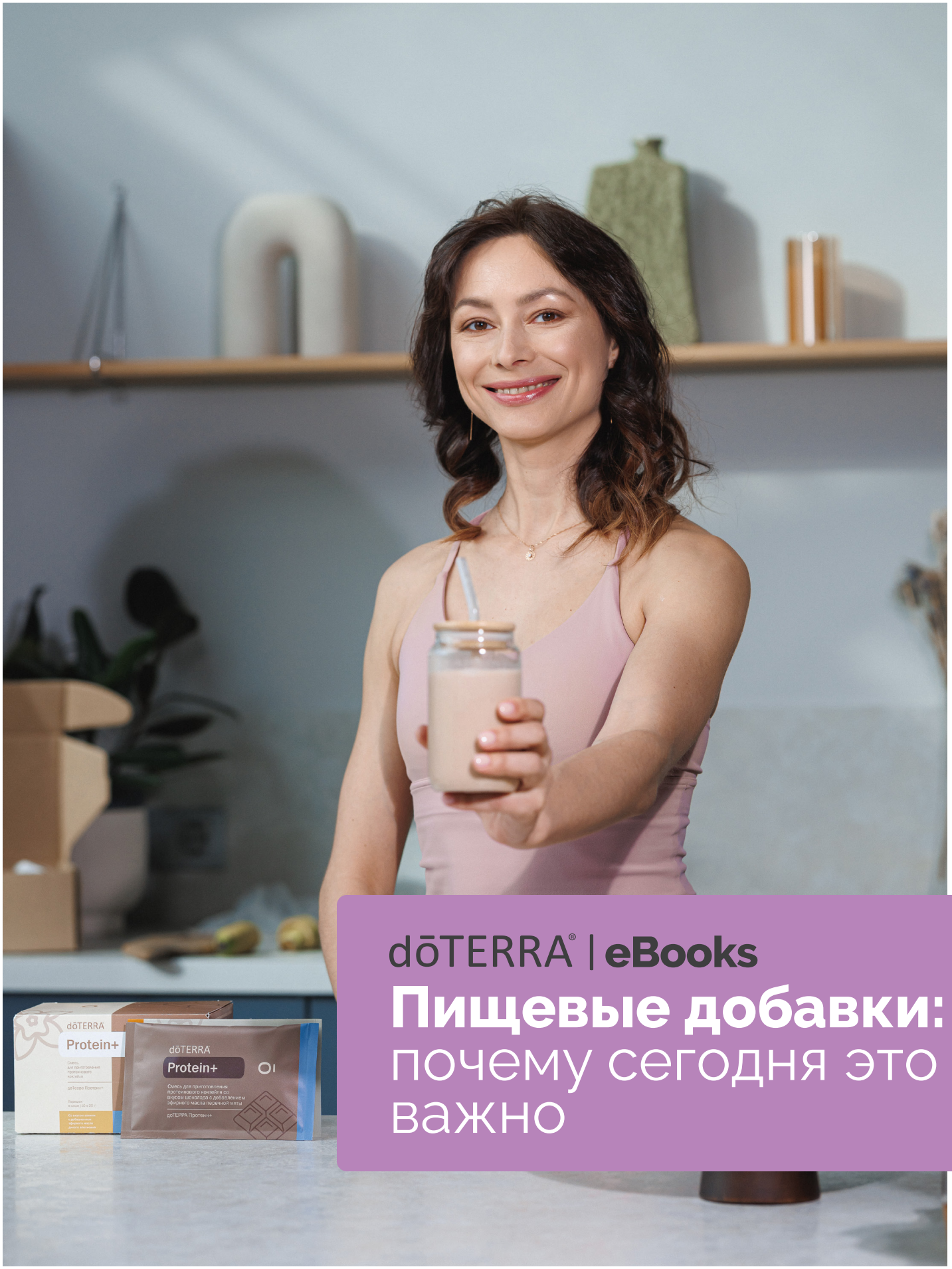

dōTERRA® | **eBooks**

Пищевые добавки: почему сегодня это важно

Почему важно принимать пищевые добавки?

Питание является той сферой жизни, которая хорошо поддается контролю. Питанием возможно управлять так, чтобы оно помогало вам хорошо себя чувствовать в течение всей жизни.

Современный рацион характеризуется высоким потреблением мясных полуфабрикатов, готовых блюд и продуктов высокой степени переработки, продуктов из очищенных злаков, продуктов с высоким содержанием фруктозы и напитков с высоким содержанием сахара.

Статистические отчеты представляют шокирующую картину проблем со здоровьем, связанных с питанием. Сегодня у людей достаточно еды, но нет питания. Невзирая на все усилия, которые вы прикладываете к тому, чтобы обеспечить себе полноценный рацион, большинство современных продуктов не содержат необходимые количества питательных веществ, а это, как показали исследования, может оказать существенное влияние на ваше здоровье.

Конечно лучшим решением для получения полноценного питания является изменение пищевых привычек, но об этом легче сказать, чем сделать. В довершение недавние исследования показали, что из-за современных методов ведения сельского хозяйства и обеднения почвы полезные цельные продукты становятся менее питательными, а это означает, что даже самые тщательно спланированные рационы не смогут закрыть все потребности организма в питательных веществах.

Пищевые добавки (БАДы или сапплементы) — это удобный способ получить необходимые питательные вещества, которые комплексно поддержат здоровье всего организма.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

dōTERRA создает для вас добавки с чистейшими эфирными маслами

Тщательное тестирование и научные исследования. Взгляд изнутри

Мы в dōTERRA верим, что здоровый образ жизни начинается с полноценного питания, поэтому мы создаем пищевые добавки, которым вы можете доверить такое важное дело, как снабжение организма необходимыми нутриентами. Мы внедрили собственные строжайшие стандарты и тщательно следим за их соблюдением в процессе создания и производства наших пищевых добавок, гарантируя чистоту, действенность и эффективность каждого продукта.

Что позволяет dōTERRA создавать чистые пищевые добавки?

Стандарты dōTERRA превышают отраслевые требования

В США нормативы отрасли пищевых добавок зачастую минимальны, но внутренние стандарты dōTERRA превосходят официальные требования. Это свидетельствует о нашем стремлении предлагать такие эфирные масла и пищевые добавки, в безопасности, чистоте и эффективности которых вы можете быть уверены.

Сила знания

Мы верим, что знания делают наших покупателей сильнее. Рассказывая о местах производства и методах создания наших масел, о тестировании продукции, мы стремимся дать знания и уверенность в подборе продуктов для здоровья и благополучия.

Стремление к чистоте и эффективности

Наше стремление к созданию продуктов высочайшего качества не знает границ. Мы тщательно и многократно тестируем наши эфирные масла и добавки, чтобы убедиться, что они соответствуют нашим строгим стандартам. Неустанное стремление к чистоте и эффективности означает, что вы можете быть уверены в пищевых добавках, которые выбираете для себя и своих близких.

«Обосновано наукой, рождено природой, проверено тестированием» — именно этими принципами мы руководствуемся при создании наших пищевых добавок. Мы преданы идее поставлять продукты, которые поддержат вас на каждом этапе вашего пути к здоровью.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Какое решение вы ищете?

Основа здоровья 5
Долгая и активная жизнь 8
Метаболическое здоровье 13
Здоровье пищеварительной системы 18
Здоровые мышцы, связки и кости 25
Клеточное здоровье 28
Здоровый сон 31
Информированная забота о здоровье 33

Пищевые добавки замечательны тем, что один и тот же продукт может быть полезным для решения десятков задач. В этой книге вы увидите, что одна и та же пищевая добавка может быть упомянута в нескольких разделах. Дело в том, что каждый продукт может применяться для разных целей, и наш список не полный: во время приема вы обнаружите, что пищевые добавки dōTERRA могут помочь вам решить гораздо больше задач, чем те, которые мы перечислили в книге. Мы надеемся, что вы получите максимальную пользу от своих добавок и на себе испытаете их эффективность.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: Основа здоровья

В dōTERRA мы верим в основу здоровья. Идея заключается в том, что если вы заложите прочный фундамент из простых и полезных привычек, то каждый следующий шаг в сторону здоровья, который вы сделаете, будет более эффективным.

Представьте, что вы строите дом. Прежде чем возводить стены, крышу и расставлять мебель, вам понадобится поставить прочный фундамент. По такому же принципу работает наше здоровье. Обеспечив фундамент —полноценное питание, сохранение активности и осознанный выбор образа жизни — вы создаете условия для того, чтобы ваш организм функционировал наилучшим образом.

После того, как вы выстроили основу из базовых здоровых привычек, внедрение других полезных для здоровья практик (например, прием пищевых добавок или использование эфирных масел) будет намного эффективнее. Когда ваше тело получает все необходимые питательные вещества, и вы поддерживаете его здоровым образом жизни, оно сможет получить максимум пользы из дополнительных инструментов поддержания здоровья, которые вы добавите.

Система основа здоровья обеспечивает прочную устойчивую почву для каждого вашего шага к улучшению здоровья и приведет вас к более яркой и сбалансированной жизни.

Более десяти лет назад мы предложили клиентам нашу систему Lifelong Vitality (LLV) — решение dōTERRA для поддержания хорошего самочувствия. На основе опыта dōTERRA Lifelong Vitality продукты нового поколения, разработанные для удовлетворения растущих потребностей современного человека. Независимо от того, какой продукт вы выберете, вы можете быть уверены, что получаете оптимальное количество необходимых витаминов и минералов, поступающих в ваш организм.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: долгая и активная жизнь

dōTERRA Lifelong Vitality Pack

Начинаете ли вы ощущать возраст или просто хотите вести более здоровый образ жизни, dōTERRA Lifelong Vitality (ЛЛВ) создан для того, чтобы вы могли поддерживать здоровье вашего тела, оптимальный уровень энергии и долголетие.

В состав этого комплекса входят Alpha CRS+, Microplex VMz и xEO Mega, и это одни из наших самых популярных продуктов. Вы можете принимать любую из этих пищевых добавок по отдельности, но мы рекомендуем использовать их вместе. В совокупности все три добавки обеспечивают антиоксидантный эффект, сравнимый с тем, который вы получили бы из 12 или более порций фруктов и овощей.

Alpha CRS+

Alpha CRS+ борется со свободными радикалами и поддерживает клеточное здоровье. Его называют комплексом для поддержания клеточной энергии и долголетия. Alpha означает «первый», CRS — это аббревиатура от cellular renewal system, «системы клеточного обновления», а знак «плюс» подчеркивает усовершенствования, внесенные в первоначальную формулу продукта.

В состав комплекса входят такие питательные вещества, как коэнзим Q10 и ацетил-L-карнитин, которые поддерживают клеточный метаболизм и дают вам больше энергии. Антиоксиданты, такие как кверцетин и альфа-липоевая кислота, помогают бороться с окислительным стрессом и преждевременным старением, а экстракт растения Гинкго Билоба помогает поддерживать ясность и энергию ума.

Основные преимущества

- Поддерживает здоровую работу клеток, снижая окислительный стресс ДНК и других важных клеточных структур.
- Поддерживает здоровую реакцию клеток на окислительный стресс.
- Поддерживает клеточную энергию, помогая здоровым митохондриям и обеспечивая метаболические факторы для производства энергии.
- Поддерживает здоровую иммунную функцию клеток.
- Поддерживает ясность ума и работу мозга.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по одной капсуле в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Беременным и кормящим женщинам, а также людям, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться с лечащим врачом перед использованием.

Не используйте, если защитная пленка сломана или отсутствует. Храните в темном, прохладном, сухом месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

xEO Mega

xEO Mega позаботится об остальных ваших потребностях в питательных веществах с помощью омега-3 жирных кислот (известным как незаменимые жирные кислоты), эфирным маслам и жирорастворимым витаминам A, D и E. Буква x означает «астаксантин» (стандартизированный экстракт микроводорослей), EO (essential oil) — «эфирное масло», а Mega — полезные омега-кислоты, содержащиеся в этом комплексе.

Жирные кислоты поддерживают здоровье суставов, кожи, сердечно-сосудистой системы и мозга. Лучшими источниками омега-3 являются жирная рыба и морские водоросли, которые не часто встречаются в большинстве рационов и к тому же могут быть дорогими.

Дневная порция рыбьего жира молекулярной фильтрации в составе xEO Mega содержит 300 мг ЭПК (эйкозапентаеновой кислоты) и 300 мг ДГК (докозагексаеновой кислоты), а также 65 мг других омега-3 жирных кислот. Ahiflower (цветная капуста) и гранат содержат другие уникальные жирные кислоты.

В состав xEO Mega также входят эфирные масла гвоздики, ладана, тимьяна, тмина, кумина, дикого апельсина, перечной мяты, имбиря, и голубой (немецкой) ромашки.

Основные преимущества

- Поддерживает здоровье сердца и системы кровообращения.
- Поддерживает здоровую работу суставов и комфортное движение.
- Обеспечивает питательными веществами, поддерживающими иммунитет.
- Защищает от окисления липидов и поддерживает здоровую работу центральной и периферической нервных систем.
- Поддерживает здоровье кожи.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по одной капсуле 2 раза в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Беременным и кормящим женщинам, а также людям, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться с лечащим врачом перед использованием.

Не используйте, если защитная мембрана повреждена или отсутствует. Храните в темном, прохладном, сухом месте. Солнечный свет и другие источники света могут окислять каротиноиды при неправильном хранении.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Microplex VMz

Microplex VMz поддерживает здоровый метаболизм, пищеварение, иммунную функцию и клеточную энергию. Этот натуральный комплекс дополнит ваш рацион биодоступными витаминами, минералами и микроэлементами, включая витамины A, C, E, B и D, а также кальций, магний и цинк.

«Микроплекс» — это сокращение слов «микроэлемент» и «комплекс», VM означает «витамины» и «минералы», а буква Z обозначает усовершенствования, сделанные в этой новой версии продукта.

Витамины и минералы из пищевых добавок могут быть трудноусвояемыми для вашего организма. Чтобы этого не произошло и пищеварительная система организма смогла распознать и усвоить питательные вещества. В Microplex VMz мы используем свойства гликопротеиновой матрицы для доставки витаминов и минералы в хелатной форме (это означает, что минерал связан с аминокислотой).

Основные преимущества

- Содержит 22 основных витамина и минерала, необходимых для нормального роста, функционирования и поддержания здоровья клеток.
- Борется со свободными радикалами благодаря витаминам-антиоксидантам A, C и E.
- Поддерживает здоровый метаболизм и энергию клеток.
- Поддерживает здоровье костей благодаря кальцию, магнию, цинку и витамину D.
- Поддерживает здоровую иммунную функцию.
- Поддерживает здоровое пищеварение.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по одной капсуле 3 раза в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Беременным и кормящим женщинам, а также людям, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться с лечащим врачом перед использованием. Не используйте, если защитная мембрана повреждена или отсутствует. Храните в темном, прохладном, сухом месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: метаболическое здоровье

Метаболическая система MetaPWR

Синергия продуктов метаболической системы MetaPWR поддерживает здоровый метаболизм, помогает справляться с несвоевременным желанием поесть, поддерживает нормальный уровень сахара и инсулиновый ответ в течение дня и естественным образом повышает энергию клеток. Продукты системы MetaPWR помогут вам вести более здоровый образ жизни, чувствовать себя прекрасно и выглядеть моложе своих лет.

Смесь эфирных масел для поддержания обмена веществ MetaPWR

Смесь эфирных масел для поддержания обмена веществл MetaPWR — это сбалансированная комбинация чистых эфирных масел грейпфрута, лимона, мяты перечной, имбиря и корицы.

При приеме внутрь смесь эфирных масел MetaPWR может стать важной частью здорового образа жизни и поддержания здорового метаболизма. MetaPWR помогает вести здоровый образ жизни, в центре которого стоят оптимальный уровень энергии и жизненной силы, поддержка здорового метаболизма и контроль веса, чтобы продлить долголетие.

Основные преимущества

- При приеме внутрь может поддерживать нормальный обмен веществ.
- При приеме внутрь может уменьшать размер жировых клеток.
- Помогает обуздать несвоевременное чувство голода и поддерживать осознанность при приеме пищи.
- Может улучшить результаты физической активности.

Рекомендации по применению

Ароматическое: добавьте несколько капель в ваш диффузор.

Внутреннее: чтобы уменьшить чувство голода взрослыемогут принимать внутрь до 4-х капель смеси MetaPWR в 250 мл воды.

Наружное: нанесите 1–2 капли на кожу. Для чувствительной кожи смешайте с базовым маслом перед нанесением.

Меры предосторожности

Возможна кожная реакция. Храните в недоступном для детей месте. Беременным и кормящим женщинам, а также людям, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться с лечащим врачом перед использованием.

Не используйте, если защитная мембрана повреждена или отсутствует. Храните в темном, прохладном, сухом месте.

После нанесения масла избегайте солнечного света и ультрафиолетовых лучей в течение как минимум 12 часов.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Капсулы MetaPWR

Мягкие капсулы из тапиоки, которые легко проглатывать, содержат метаболическую смесь эфирных масел MetaPWR.

Основные преимущества

- Могут уменьшить несвоевременное желание поесть, помочь придерживаться осознанного питания и повысить результаты физической активности.
- Согласно исследованиям, могут поддерживать здоровый жировой обмен.
- Согласно исследованиям, могут поддерживать здоровье и защиту клеток и тканей.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1-3 капсуле в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью, страдаете сахарным диабетом или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Храните в сухом прохладном месте.

Гранулы MetaPWR

Гранулы MetaPWR — это простой и удобный способ включить метаболическую смесь эфирных масел MetaPWR в свой режим питания и тренировок. Удобная баночка с гранулами прекрасно помещается в сумку, портфель, рюкзак или ящик рабочего стола, так что вы можете контролировать аппетит и поддерживать осознанное питание в любое время и в любом месте.

Основные преимущества

- Удобство приема метаболической смеси эфирных масел MetaPWR.
- Помогает поддерживать метаболическое здоровье и функции.
- Помогает справляться с несвоевременным желанием поесть.
- Способствует осознанному питанию и контролю аппетита.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1 капсуле в день во время еды. Гранулы лучше разжевать. Хранить в прохладном сухом месте.

Меры предосторожности

Если вам еще не исполнилось 18 лет, вы беременны, кормите грудью, наблюдаетесь у врача или собираетесь начать заниматься физическими упражнениями или приступать к программе поддержания метаболизма, проконсультируйтесь с врачом перед применением продукта.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

MetaPWR Assist

Комплекс MetaPWR Assist может дополнить вашу программу поддержания здорового метаболизма, если принимать его перед самым большим за день приемом пищи, содержащей много углеводов. Каждая капсула содержит стандартизированный экстракт листьев шелковицы, порошок коры корицы и метаболическую смесь эфирных масел MetaPWR.

MetaPWR Assist максимизирует содержание активного компонента экстракта листьев шелковицы — 1-дезоксиноджиримицина (DNJ) — который помогает регулировать и стабилизировать уровень глюкозы в крови после приема пищи, снижает усвоение углеводов и сахара и поддерживает здоровый липидный обмен.

Основные преимущества

- Может способствовать более медленному и равномерному высвобождению глюкозы, что может помочь снижению уровня глюкозы в крови после приема пищи.
- Может снижать всасывание простых углеводов и сахара.
- Может поддерживать нормальный метаболический профиль.
- Может способствовать нормальному метаболизму жиров.

Рекомендации по применению

Взрослые могут принимать по одной капсуле в день за 15–30 минут до основного приема пищи, запивая не менее чем 240 мл воды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью, страдаете диабетом или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Храните в сухом прохладном месте.

Совет

Знаете ли вы, что MetaPWR Assist хорошо сочетается с dōTERRA PB Restore?

Дело в том, что полезная для нашего кишечника микрофлора, которая входит в состав dōTERRA PB Restore, питается нерастворимыми пищевыми волокнами. MetaPWR Assist снижает активность ферментов, которые расщепляют углеводы, и в результате легкоусвояемые углеводы нашей пищи становятся более похожими на неперевариваемые пищевые волокна. Так MetaPWR Assist помогает создавать питание для пробиотиков dōTERRA PB Restore, помогая этим полезным симбионтным бактериям заселять наш кишечник и процветать, выполняя свою важную роль в организме человека.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage содержит девять типов трипептидов коллагена. Согласно исследованиям эти виды коллагена помогают коже поддерживать увлажнение, плотность и упругость, чем улучшают ее внешний вид и делают морщины менее заметными.

Основные преимущества

- Может поддерживать интенсивную метаболическую активность, способствуя омоложению клеток и улучшению функционирования органов.
- Содержит девять типов трипептидов коллагена, которые, как показали исследования, улучшают внешний вид кожи, увеличивая ее плотность, упругость, делая морщины менее заметнымии улучшая увлажнение.
- Содержит витамин С —важный кофактор биосинтеза коллагена.
- Содержит ингредиенты, способствующие укреплению митохондрий, кровеносной и нервной систем.
- Поддерживает здоровую функцию костей.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по одному пакетику в день. Растворите содержимое одного пакетика в 150-250 мл воды комнатной температуры или холодной. Тщательно размешайте перед употреблением.

Меры предосторожности

Этот продукт следует использовать только в качестве пищевой добавки. Не используйте его для снижения веса. Проконсультируйтесь с врачом перед использованием, если вы беременны или кормите грудью, имеете какие-либо заболевания, находитесь под наблюдением врача или принимаете какие-либо лекарства. Храните в недоступном для детей сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: здоровое пищеварение

У doTERRA есть несколько пищевых добавок, помогающих пищеварительной системе, здоровье которой является основой общего здоровья. К сожалению, сегодня многие сталкиваются с проблемами пищеварения. Продукты dōTERRA помогают поддерживать разные органы пищеварительной системы так, чтобы они работали наилучшим образом.

GX Assist

GX Assist — это натуральный способ очищения организма с использованием каприловой кислоты и эфирных масел. Эти ингредиенты создают неблагоприятную среду для потенциальных угроз, вызывающих проблемы с пищеварением.

Основные преимущества

- Первый шаг в программе поддержания естественного здоровья пищеварительной системы с помощью эфирных масел
- Помогает поддерживать здоровую среду в желудочно-кишечном тракте*
- Уникальная смесь сертифицированных чистых эфирных масел и каприловой кислоты, поддерживающая естественный процесс очищения и здоровье пищеварительной системы.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1 капсуле в день во время еды. Не принимайте одновременно с doTERRA PB Restore.

Меры предосторожности

Хранить в недоступном для детей месте. Перед применением беременным или кормящим грудью женщинам и лицам, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться со специалистом. Не использовать, если защитное кольцо сломано или отсутствует.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Комплекс dōTERRA PB Restore ProBiome

Комплекс dōTERRA PB Restore ProBiome разработан для поддержки микробиома всего организма. В одной маленькой двухкамерной капсуле находятся 30 биологически активных компонентов: пре-, про- и постбиотиков и бактериофагов.

Основные преимущества

- Поддерживает здоровье пищеварительной системы и целостность кишечного барьера.
- Способствует выработке микронутриентов.
- Может поддерживать здоровье кожи, дыхательной и иммунной систем, а также здоровый иммунный ответ.
- Содержит уникальную формулу из 30 полезных пре-, про- и постбиотиков и бактериофагов, которые помогают восстановить баланс и разнообразие микрофлоры для оптимального здоровья микробиома.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать до еды по одной капсуле в день, запивая водой. Не принимайте перед едой или напитками, температура которых выше, чем температура тела. Возможно в начале приема PB Restore вы заметите временные изменения работы пищеварения и кишечника — это нормально. Эти реакции показывают, что dōTERRA PB Restore действует и ваш организм адаптируется к нему. Большинство неприятных ощущений, которые вы можете почувствовать, пройдут в течение первых двух недель.

Совет

Подумайте о том, чтобы принимать dōTERRA PB Restore с MetaPWR Assist. Эти два комплекса работают в тандеме, помогая вам получить максимум от каждого из них. MetaPWR Assist снижает активность ферментов, расщепляющих углеводы, тем самым делая легкоусвояемые углеводы нашей еды более похожими на неперевариваемые пищевые волокна.

Таким образом MetaPWR Assist помогает создавать питание для пробиотиков dōTERRA PB Restore, помогая полезным бактериям заселять кишечник и продолжать размножаться, выполняя свою важную симбиотическую роль с нами, их хозяевами. (см. стр. 10).

Меры предосторожности

Вскрытую баночку храните в холодильнике. Храните в недоступном для детей месте. Проконсультируйтесь с врачом перед использованием, если вы беременны или кормите грудью, имеете какие-либо заболевания или находитесь под наблюдением врача.
Не использовать, если защитная мембрана сломана или отсутствует.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Fiber+ Пребиотические волокна с добавлением эфирного масла лимона

Уникальный пребиотический комплекс Fiber+, учитывающий особенности и потребности микробиома жителей Евразии, не только питает полезную микрофлору кишечника, которая влияет на пищеварение, иммунитет, настроение и способность справляться со стрессом. Масло лимона стандарта CPTG оказывает мягкое детокс действие на организм, а также поддерживает функции печени и почек. В Fiber+ содержатся растворимые пищевые волокна из камеди акации, цикория и мякоти плодов баобаба, необходимые для поддержания метаболических процессов в организме. Одна порция Fiber+ содержит 3 грамма растворимых пищевых волокон для питания полезной микрофлоры и поддержки иммунитета. Одно саше Fiber+ закрывает суточную потребность в растворимых пищевых волокнах.

Основные преимущества

- Порция Fiber+ содержит 3 грамма растворимых пищевых волокон для питания полезной микрофлоры и поддержки иммунитета
- Помогает поддерживать уровень сахара в крови
- Эфирное масло лимона стандарта CPTG окажет мягкое детокс действие на организм
- Натуральный витамин С дает организму необходимую антиоксидантную поддержку
- Без ГМО, глютена
- Без добавления искусственных ароматизаторов и подсластителей
- Подходит для веганов

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1-2 саше во время еды, один раз в день. Перед употреблением рекомендуется растворить саше в 200 мл воды комнатной температуры или другом напитке.

Меры предосторожности

Если вы моложе 18 лет, беременны, кормите грудью или находитесь под наблюдением врача, а также планируете начать программу упражнений или процедур для нормализации обмена веществ, перед применением проконсультируйтесь с врачом.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Капсулы мяты перечной

Чистое эфирное масло мяты перечной в виде капсул с кишечнорастворимой оболочкой облегчает пищеварение в тонком кишечнике и поддерживает общее состояние пищеварительной системы, которое, в конечном итоге, поддерживает хорошее самочувствие всего организма.

Исследования показали, что при приеме внутрь эфирное масло мяты перечной помогает расслабить мышцы желудочно-кишечного тракта.

Капсулы поддерживают здоровую пищеварительную функцию и помогают снизить желудочный дискомфорт, и в целом поддержать нормальные процессы пищеварения. Кишечнорастворимая оболочка позволяет активным веществам пройти через желудок в неповрежденном виде и достичь тонкого кишечника, где они действуют наиболее эффективно.

Основные преимущества

- Обеспечивают комфортную работу желудочно-кишечного тракта.
- Поддерживают здоровую пищеварительную функцию и помогают снизить желудочный дискомфорт.
- Поддерживают здоровое пищеварение в тонком кишечнике.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1 капсуле в день.
Для достижения наилучших результатов принимайте за 30–60 минут до еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте.
Проконсультируйтесь с врачом перед использованием, если вы беременны или кормите грудью, имеете какие-либо заболевания или находитесь под наблюдением врача.

Не используйте, если защитная мембрана повреждена или отсутствует. Храните в сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: мышцы, суставы и кости

Кости, мышцы и суставы вместе с сухожилиями, связками и хрящами образуют костно-мышечную систему. Кости служат структурным компонентом, который защищает ваши внутренние органы, а мышцы и суставы обеспечивают возможность движения.

Полифенольный комплекс Deep Blue

Полифенольный комплекс Deep Blue сочетает в себе полифенольные экстракты ладана, куркумы, зеленого чая, имбиря, граната и виноградных косточек. Он разработан для того, чтобы поддерживать костно-мышечную систему, смягчая эпизодические неприятные ощущения и дискомфорт.

Полифенолы являются природными водорастворимыми антиоксидантами и находятся в различных пищевых продуктах. Полифенолы, входящие в состав комплекса Deep Blue получены из зеленого чая, красного вина и соков винограда и граната.

Основные преимущества

- Содержит экстракт ладана, который помогает поддерживать комфорт и функционирование мышц и суставов.
- Помогает смягчить мышечный дискомфорт.
- Содержит поддерживающую пищеварение смесь экстрактов мяты, имбиря и тмина.

Рекомендации по применению

Взрослым и детям старше 14 лет принимать одну капсулу в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Проконсультируйтесь с врачом перед использованием, если вы беременны или кормите грудью, имеете какие-либо заболевания или находитесь под наблюдением врача. Храните в сухом прохладном месте. Не используйте, если защитная пленка сломана или отсутствует.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: клеточное здоровье

dōTERRA предлагает несколько специализированных добавок, предназначенных для поддержки ваших клеток. Комплекс DDR Prime, MetaPWR Mito2Max и Deep Blue способствуют здоровой реакции организма на воздействие свободных радикалов и повышают клеточную энергию, являются идеальным дополнением к вашему ежедневному рациону, когда вашим клеткам требуется дополнительная поддержка.

Клеточный комплекс DDR Prime

DDR Prime обеспечивает оптимальную поддержку ваших клеток, антиоксидантную защиту и противодействие свободным радикалам. В его состав входит смесь эфирных масел ладана, литсеи, дикого апельсина, лемонграсса, тимьяна, душистого чабера, гвоздики и ниаули.

Основные преимущества

- Ладан поддерживает нормальную реакцию на свободные радикалы.
- Дикий апельсин поддерживает здоровый клеточный ответ.
- Литсея может поддерживать когнитивные функции.
- Широкий спектр действия тимьяна поддерживает иммунитет и работу клеток.
- Гвоздика обладает мощными антиоксидантными свойствами.
- Душистый чабер способствует здоровой реакции организма на окислительный стресс.
- Ниаули поддерживает клеточный иммунитет.
- Лемонграсс помогает защититься от вредного воздействия окружающей среды.

Рекомендации по применению

Взрослые могут принимать по 1 капсуле в день во время еды.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Храните в сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

MetaPWR Mito2Max

Комплекс для повышения уровня энергии и выносливости MetaPWR Mito2Max — эксклюзивная формула из стандартизированных растительных экстрактов и кофакторов метаболизма, которые поддерживают здоровую выработку клеточной энергии. Исследования показывают, что ингредиенты MetaPWR Mito2Max могут помочь повысить выносливость и снизить утомляемость.

Согласно исследованиям, витаминоподобное соединение пирролохинолинхинон (PQQ), входящее в состав MetaPWR Mito2Max, являясь окислительно-восстановительным агентом в клетках, может поддерживать умственные способности и память, а также митохондриальный биогенез, поддерживая выработку энергии на клеточном уровне.

Согласно новым исследованиям, ацетил-L-карнитин и коэнзим Q10, также входящие в состав MetaPWR Mito2Max, также могут способствовать выработке энергии и поддержанию здоровья митохондрий и сердечно-сосудистой системы.

Растительные капсулы комплекса MetaPWR Mito2Max не содержат вредных стимуляторов, продуктов из молока и пшеницы или каких-либо ингредиентов животного происхождения.

Основные преимущества

- Способствует выработке энергии за счет поддержания здоровой функции митохондрий и метаболизма.
- Снижает утомляемость, повышает физическую активность и работоспособность.
- Поддерживает когнитивные способности, включая память.
- Может действовать как антиоксидант и поддерживать здоровье сердечно-сосудистой системы и кровообращения.
- Может способствовать метаболической адаптации при различных видах деятельности.

Рекомендации по применению

Принимайте по две капсулы в день во время еды. Воздержитесь от употребления комплекса перед сном.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Не используйте, если защитная пленка сломана или отсутствует. Храните в сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Двухкамерные капсулы с куркумой

Этот комплекс соединяет самые полезные компоненты куркумы в биодоступной и удобной для приема внутрь форме.

Наружный слой капсулы содержит эфирное масло куркумы, стандартизированное до 70% турмеронов. Во внутренней камере находится экстракт куркумы с 95%-ной концентрацией куркуминоидов.

Турмероны поддерживают здоровый метаболизм глюкозы и липидов и могут способствовать управлению весом. Куркумин может поддерживать здоровый иммунный ответ и регулировать окислительный стресс, а также способствовать нормальному метаболизму глюкозы и липидов.

Основные преимущества

- Соединение полезных свойств эфирного масла и экстракта куркумы в удобной капсуле.
- Поддерживает здоровый иммунный ответ организма.
- Помогает бороться со свободными радикалами и защищает от окислительного повреждения.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать 1 капсулу в день во время еды для поддержания дневной активности.

Совет

Для поддержания метаболического здоровья принимайте вместе с продуктами метаболической системы MetaPWR (стр. 9).

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Не используйте, если защитная пленка сломана или отсутствует. Храните в сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: здоровый сон

Хороший сон — это один из важнейших элементов здорового образа жизни. Он делает вас более энергичными, помогает вашему мозгу и телу выполнять важные процессы и помогает избежать более серьезных проблем со здоровьем. Недостаток качественного сна может вызывать чувство усталости, снизить концентрацию внимания, затруднить снижение или поддержание веса и ослабить иммунную систему. Качественный ночной сон может улучшить практически все важные аспекты вашей жизни.

Капсулы dōTERRA Serenity

Капсулы для спокойного сна dōTERRA Serenity послужат натуральным средством для поддержания нормального сна (качества сна и т.п.). Так как смесь эфирных масел dōTERRA Serenity не предназначена для внутреннего применения, мы адаптировали её для этих капсул, чтобы их можно было принимать внутрь. Капсулы содержат эфирное масло лаванды, экстракты мелиссы, пассифлоры, ромашки, а также L-теанин и экстракт терпкой вишни. Все эти ингредиенты, работая вместе, создают натуральную формулу, которая способствует качественному сну и хорошему отдыху без ощущения усталости на утро.

Сон влияет на гормональный фон и репродуктивную систему, сердце и систему кровообращения, обмен веществ, эмоциональные реакции, дыхательную и иммунную системы. Недостаточный сон со временем повышает риск возникновения проблем со здоровьем. Исследования показывают, что всего одна ночь с продолжительностью сна 4 часа, на 7% сокращает количество клеток-киллеров — важной линии иммунной защиты организма.

Основные преимущества

- Может поддерживать здоровый режим сна и улучшать его качество.
- Помогает поддерживать нормальную продолжительность сна.
- Способствует расслаблению, облегчая засыпание и поддерживая непрерывность ночного сна.
- Обеспечивает освежающий восстанавливающий сон без чувства разбитости наутро.
- Расслабляет нервную систему.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 2 капсулы в день во второй половине дня.

Меры предосторожности

Хранить в недоступном для детей месте. Перед применением беременным женщинам и лицам, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться со специалистом.
Не использовать, если защитная мембрана повреждена или отсутствует.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Решения: информированная забота о здоровье

По мере того, как вы принимаете на себя всё большую ответственность за свое здоровье, крайне важно понимать, с какими проблемами надо немедленно обращаться к врачу. Если ситуация того требует, к врачу обращаться важно, но некоторые ситуации можно контролировать, особенно если вы проактивны в отношении своего здоровья.

Заботиться о себе, принимать поддерживающие пищевые добавки, следить за состоянием своего тела, держать руку на пульсе — все это можно решить при правильном использовании натуральных продуктов.

Капсулы dōTERRA On Guard+

Вы можете почувствовать, что ваша иммунная система нуждается в дополнительной поддержке. Капсулы с защитной смесью эфирных масел dōTERRA On Guard+ помогут вашей иммунной системе защититься от угроз. В состав капсул входят эфирные масла дикого апельсина, гвоздики, черного перца, коры корицы, эвкалипта, орегано, розмарина и мелиссы.

Основные преимущества

- Смесь может поддерживать здоровую работу иммунной системы.
- Может защищать от угроз для иммунной системы.

Рекомендации по применению

Взрослым принимать по 1 капсуле в день во время еды. Не рекомендуется для регулярного ежедневного применения.

Меры предосторожности

Храните в недоступном для детей месте. Если вы беременны, кормите грудью или находитесь под наблюдением врача, проконсультируйтесь с ним. Храните в сухом прохладном месте.

*Продукт не является лекарственным средством, средством профилактики и диагностики. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Хотите узнать больше о добавках dōTERRA?

dōTERRA Евразия

dōTERRA Казахстан