteroid szintézisét, másfelől elősegíti az epesavvá átalakulását. Ezzel nemcsak a koleszterin mennyiségét csökkenti, hanem előmozdítja a zsíremésztést, s megakadályozza az epekőképződést. Az elemzések kimutatták, hogy a koleszterincsökkentő hatás a luteolin nevű hatóanyag érdeme, amely visszaszorítja a koleszterin anyagcseréjében részt vevő egyik enzim működését, következésképp gátolja a koenzim Q10 szintézisét. (Ezen a módon hat néhány koleszterinellenesgyógyszeris.)

Néhány évvel ezelőtt V. Fintelmann ötszázötvenhárom személyen ellenőrizte, hogy miképp hat az articsóka-kivonat a tápcsatorna működésére és a vér koleszterinszintjére. A mintegy fél éve gyomor-bél rendszeri panaszoktól szenvedő páciensek átlagos életkora 55 év volt, s negyvennégy napon át naponta háromszor szedték az articsóka-kivonatot tartalmazó tablettát. A kezelés hat hét alatt átlagosan a betegek 70,5 százalékának enyhítette a panaszát. A legszembeszökőbb (88,3 százalékos) a hányás abbamaradása volt, de a hányinger (82,4 százalék), a hasfájás (76,2 százalék), az étvágytalanság (72,3 százalék), a székrekedés (71 százalék) és a fokozott bélgázképződés (68,2 százalék) is enyhült. Egyidejűleg a vér koleszterintartalma is átlagosan 11,5 százalékkal csökkent. Egy másik vizsgálat során a hasfájástól, székrekedéstől, fokozott bélgázképződéstől, étvágytalanságtól és hányingertől szenvedő páciensek 72 százaléka már egyhetes articsókakúra után jobban érezte magát, míg hat hét múltán a 92 százalékuk számolt be érdemi javulásról.

További előnyei:

- -Kiváló folsav és K vitamin forrás is.
- -Vízajtó a magas sav káliumsó és flavonoid tartalma miatt.
- -Tálálható még benne: karotin, B vitamin, C-vitamin, vas, magnézium.
- -Használják még számos túlérzékenységgel járó betegség és panasz ellen.
- -Gyulladásgátló, antibiotikus.

Végül megemlítjük, hogy az articsóka kivonatából készült, előírás szerint szedett tablettá semmilyen kellemetlen mellékhatást sem idéz elő, azonban nem javasolt vesekövesség esetén, továbbá szoptatáskor, mert csökkenti a tejelválasztást.

FEKETERIBIZLI ROST

- Vizelethajtó
- Vérnyomáscsökkentő
- Érfalvédő, csökkenti a hajszáleres vérzést
- Koleszterinszint-csökkentő
- Élelmi rost

A szénhidrátoknak van egy csoportja, mely a táplálkozás folyamán az emberi szervezetben nem emésztődik meg, mégis rendkívül fontos az élettani hatásuk. Ezeknek a gyűjtőneve: élelmi rost. Legismertebbek ezek közül a cellulóz, hemicellulóz, lignin és a pektin.

Kutatók szerint a nyugati világ rostszegény táplálkozása jelentősen hozzájárult egyebek mellett a cukorbetegség, a koszorúér betegségek és az emésztési problémák széleskörű elterjedéséhez. E problémák megelőzéséhez javasolják minél több rost szervezetbe való bevitelét.

Kétféle rost létezik, az:

oldható rost

és az

oldhatatlan rost.

Barna kenyér	Rizs
Zabpehely	Korpa
Hüvelyesek	eper
Legtöbb zöldség és gyümölcs	Keményhéjú gyümölcsök

Egyes élelmiszerekben mindkét fajta rost megtalálható, pl.: búzakorpa, teljes kiőrlésű gabonafélék, aszalt gyümölcsök.

Mit csinálnak ezek a rostok?

A rostok sok vizet vesznek fel, így olyan hatást fejtenek ki a gyomorban és a belekben, akár a szivacs, vagyis növeli a széklet tömegét, s lágyabbá, könnyebben üríthetővé teszi azt. Gyorsítják a salakanyagok áthaladását a bélrendszeren, javítják a bélműködést és csökkentik a vastagbél betegségek kockázatát. Az oldható rostok csökkentik a vér koleszterinszintjét, mivel megkötik az epével epesavak formájában ürített koleszterin egy részét, amely így nem szívódik fel újra. Az oldható rostok a vékonybélbe jutva lassítják az összetett cukrok véráramba kerülését, és gátolják a vércukorszint hirtelen emelkedését. Ennek különösen a cukorbetegknél van jelentősége, mivel így a vércukorszint kevésbé ingadozik

Előnyei:

1. jók a székrekedés ellen
2. csökkentik a vastagbél betegségek előfordulását, kockázatát (köztük a rák kockázatát)
3. csökkentik a vér koleszterinszintjét.

Lecitin

Összetevők: Szójalecitin, zselatin.

A napi ajánlott adag (2 kapszula) tápanyag és hatóanyagtartalma:

Energia: 44,8 kJ/10,54 kcal

Fehérje: 0,175 g

Szénhidrát: -

Zsír: 1,0928 g, ebből:

Lecitin: 1,0928 g,

amely tartalmaz [mg]:

Foszfolipidek: 682

Kolinfoszfátid: 102,3

Etanolaminfoszfátid: 81,84

Inozitolfoszfátid: 47,74

Szójaolaj: 418

Allergén információ: tejet (tejport), glutént, tojást, tartósítószeret és színezőanyagot nem tartalmaz.



WellVita
Lecitin
Szója-lecitin tartalmú
étrend-kiegészítő kapszula

A szójalecitin az egyik legjelentősebb természetes kolin és inozitol forrás. Összetevői szükségesek az agy és az idegrendszer működéséhez. Rendszeres használata növeli a szellemi és fizikai állóképességet. A termék nem génmódosított szójaból készült.

Fogyasztási javaslat: napi 2 x 1 kapszula. Ne fogyasztson a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

Egyik összetevője a sejthártyának, valamint a zsírok vérben történő szállítását segítő fehérjéknek. A tojássárgájában, a májban, a teljes kiőrlésű búzában, kemény héjú gyümölcsökben és a babban található.

Alkotórészei:

1. *kolin*, amely oldatban tartja a koleszterint, ezért gátolja lerakódását a májban és az erek falában. Ennek következtében meggátolja a máj elzsírosodását. Ha nincs jelen lecitin, akkor a májban károsodik a lebontás, a méregtelenítés és a felépítés. Azáltal, hogy gátolja a koleszterin lerakódását a májban és oldatban tartja, csökkenti a verőér betegségek előfordulását. Meggátolja, illetve lassítja az alkoholos májzsugor kialakulását. A kolinnak szerepe van még az ideg ingerület átvitelben, amely ahhoz szükséges, hogy a figyelem teljes mértékű legyen és a memória ne szenvedjen zavart. A kolinnak fontos szerepe van terhesség esetén a magzat agyának normális fejlődésében, illetve az időskori elbutulás megelőzésében.
2. *inozitol*, amely az idegrendszer felépítésében játszik szerepet. Inozitol hiányában pánikbetegség és depresszió jöhet létre.

Szerepe van még:

- a vírusfertőzések megelőzésében, mert antioxidánsokat tartalmaz. Antioxidánsokra szükség van az immunrendszer normális működéséhez illetve, a daganatos betegségek kialakulásának gátlásához.
- gátolja az epekőesség kialakulását, mivel az epében választódik ki. Ha ez az anyag hiányzik a szervezetből, akkor nagyobb valószínűséggel alakulnak ki az epekövek.
- az egészséges vérkeringés fenntartásában, illetve a végtagok keringésének javításában, ezáltal a visszérbetegségek, és a trombózis kialakulásának megelőzésében.
- az egészséges bőrfelület megtartásában, mivel gátolja a faggyúmirigyek túltengését
- az E vitamin cseréjében.

Milyen esetekben vehetjük még hasznát?

- Férfiaknál szexuális problémák esetén
- Terhesség esetén a magzat agyának normális fejlődéséhez elengedhetetlen.
- Betegségek utáni felépülésre
- Nagy fizikai és szellemi megterhelés esetén

- Fáradtság, feledékenység, koncentrációs zavarok, tanulási nehézségek esetén
- Csökkenti az ízületi fájdalmakat
- Alvászavarokban
- Csökkenti a hajhullást
- Roboráló szer

Lecitin szedéséhez kapcsolódó mellékhatás nem ismert!

Fokhagyma

Összetevők: fokhagyma (*Allium sativum L.*) por, kukoricacsíra olaj, homoktövis (*Hippophae rhamnoides L.*) por, zselatin, sűrítőanyag (fehér méhviasz).

A napi ajánlott adag (1 kapszula) tápanyag és hatóanyag tartalma:

Energia: 12,79 kJ/3,06 kcal
Fehérje: 0,0875 g
Szénhidrát: 0,1830 g
Zsír: 0,220 g, ebből
Méhviasz, fehér: 20,0 mg
Kukoricacsíra olaj: 200,0 mg
Telített zsírsavak: 29,6 mg
Egyszeresen telítetlen: 62,2 mg
Többszörösen telítetlen: 107,0 mg

Allergén információ: tejet (tejport), glutént, tojást, szóját, tartósítószer és színezőanyagot nem tartalmaz.



A fokhagyma az egyik legrégebben ismert fűszer- és gyógynövény. A homoktövis és a fokhagyma hatóanyagai, egymás hatását erősítve, hozzájárulnak egészségünk megőrzéséhez.

Fogyasztási javaslat: napi 1 kapszula, bő folyadékkal. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

Már 7000 évvel ezelőtt az egyiptomiak ismerték, rendkívül sokoldalú növény.

Tudományos könyvekben egészségfokozó hatását. Fő hatóanyaga a kéntartalmú allicin, ez adja a fokhagyma jellegzetes szagát, ami a fokhagyma levegőn történő oxidációjának eredményeként jön létre.

Hatásai:

- Gátolja a kórokozók szaporodását(bakteriosztatikus), csökkenti a magas vérnyomás előfordulását, megelőzi az érlemezsedést.
- Vitaminokat (B,C),ásványi anyagokat,nyomelemeket (kálium,foszfor,kalcium),fehérjéket tartalmaz, amelyek elengedhetetlenek az egészséges szervezet számára.
- Illóolajában és egyéb részeiben étvágygerjesztő, emésztést segítő, vérnyomást csökkentő, bakteriosztatikus anyagok találhatóak.
- Koleszterinszint csökkentő , mivel gátolja a koleszterin termelődését a májban.
- Antibakteriális hatásának következtében megszüntetheti a fertőzéseket, de nemcsak a baktériumok ellen, hanem a vírusok és a gombák ellen is véd.
- Növeli a zsírszállító fehérjéknek a szintjét.
- Gátolja a véralvadást, illetve gyorsítja a vérrögök felszívódását, ezáltal megelőzi a trombózis kialakulását.
- A diallinszulfidoknak köszönhetően megelőzheti a rosszindulatú daganatok kialakulását.
- Fenolsav és a flavonoid tartalmának köszönhetően-amelyek antioxidáns vegyületek-gátlódnak az öregedést elősegítő folyamatok és a daganatok kialakulásai (pl. a gyomorrák).
- Fertőtlenítő hatást gyakorol az emésztő és a légzőrendszerre.
- Tágítja a koszorúereket, éppen ezért az angina és az infarktus megelőzésére használható.
- Elősegíti az ólom és egyéb nehézfémek kiürülését.

- Kiváló hatás érhető el a bélférgesség kezelésében.
- Enyhíti a náthát, nehézlégzést, hörghurutot
- Enyhe görcsoldó.

Alkalmazása javasolt még:

- Agyi keringészavarok javítása céljából
- Magas vérnyomás kezelésére
- A herpesz kezelésére
- Különböző vírusos betegségek, orrmelléküreg gyulladás, vénagyulladás, visszérbetegségek kezelésére

Nem javasolt:

- Terhesség ideje alatt, mivel fokozza a méhösszehúzóásokat
- Heveny vagy krónikus vesegyulladás esetén
- Szoptatáskor, mivel a csecsemőnél hasmenést okozhat.
- Véralvadási zavarok esetén

Táplálékkiegészítőként szedve azzal az előnnyel is jár, hogy nem érezhető a kellemetlen szájíz, ami a növény közvetlen szétrágása után jelentkezik.

HOMOKTÖVIS

- Magas C-vitamin tartalom
- Anab
- Immunstimuláns, fokozza az ellenállóképességet
- Anabolikus, roboráló
- Antiszklerotikus

Q10 koenzim E vitamin

Q10

Levegő nélkül pár percig, víz nélkül néhány napig, élelem nélkül néhány hétig élhetünk, Q10 koenzim nélkül pedig- a tudomány mai ismeretei szerint- az élet nem létezhet!

10 féle koenzim létezik, de közülük csak a Q10 koenzim található meg az emberi szervezetben. Vitaminhoz hasonló, éppen ezért sokan energiavitaminnak is nevezik. A szív, a vese, a hasnyálmirigy, és a máj működéséhez szükséges a legtöbb Q10 koenzim jelenléte is. E A sejtek energiaellátásához nélkülözhetetlen, minden sejtben megtalálható és az energiaforgalomban játszik szerepet. Erős hatású antioxidáns. Legjelentősebb hatását a szabad gyökök lekötésében fejtí ki, ezáltal lassítja a szervezet elöregedését. „E” vitaminnal kiegészítve még sokkal erősebben veszi fel a harcot a sejtjeinket károsító szabadgyökök ellen. Az emberi szervezet saját maga állítja elő egy bizonyos életkorig (25-30), mely szükséges a zavartalan energiaforgalomhoz, az anyagcseréhez. Táplálékaink közül legfőbb forrása a makréla, lazac, szardínia, marhamáj, marhaszív.

A kor előrehaladtával mennyisége csökken, ezért kiegészítő étkezés útján, táplálék-kiegészítőkből kell felvennünk a megfelelő mennyiséget. Sajnos a mezőgazdaság túlzott kemizálása, a tárolás, a tartósítószeres, a mesterséges érlelést előidéző gázok, a sütés, a főzés stb. alaposan csökkentik a koenzim jelenlétét. Hiánya komoly gondokat okozhat a szív és az immunrendszerben. A normálnál már 25%-kal alacsonyabb Q10 szint számos betegség, például szívizom betegség kialakulásában is szerepet játszhat. Akinek az életvitele amúgy is túlhajtott, stresszes, szívük veszélyeztetett, azoknál a Q10 koenzimszükséglet is nagyobb.

Nemcsak a szervezet életkora számít a Q10 tartalom szempontjából, de pl. egyes gyógyszerek (vérnyomáscsökkentők) is gátolják a szervezet Q10 termelését.

Jóhatása szedése után 1-2 hónappal alakul ki. Napi 60 mg már 4 hét után is kedvező hatású lehet. A megfelelő szint eléréséhez azonban napi 20-30 mg-ot kell szedni, de akkor 8 héten keresztül.

Hatásai:

- Fáradtság, rossz közérzet kivédése
- a betegség utáni felépülési folyamat jelentősen lerövidíthető, a betegségek megelőzhetőek, ha a szervezetben a szükséges mennyiségű Q10 megtalálható
- ajánlott a szedése fokozott fizikai igénybevétel és egyoldalú táplálkozás (diéta, fogyókúra) esetén
- szívizom betegségek esetén, amelyek adódhatnak érrendszeri problémákból, degeneratív szívizom betegségekből vagy a ritmuszavarok miatt.
- ajánlott magas vérnyomás esetén
- hatásos légzőrendszeri problémák, daganatos betegségek, cukorbetegségek, fekélybetegségek, májbetegségek, látászavarok, szembetegségek, szklerózis multiplex és különböző memóriazavarok esetén.

Szedése esetén mellékhatás nem jelentkezik.

E vitamin:

Zsírban oldódó vitamin.

Szintén antioxidáns vegyület. Megakadályozza, hogy az oxidáció hatására a sejthártyák többszörösen telítetlen zsírsavai károsodjanak, megakadályozzák, hogy az örökítőanyagot, a DNS-t a szabad gyökök károsítsák, ezáltal bizonyos daganatos betegségek kialakulása szempontjából nyújt védelmet a szervezet számára. Napi szükséglet 10 mg.

Antioxidáns hatása miatt a szív és érrendszeri betegségek- koszorúér megbetegedések, érelmeszesedés -ellen is véd., Szükség van rá a bőr, a haj és a fogak egészséges állapotának fenntartásához, különböző szembetegségek elkerüléséhez, az egészséges nemi ösztön megőrzéséhez és erősíti az immunrendszert.

Hiánya vérszegénységhez és idegrendszeri károsodáshoz vezethet.

Szedéséhez kapcsolódó mellékhatás nem ismert!

Yucca

Összetevők: kukoricacsíra olaj, Yucca (*Yucca shidigera*) kivonat, zselatin, sűrítőanyag (fehér méhviasz).

A napi ajánlott adag (2 kapszula) tápanyag és hatóanyagtartalma:

Energia: 29,72 kJ/7,1 kcal
Fehérje: 0,136 g
Szénhidrát: 0,288 g
Zsír: 0,600 g, ebből zsírsavak:
Telített: 76,96 mg
Egyszeresen telítetlen: 161,72 mg
Többszörösen telítetlen: 278,20 mg
Yucca extraktum: 300,0 mg

Allergén információ: tejet (tejpórt), glutént, tojást, szójat, tartósítószer és színezőanyagot nem tartalmaz.



A Yucca – 1 India és Dél-Amerika őslakosai évszázadok óta használják táplálékért és gyógy-növényként. A jukka kúra segíti a felgyülemlett mérgeanyagok, és a nehézfémek kiválasztását. Bőséges folyadékbevitel mellett hozzájárul a méregtelenítő és testtömeg-csökkentő programok sikeréhez.

Fogyasztási javaslat: napi 2 x 1 kapszula. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

A Yuccapálma örökzöld liliomféle, éjszaka virágzik, kibírja a hőség, a hideg és a szárazság viszontagságait. Már az indiánok is ismerték és úgy hívták, hogy az „élet fája”.

Összetevői:

- enzimek
- vitaminok
- ásványi anyagok
- nyomelemek
- fito„szteroid” tartalma van.

Mire használható?

- elősegíti a salakanyagok eltávolítását
- méregtelenít
- javítja a közérzetet
- fokozza az immunitást és az ellenálló képességet
- gátolja az öregedést
- javítja az emésztést, éppen ezért krónikus bélgyulladások esetén javasolják használatát
- aktivizálja és szabályozza a kiválasztási folyamatokat
- szteroid tartalma miatt reumatikus betegségeknel használják.
- Természetes fitoszteroid tartalma van
- Csökkenti a koleszterinszintet
- Fokozza a stressztűrő-képességet

A felesleges zsírok lebontása miatt a koleszterinszintet csökkenti, mivel kiüríti a szervezetből a salakanyagokkal együtt, ezáltal megelőzi a szív és érrendszeri betegségek kialakulását.

Általános erősítőszer, fokozza az immunrendszer erejét, megelőzi a betegségeket, illetve a gyógyulást segíti. Tökéletesíti az emésztést, segíti a szervezet normál pH-értékének és az egészséges bélflórának a fenntartását. Gyorsítja az anyagcserét, csökkenti a koleszterinszintet. Fokozza a stressztűrő-képességet és nyugtatóan hat a központi idegrendszerre..



Aloe vera



Az ókor óta ismert a gyógyhatása, belsőleg és külsőleg is használták és használják ma is.
160 hatóanyag:

1. Mono- és poliszacharidok
2. Enzimek
3. Ásványi anyagok
4. Vitaminok
5. Aminosavak
6. Bioaktív egyéb anyagok

Acemannon	Serdülőkorig,immunrendszer,öngyógyítás
Aminosavak	7 esszenciális, 2 belőlük gyulladásgátló
Antrakinonok	Emésztést serkentők
Keserűanyagok	Erős hashajtó aloin
Enzimek	15
Zsírsavak	Gyulladásgátlás, vérzsírszint-szabályozás
Lupeol	Fertőtlenítő,fájdalomcsillapító
Magnézium-laktát	Fájdalomcsillapító
Ásványi anyagok	Természetes forrás,S,Mg-laktát
Mukopoliszacharidok	Immunrendszer stimuláló,sejtregeneráló
Poliptidek	23,Saját védekezőerő mozgósítása
Szalicilsav	Lázcsillapító, fájdalomcsillapító
Nyomelemek	Sebek gyógyulása,gyulladáscsökkentés
Vitaminok	Főleg B Vitaminok

Összetevői:

- antracit származékok, aloin A és B
- szerves savak
- vitaminok
- tiamin

- -gyanta
- -ásványi sók.

Az „alloeh” arab szó, jelentése keserű. Az „alloedarion” jelentése tisztító. A levelek nedvét és a benne lévő nyálkás gél hasznosítják. A nedve a vércukorszintet csökkenti, a nyálkás gél pedig a vércukorszintet emeli.

- Javul a fehérje-anyagcsere
- Normalizálódik az emésztés
- Segít a candidiasis leküzdésében
- Jótékonyan hat a gyomorsavtúltengésre
- Jótékonyan hat a bélflórára
- Immunerősítő: védekezés a kórokozókkal szemben
- Beindítja a gyógyulási folyamatokat
- Nem hashajtó hatású
- Az allergiás reakciók „kordában” tartása
- Tisztító és salaktalanító hatás-méregtelenít
- Serkenti a sejtsztódást-megújulás,revitalizálódás

Mire hasznosítható?

- Hashajtóként serkenti a vastagbél mozgását, és megakadályozza a víz és az elektrolitok felszívódását.
- sebgyógyulást elősegítő és fertőtlenítő hatású, gyulladáscsökkentő anyagokat tartalmaz. Bőrbetegségekben szintén gyulladáscsökkentő és fájdalomcsillapító hatása van.
- gyulladáscsökkentő hatása miatt vese és vizeletproblémák kezelésében, prosztatata bántalmak megelőzésére, influenzában, fertőzőes időszakban megelőzésre, műtétek utáni állapotban
- külsőleg is alkalmazható égési sérülések, sebek, pattanások és aranyér kezelésére
- tulajdonképpen a leghatékonyabb természetes immunrendszer erősítő. Energiával tölti fel a szervezetet
- méregtelenítő hatású, szélsőséges alkoholfogyasztás esetén is éppen ezért hatásos
- a rák elleni küzdelemben játszik fontos szerepet
- potencianövelő szer

Kisgyermeknél, terhes nőknél, szoptató nőknél használata ellenjavallt az elektrolitvesztés miatt, ugyanezért veseelégtelenségben és májbetegségekben szenvedőknél is ellenjavallt.

Nyújtott hatású C-vitamin

Összetevők: horntozó (maltodextrin), zselatin, L-aszcorbin-sav, kalcium-aszkorbát, Filipusú aszko ribiszav (keményfélék növényi zsír bevonatú), színezék (titán-dioxid, kék-sárga).

A napi ajánlott adag (1 kapszula) tápanyag- és hatóanyag tartalma:

Energia: 8,0 kJ/1,9 kcal
Fehérje: 0,088 g
Szénhidrát: 0,335 g
Zsír: 0,002 g
C-vitamin: 60,0 mg RDA*: 100%

*RDA: Fehérjék számára ajánlott napi bevitel

Allergén információ: lejelet (lepor), glutén, liszt, szóját nem tartalmaz.



Well Vita
Nyújtott hatású C-VITAMIN
60 mg

Elhúzódó hatású C-vitamin készítmény. Fogyasztása elsősorban a vitaminhiányos téli időszakban, megelőzőkedelt C-vitamin szükséglet (terhesség, szoptatás, dohányzás), valamint egyidejű, hiányos táplálkozás, fogycúra esetén javasolt.

Fogyasztási javaslat: napi 1 kapszula, bő folyadékkal. Ne fogyasztson a készítménytől az ajánlott mennyiségnél többet! Az élelrendi-egésztő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet, valamint az egészséges életmódot.

Tartós: Nedvességűti és fényűti védve, szoba-hőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz elján feltüntetelt ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellvit International Kft.
2800 Tata, Agostyáni ú. 77.
www.wi.hu

Össze tevők: L-ascorbinsav, kalcium-ascorbát, F liposzi aszkorbinsav (keményített növényi zsír bevonatú), zselatin, színezék (titán-dioxid, kinolin-sárga).

A napi ajánlott adag (1 kapszula) tápanyag és hatóanyag-tartalma:

Energia: 0,0 kJ/1,9 kcal

Fehéjfe: 0,067 g

Szénhidrát: -

Zsír: 0,010 g

C-vitamin: 462 mg RDA*: 770%

*RDA: Fehéjfeek számára ajánlott napi bevitel

Allergén információ: tej (lej), glutén, tojás, szója, hozzáadott cukor nem tartalmaz.



Fogyasztása elsősorban a vitaminhányos téli időszakban, megnövekedett C-vitamin szükséglet (terhesség, szoptatás, dohányzás), valamint egyoldalú, hiányos táplálkozás, fogókúra esetén javasolt.

Fogyasztási javaslat: napi 1 kapszula.

Ne figyeljesson a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrendkiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet, valamint az egészséges életmódot.

Tartó társ: Nedvességől és fénytől védve, szoba-hőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz utján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellvit International Kft.,
2980 Tata, Agostyáni ú. 77.
www.wv.hu

- Hő, fém, oxigén, fény hatására bomlik
- Az ember, a főemlősök, a tengerimalac és néhány madár nem tudja előállítani
- A szemünkben 20x több van belőle, mint a vérben
- Antioxidáns - javul az E vitamin koncentráció.
- A vas felszívódását elősegíti.

A nyújtott hatás következtében felszívódása kiegyenlítettebb, elhúzódóbb.

Bár a C-vitamin megtalálható az étrendünkben, gyümölcsök és zöldségek formájában tudjuk táplálékunkkal felvenni, de a megnövekedett stressz és a környezetszennyezés miatt ez a mennyiség a megelőzéshez is kevés. Ezért olyan fontos, hogy kiegészítsük a táplálékunkat C-vitamin külön bevitelével. A C-vitamin vízben oldódó, a vizelettel 2-3 óra alatt kiürül a szervezetünkől. Mivel a vérben állandóan magas C-vitamin koncentrációt kell biztosítani, ezért az optimális hatás elérése céljából nyújtott hatású vitaminkészítmény szedése ajánlott. A napi szükséglet mértékéről folyamatosan szakmai viták zajlanak, abban azonban mindenki egyetért, hogy a C-vitamin szerepe jóval nagyobb, mint azt évtizedekkel ezelőtt gondolták. A minimálisan javasolt napi mennyiség 60 mg, ez azonban arra elég, hogy megelőzzük vele a C-vitamin hiányában létrejövő betegségek előfordulását. Bizonyított, hogy nagyobb mennyiségű C-vitamin bevitel, különösen, hogy ha a táplálék kiegészítéseként történik, sok betegséget, így a rák számos fajtájának létrejöttét, szívbetegségeket, cukorbetegséget, magas vérnyomást, náthát vagy az influenzát, akár az asztmát, vagy az allergia kialakulását megelőzi. Ehhez elképzelhető, hogy akár napi 1000 mg C-vitamin felvételére is szükség van.

A C-vitamin az egyik legerősebb **antioxidáns**, ez azt jelenti, hogy meggátolja a korai öregedés létrejöttét, ellenállóvá teszi a szervezetünket a fertőzésekkel szemben, csillapítja vagy csökkenti a gyulladásos betegségek előfordulását. Elengedhetetlen a növekedéshez és a felépüléshez, bármilyen szövetről is legyen szó a testünkben, így a sebek gyógyulásában is fontos szerepet játszik. A C-vitamin a véredények egészségét is szolgálja.

Nélkülözhetetlen a kollagén képzéshez, amely a bőr, a porcok, a csontozat, a fogak és az íny egészségéhez szükséges, és szerepet játszik a sebek és égések gyógyulásában is. Két idegi ingerületvivő anyag (noradrenalin és szerotonin) termeléséhez is elengedhetetlen. A noradrenalin a véráramlás szabályozásában játszik szerepet, a szerotonin pedig az alvást segíti elő.

Vegetáriánusok esetében **elősegíti a vas felszívódását**. Dohányosok esetében több C vitamint kell bevinni a szervezetünkbe, mert a C-vitamin semlegesíti a füstben lévő szabad gyököket, gátolja a rákkeltő anyagok kialakulását a szervezetben. A herpesz kialakulásának csökkentéséhez hozzájárul. A betegségek utáni lábadozás alap vitaminja.

Férfiaknál a **nemzőképtelenséget javíthatja** vagy megszüntetheti, mert az egészséges herében a hímivarsejtek kialakulásához, illetve szabad kiáramlásához nagymennyiségű C vitaminra van szükség, mely egészséges esetben megtalálható, azonban a C-vitamin hiánya a hímivarsejtek összetömörülését, összetapadását okozhatja.

Stresszcsökkentő hatású. A C-vitamin nagyon sok módon védelmezheti a szívünket, sok embernél hatásos pl. a koleszterinszint csökkentésében. A C-vitamin pótlása segíthet a magas

vérnyomás leküzdésében. Csökkentheti az angina és a szívkoszorúér betegség kialakulását. Védi az ereket, mivel megakadályozza a vérlemezkék, és a koleszterin felszaporodását a vérben. A cukorbetegeket oly módon védi, hogy elősegítheti az inzulinszint normalizálódását, ami viszont helyreállíthatja a vércukor és a glükózsztintet a vérben. C-vitamin hiánya esetén kimerültség, étvágytalanság, fertőzésekkel szembeni fogékonyság, és a legsúlyosabb előfordulási formája a skorbut jöhet létre.

Mérséklődnek a már kialakult betegségek tünetei.

Szükséges napi mennyiség

Kor, állapot	Mg/nap
0-1 év	25
1-2 év	30
2-18	30-60
Felnőtt férfi	60
Felnőtt nő	60
Terhesség	70
Szoptatás	100
Dohányzás	100
Vírusos megbetegedés	1000-ig

Szedésekor mellékhatással számolni nem kell, nagyon magas dózis alkalmazásakor hasmenés léphet fel.

Áfonya

Összetevők: Tőzegáfonya por (330 mg/ kapszula), zselatin

A napi ajánlott adag (3 kapszula) tápanyag és hatóanyag tartalma:

Energia: 20,19 kJ/4,74 kcal
 Felérje: 0,282 g
 Szénhidrát: 0,891 g
 Zsír: 0,005 g

Allergén információ: tejet (tejport), glutént, tojást, szóját, hozzáadott cukrot, tartósítószeret és színezőanyagot nem tartalmaz.



WellVita
TŐZEGÁFONYA POR
 kapszula

A kíméletes szárítási eljárás megőrizte a tőzegáfonya természetes színét, ízét, aromáját és biológiailag aktív hatóanyagait. 100 g termék 500 g friss tőzegáfonyának felel meg.

Fogyasztási javaslat: napi 3 x 1 kapszula. Ne fogyasztson a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! A készítmény fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
 2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

Általában a fekete áfonyát vagy a nagy bogyós áfonyát használják a gyógyításban. A bogyóit és a leveleit is felhasználják. A bogyókban antioxidáns aktív anyagok találhatóak, a levelében flavonoidok, danninok találhatóak és nagy mennyiségű C-vitamin. Találhatunk még benne nátriumot, foszfort és káliumot.

Használják:

- húgyúti fertőzések ellen
- baktériumok elpusztítására
- emésztési panaszok esetén.
- Erősíti az immunrendszert

Baktériumölő, mert antociánokat tartalmaz, amelyek növelik a kisebb véregek ellenállását és csökkentik az áteresztő képességüket, megakadályozzák a vérrögképződést és védik a kollagén állományt a szuperoxidok ellen, továbbá védik a gyomor nyálkahártyát. A húgyutakba bejutva képesek megakadályozni az ott megtelepedő baktériumok szaporodását, illetve azt, hogy a baktériumok a húgyutak falához tapadjanak, ezáltal nagyon jól használhatók húgyúti fertőzések ellen.

Ezen kívül javíthatja a látást, segít megelőzni a látásromlást, továbbá védelmet nyújthat a zöldhályog és a szürkehályog, valamint több más szembetegség ellen./ Éppen ezért javasolják pilótáknak és autóversenyzőknek az áfonya szedését./ Elősegíti a szem ideghártyájának és pigmentjének regenerálódását, és a szem alkalmazkodását a sötétbe. Javasolják vénás keringési rendellenességek esetén, nyirokkeringési rendellenesség esetén, aranyér betegségben, nőgyógyászati problémák esetén, illetve a szemészetben.

A nagybogyós áfonyának a termését hasznosítják. A nagybogyós áfonyának szerepe lehet a húgyutak fertőtlenítésében.

Baktériumölő hatása következtében az E.coli, Staphylococcus aureus baktérium szaporodását gátolja, vesemedence gyulladásban, húgyhólyag gyulladás esetén. Szerepet játszik a vizelet szagtalanításában, /főleg idős embereknél van ennek jelentősége/ illetve a fogszuvasodás megelőzésében. Gyógyszeres kezeléssel együtt kiegészítő szerként használják.

A gyomorban megtelepedő Helicobacter pylori megtapadását megakadályozhatja.

A fekete áfonya különböző bélbetegségek, a bél gyulladással járó betegségei esetén, cukorbetegség esetén, érelmeszesedésben, fogbetegségekben, keringési betegségekben, hasmenésben, menstruáció előtti tünetegyüttesnél, sebek, ütések, horzsolások kezelésére, vénás elégtelenségben, vírusfertőzések esetén használatos. Természetesen C-vitamin tartalmánál fogva C-vitamin pótlásra is használható.

Érdekes, hogy a gyümölcs emeli a jó (HDL) koleszterin szintet, ezáltal segít megakadályozni az érfal károsodását, az érelmeszesedés következtében kialakuló érbetegségek kialakulását.

Mellékhatás, ellenjavallat nem ismert.

Grapefruitmag-kivonat

Összetevők: magnézium-karbonát, grapefruit mag (*Citrus paradisi semen*) kivonat (125 mg/kapszula), zselatin.

A napi ajánlott adag (1 kapszula) energia és hatóanyagtartalma:

Energia: 1,44 kJ/0,34 kcal

Bioflavonoidok

(hesperidin): 50 mg

Magnézium: 108 mg *RDA: 36%

*RDA: Felnőttek számára ajánlott napi bevétel

Allergén információ: tejet (tejpórt), glutént, tojást, szóját, hozzáadott cukrot, tartósítószeret és színezőanyagot nem tartalmaz.



WellVita

GRAPEFRUIT MAG

Grapefruit mag kivonat tartalmú étrend-kiegészítő kapszula

Természetes hatóanyagai hozzájárulnak a szervezet védekező képességének fenntartásához.

Fogyasztási javaslat: napi 1 kapszula, bő folyadékkal. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet, valamint az egészséges életmódot.

Tárolás: Nedvességtől és fénytől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

Nyugat-Indiából származik.

A grapefruit kivonat főleg bioflavonoidot, glikozidot, C vitamint és néhány fehérjét tartalmaz. Elsősorban a magjából és a gyümölcshús membránjából nyerik ezeket a létfontosságú anyagokat. Az itt található hatóanyagai elpusztítják a kórokozók citoplazmájának membránját és szabályosan „kiéheztetik” őket anélkül, hogy az emberi szervezetet károsítanák. Ezáltal

természetes módon semmisítik meg a vírusokat, baktériumokat, gombákat és parazitákat. Rengeteg C vitamint tartalmaz, ezáltal erősíti az immunrendszert, továbbá biokatalizátor szerepet tölt be.

A koleszterinszintet csökkentő pektint tartalmaz. E hatás következtében csökkenti az érlemezés kockázatát.

A rák elleni védekezésben játszik szerepet, mert bioflavonoidokat is tartalmaz, amelyek semlegesíthetnek bizonyos rákkeltő anyagokat.

Fogyókúrához is javasolható, mert kis energiatartalmú, illetve folsav tartalma miatt a sejtek növekedéséhez elengedhetetlen, ez különösen gyermekkorban és serdülőkorban javasolt.

Használjuk még az emésztés támogatására, mert keserű anyagai miatt epehajtó, étvágyhozó és emésztést serkentő hatása van.

Gyomor és bélpanaszok esetén is használható. Aranyér kezelésére is alkalmazható.

Nemcsak belsőleg, de külsőleg is használható. Grapefruitmag kivonatot csöppentve mosószerbe, a padló és az ágynemű tisztítására és fertőtlenítésére használható, az ivóvíz minősége is javítható

Hüvelyfertőzés esetén is használható és a HIV vírus elleni harcban is nagy reményeket fűznek a kutatók hozzá.

Felhasználási területei:

- vírusos szemölcs, herpesz, nátha, száj és fogak betegségei, fekélyek, szájpenész, gombás fertőzés, rossz lehelet, fogszuvasodás, fogkő, fogínygyulladás
- torok és orr betegségei, nátha, köhögés, rekedtség, torokfájás, gégegyulladás, bőr és haj, szőrtüszőgyulladás, vágott seb, bőrkiütés, övsömör, ekcéma, szemölcs, bőrgomba, korpásodás, fejtetű
- gyomor-, és bélrendszeri panaszok, hasmenés, gombásodás
- vénák-és visszérbetegségek
- belek tisztítása, bélflóra stabilizálása
- sejtanyagcsere aktiválása, sejtnövekedés (folsav)
- Megelőzés
- Gyomor-bélpanaszok
- Gombás betegségek /korunk „candidiasis”- *elsavasodás/- normál bélflóra*
- Meghűlések
- Torok, -orr, -fülfertőzések
- Köröm, bőr gombás megbetegedései
- Fogínygyulladások
- Hüvelyfertőzés

LUTEIN E VITAMINNAL

Összetevők: Lenmagokaj, zselatin, lutein, E-vitamin.

A napi ajánlott adag (2 kapszula) tápanyag és hatóanyagtartalma:

Energia: 38,54 kJ/9,22 kcal

Fehérje: 0,175 g

Szénhidrát: -

Zsír: 0,9472 g, ebből:

Telített zsírsav: 104,20 mg

Egyszeresen telített zsírsavak: 151,56 mg

Többszörösen

telítetlen zsírsavak: 688,62 mg

E-vitamin: 20 mg RDA*: 200%

Lutein: 6,0 mg

*RDA: felnőttek számára ajánlott napi bevétel

Allergén információ: glutént, tejet, szóját, színezőanyagot és tartósítószeret nem tartalmaz.



WellVita
LUTEIN
Lutein és E-vitamin tartalmú
étrend-kiegészítő

A lutein nagy koncentrációban található a szemben, főként a retinában és a makulában. A kor előrehaladtával mennyiségének csökkenése összefüggésbe hozható a szem öregedési folyamatával, a látás romlásával. Antioxidáns hatása révén késlelteti a szem öregedését.

Fogyasztási javaslat: javaslat: napi 2 x 1 kapszula. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

- **Antioxidáns: sejtek öregedésének késleltetése, degeneratív betegségek megelőzése**
- **Az egészséges szem megőrzése: látásélesség**

E VITAMIN

- Antioxidáns-sejthártyavédelem
- Szív-és érrendszeri betegségek elleni védelem
- A bőr, haj egészségének fenntartása
- Szembetegségek elkerülése
- Fontos az izomműködéshez
- Az idegrendszer működéséhez
-

Zöldkagyló

Összetevők: Zöldkagyló kivonat (500 mg); zselatin; csomósodást gátló (talkum, magnézium-sztearát)

A termék gyártásánál kizárólag az Új-Zélandon honos zöldkagylóból (Perna Canaliculus) nyert természetes kivonatot használunk. 1 kapszula 500 mg zöldkagyló kivonatot tartalmaz.

Allergén információ: A termék szedését kerülje ha Ön halak, puhatestűek, rákok, kagylók vagy más tengeri élőlények fogyasztására érzékeny vagy allergiás! Nem tartalmaz glutént, tejszármazékot, tojást, szóját, színezőanyagot, tartósítószeret.



Alkalmazási javaslat: Naponta egy kapszulát szétrágás nélkül, folyadékkal lenyelni. Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, változatos, vegyes étrendet!

Tárolás: Gyermektől elzárva, száraz, hűvös, sötét helyen tárolandó!

Minőségét megőrzi: lásd a flakon alján!

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu



Új Zéland tiszta tengervizeiben található, távol a környezetszennyezéstől.

Tartalma: gazdag különböző tápanyagokban, nyomelemekben, főleg a cink tartalma érdemel említést, illetve van benne egy olyan építőelem, glykozaminoglykán, mely építőeleme az emberi bőrnek, porcoknak és kötőszöveteknek. Gyulladáscsökkentő anyagok is találhatók benne.

A cink minden szövetünkben megtalálható, számos enzim alkotórésze. A DNS, RNS fehérjék szintéziséhez elengedhetetlen, a petefészkek és a here fejlődéséhez, az immunrendszer hatékony működéséhez is szükséges.

Hiánya hátráltatja a fejlődést, növekedést, serdülő- és gyermekkorban különösen növeli a fertőzések kockázatát, romlik az étvágy, szürkületi látásromlást okoz, az alkohol lebontása gátlódik és szabad gyökök felszaporodása előtérbe kerül.

A másik összetevője a glykozaminoglykán, amely építőelemként szerepel az emberi bőrben, porcban és kötőszövetekben, így különösen javasolt idősebb korban, illetve aktív sportolók számára. Ez az anyag megköti a vizet és egyes ionokat, így növelik a kötőszövetek szilárdságát, rugalmasságát. Javíthatók az ízületi elváltozások, javul az ízületek mozgathatósága. (krónikus ízületi betegségek, degeneratív elváltozások esetén).

Általános hatásai:

- Növeli az erőnlétet
- Javítja az állóképességet
- Kivédi a stressz negatív hatásait
- Kontrollálja a vérnyomást
- Növeli a tüdő kapacitását
- Gyorsítja a betegségek utáni felépülést
- Javítja az izomtónust, a koncentrációképességet és a közérzetet
- Enyhíti a gyulladásos folyamatokat
- Hajhullás megállítása
- Terhesség, szoptatás alatt szedése jótékony hatású
- Nemzőképesség zavarai

Omega-3

Összetevők: finomított mélytengeri halolaj, zselatin, E-vitamin.

A napi ajánlott adag (2 kapszula) tápanyag és hatóanyag tartalma:

Energia: 39,0 kJ/9,5 kcal

Fehérje: 0,164 g

Zsír: 0,977 g, ebből:

Telített zsírsav: 37 mg

Egyszeresen telített zsírsavak: 87 mg

Többszörösen telítetlen zsírsavak: 779 mg, ebből

omega-3 zsírsav: 733 mg, ebből

EPA: 410 mg

DHA: 215 mg

E-vitamin: 20 mg RDA*: 200%

Szerves sav: 20 mg

*RDA: Felnőttek számára ajánlott napi bevétel



Allergén információ: tejet (tejport), glutént, tojást, szóját, hozzáadott cukrot, tartósítószeret és színezőanyagot nem tartalmaz. Fogyasztása a halra és haleredetű készítményre érzékenyek számára nem ajánlott!

Fogyasztási javaslat: felnőtteknek napi 2 kapszula. Ne fogyasszon a készítményből az ajánlott mennyiségnél többet! Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a vegyes étrendet.

Tárolás: Nedvességtől védve, szobahőmérsékleten, gyermekek elől elzárva.

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett ideig (év/hó/nap).

Forgalmazza: Wellnet International Kft.
2890 Tata, Agostyáni út 77.
www.wni.hu

Az esszenciális, többszörösen telítetlen zsírsavak közé tartozik, amelyet többek között a repceolaj, a dió és a tengeri halak tartalmazzák.

A szervezet képtelen a többszörösen telítetlen zsírsavak előállítására, ezért azokat a táplálékban lévő zsirokból kell kinyerni. Ilyen létfontosságú esszenciális zsírsav az Omega-3 (linolénsav).

- Csökken az érlemeszesedés kockázata
- Támogatja az idegműködést
- Elősegíti a gyulladásos megbetegedések legyőzését
- Vérzés gátló, vérrögképződés megakadályozása
- Csökken a koleszterinszint

- Kedvezően hat az izomsejtekre
- Vérnyomáscsökkentő, és szabályozó
- Részt vesz a bőr védőrétegének kialakításában
- Emeli az energiaszintet és fokozza az állóképességet
- Fogyókúra és vegetáriánus étrend kiegészítője

Miben van szerepe?

- a sejthártyák felépítésében
- zsírok szervezeten belüli szállításában
- prosztaglandinok (fontos hormonszerű vegyületek) előállításában
- érlemeszesedés megelőzése, visszafejlődése, mivel az omega-3 zsírsavak gátolják az érfalak megvastagodását, fogyasztásuk növeli az érfalak tágulékonytágát
- szív és keringésrendszeri megbetegedések ellen véd, csökken a vérrög képződés kockázata, javul a vérátáramlás a kiserekekben, a koleszterinszint csökken
- a pikkelysömör tünetei enyhülnek
- a szem és az agy fejlődéséhez is nélkülözhetetlen
- kismamák étrendjéhez elengedhetetlen,
- magas vérnyomás esetén, szélütés esetén, asztmában és daganatos megbetegedések esetén, illetve migrénes fejfájásban.
- daganatos betegségek megelőzésében

Javasolt napi adagja 0,5-1 g.

Korall kalcium

Soha nem lesz képes egyetlen tudós vagy orvos sem arra, hogy olyan étrend-kiegészítőt készítsen, amely minden ásványi anyagot és nyomelemet a megfelelő formában, és arányban tartalmazna, és amely a megfelelő módon épülne be a szervezetbe. Ezért keltett fokozott érdeklődést a korallból származó kalcium. A Sango korallból származó kalcium kémiai elemzése azt mutatta, hogy az majdnem azonos az emberi csontban található kalciummal.

A legtöbb ember meglepődik, ha megtudja, hogy a korall az ionokat egy bizonyos algával való szimbiózis révén veszi fel. Ez a mikroalga a korall vázában él, így lehetséges, hogy a korall az alga révén felvegye a szükséges tápanyagokat. Ez teszi a korallt a természetes ásványi anyagok forrásává.

Összetevőinek hatása:

1. A szervezet számára szükséges kalcium bevitel

A kalcium a csont felépítéséhez elengedhetetlen, továbbá szükséges az idegingerület átvitelhez, az izom-összehúzódáshoz és a véralvadáshoz. A fiatal felnőttek csontjaiban a kalcium beépülése és kiválasztódása egyensúlyban van. A csonttritkulás vagy csontlágylás esetén ez az egyensúly felborul, a csontokba kevesebb kalcium épül be, mint amennyi onnan kiválasztódik. A csontok állománya ritkábbá, „könnyebbé” válik és ennek következtében szerkezetük meggyengül, hajlamosabbak a törésre.

A nőknek általában nagyobb mennyiségű kalcium felvételére van szükségük, mint a férfiaknak. A változás kora után a nőknek csökken az ösztrogén szintjük, és ezzel csökken a

kalcium szintjük is. Fontos a kalciumban és D vitaminban gazdag táplálkozás, mert a D vitamin szerepet játszik a kalcium felszívódásában és hasznosításában.

A testünkben található teljes kalcium mennyiségnek kb. 99%-át a fogaink és a csontjaink tárolják, 1%-a pedig a vérben és egyéb szövetekben található. A korallkalcium egy természetes kalcium, amely tökéletesen alkalmas a szervezet kalcium szükségleteinek kielégítésére, pótlására.

2. A szervezet pH-jának fenntartása

Megemeli a sejteken kívül lévő folyadék pH-ját (hidrogén ion koncentrációját), ez lúgos környezetet teremt. A lúgos környezet az egyik legfőbb megakadályozója a szövetsérüléseknek, az öregedésnek és a szervi megbetegedésnek. A vér pH értéke egészséges állapotban 7.4. (0 savas , 7 semleges , 14 lúgos pH-t jelent); 7.2 alatti pH általában halálhoz vezet.

A szervezetünkben található néhány enzimnek (pl. a karbonhidráz) optimális működéséhez lúgos kémhatásra van szükség. Ennek hiányában a vér nagyon savassá válna, és képtelen lenne az oxigén szállítására.

3. antioxidáns

A szabad gyökök semlegesítésében játszanak szerepet, ezáltal lassulnak a szervezetben az öregedési folyamatok és csökken a daganatos betegségek száma.

AKTÍV STABIL OXIGÉN

Az oxigén lételeme az életnek.

Egyedi készítmény = aktív oxigén sóoldatban. Rövidítése: ASO.

Természetes termék, amely bio-oxigént tartalmaz.

Az ASO a világ legjobb stabilizált oxigént pótló készítménye.

A kémiai összetevői:

- desztillált víz
- sóoldat /tengeri sóból/
- bio-oxigén
- ásványi anyagok
- nyomelemek.

Olyan élelmiszer, amely stabilizált oxigént tartalmaz:

A: oldott oxigén molekulákat / O_2 , O_3 /

B, bio-oxigén molekulák sókhoz kötve elektron-kötéssel / Mg, K, Na, stb./

Az ASO-nak kifejezett antimikrobiális hatása van, természetesen a mennyisége, koncentrációja és az idő függvényében!

Gátolja a mikrobák növekedését ill. csökkenti a csíraszámukat!

Anaerob kórokozókra hat : baktériumok, vírusok, gombák / élesztő-, penész-, paraziták

Oxigéndús környezetben a mikrobák elektront adnak le és elpusztulnak!

A fvs-ek hidrogén-peroxidot / H_2O_2 / képeznek vízből és oxigénből.

Ez az „elsődleges védelmi vonal” az immunrendszerünk működésében.

Ha a vérben csökkent az oxigén mennyisége, az csökkenti ezen elsődleges védelmi vonal mechanizmus hatékonyságát. Az ASO biztonságosan növeli a felhasználható oxigén mennyiségét a véráramban.

Felhasználási területek	Adagolás
Egészség megőrzéshez, preventatív céllal	1-3 x 15 csepp 2 dl tiszta vízben
Anginas rohamokra	3 x 20 csepp 2 dl tiszta vízben
Asztma és emfizéma esetén	
Hörgőgyulladás vagy dohányzás esetén	
Orr melléküreg gyulladás esetén	
Alzheimer-kór esetén	
Keringési zavarok enyhítésére	
Candida albicans fertőzés esetén	
Fejfájásra	
Csökkenő energia szint emelésére	
Fertőző betegségek esetén	
Atlétáknak edzéshez	3 x 20 - 30 csepp 2 dl tiszta vízben
Száj és toroköblítésre	10 csepp 1 dl tiszta vízben gargalizálásra
Fogszuvasodásra, ínybetegségekre	2-3 csepp a fogkefére
Zöldség, gyümölcs tartósításra	15 csepp 1 l vízben, rápermetezve
Víz tisztításhoz	5 csepp 1 l vízhez

További alkalmazási területek:

- **Lázcsillapítás** – gyorsítja a testhőmérséklet csökkenését
- **Roszsullét** /szív-, és felső légúti panaszok esetén gyors közérzetjavulást eredményez
- Komoly **szívpanaszok** /angina pectoris, szívinfarktusz gyanú esetén életmentő lehet /20-50 csepp adandó!/
- **Aszthmás** panaszok, roham esetén gyors javulást biztosít
- **Égési sérülések** – azonnali fájdalom csillapítás, gyors és tökéletes gyógyulás – permetflakonba tenni vízzel keverve
- **Vágott, szúrt sebek**, hegek esetén 15 perc után már szép javulást eredményez
- **Idős betegeknek** /szív-, és légzőszervi panaszok esetén
- **Fizikai megterhelés** /hegymászás, túra, utazás, sport/ esetén növeli a fizikai állóképességet, teljesítőképességet, javítja a kondíciót
- **ránctalanítás**

Összetevők	milligramm	Nyomokban tartalmaz
Klorid (Cl)	98,7	Kalcium (Ca)
Nátrium (Na)	41,6	Réz (Cu)
Szén (C)	2,41	Lítium (Li)

Jód (I)	0,72	Vas (Fe)
Kálium (K)	0,25	Szelén (Se)
Magnézium (Mg)	0,18	Kén (S)
Foszfor (P)	0,17	Szilícium (Si)
		Kobalt (Co)
		Cink (Zn)



NONI

Kedvező hatásai:

- Immunrendszer erősítése
- Asztmás betegek panaszainak csökkentése
- Magas vérnyomás csökkentése: scopoletin
- Alvás, testhőmérséklet, hangulat, a peteérés ciklusának szabályozása- tobozmirigy: szerotonin, melatonin
- Megkönnyíti a különböző káros szenvedélyekről való lemondás
- Koleszterinszint csökkentő
- Cukorbetegség kezelése
- Gyomorfekély
- Antibakteriális hatás: antrakionok
- Serkenti az emésztési folyamatok intenzitását
- A szervezet öngyógyító mechanizmusát katalizálja

GANODERMA KÁVÉ ITALKÜLÖNLEGESSÉGEK

A ganoderma gomba javítja a szervezet általános állapotát, serkenti a szervezet természetes öngyógyító folyamatait, ezáltal karbantartja a testet, és hosszabb életet biztosít. A 4000 éve ismert Ganoderma lucidum - a maga több, mint 200 aktív hatóanyagával - olyan mértékben erősíti az immunrendszerünket, hogy az képessé válik kijavítani az elváltozásokat.

Alkotóelemei:

1. Szerves germánium (Ge): akár másfélszeresére növeli a vér oxigénfelvevő képességét; javíthatja az emésztést; megelőzheti a szövetek elhalását. Dr. Kazuhiko Asai kutatásai szerint a ganoderma 800-2000 milliomodrészben tartalmaz germániumot. Ez négyszer annyit, mint amennyi a ginsengben található.
2. Poliszacharidok: erősíthetik a szervezet immunrendszerét, megölik a vírusokat. Japán gyógyszeripari vállalatok gyógyászati alkalmazáshoz megfelelően finomították, és a Koseisho Egészségügyi Részlege Japánban támogatott gyógyszernek nyilvánította.

A Ganoderma „adaptogen”. Különösen hangozhat, hogy a Ganoderma kétirányú hatással rendelkezik - például emelheti és csökkentheti is a vérnyomást -, harmonizálja a szervezet funkcióit, ebben rejlik pozitív hatása:

- Csökkenti a vérben a koleszterin és a szabad zsírok mennyiségét.
- Csökkenti a vércukorszintet; visszaállítja a hasnyálmirigy működését.
- Csökkenti a vérben található lipidek számát és stabilizálja a vörösvérsejtek membránjait.
- Mivel a ganoderma adenozint tartalmaz, csökkentheti a vérlemezék felhalmozódását, bomlasztja a trombinokat, és megakadályozza a trombózist.
- Javítja a mellékvesekéreg működését az endokrin-egyensúly fenntartása érdekében.
- Fokozza a szervezet természetes öngyógyító képességét, és lehetővé teszi, hogy a szervezet erős immunrendszert alakítson ki.
- Megakadályozza a szövetsejtek elhalását.
- Megakadályozza a szenilitást a szervezet fiatalosan tartásával.
- Csökkenti a túlérzékenység elleni szerek mellékhatásait.
- Megakadályozza a szervek degenerációját.
- Megakadályozza az antigének által okozott allergia kialakulását, mivel gátolja a hízósejtek hisztamin-kibocsátását.
- Megelőzi és kezeli a rák kialakulását és blokkolja a rákos sejtek anyagcseréjét, csökkenti a fájdalmat.

Mitől lúgosító ez a kávé?

A gomba semlegesíti a kávé természetes csersavtartalmát, így ez a kávé nem savasít, hanem lúgosít. A mai kor emberére a túlsavasodás jellemző, mely táptalaja a ma népbetegségeknek számító csontritkulásnak, ráknak, de további kellemetlen tüneteket is okozhat, mint például levertségérzetet, izom- és ízületi bántalmakat, depressziót.

A Ganoderma kávé fogyasztása hozzájárul a szervezet sav-bázis egyensúlyának helyreállításához és fenntartásához. A hosszabban tartó élénkségérzet pedig a Ganodermatól származik és nem elsősorban koffeintől.