

Пакет DUOLIFE Метаболизм-холестерин



Пакет DUOLIFE Метаболизм-холестерин – это идеально подобранная композиция продуктов, поддерживающих функционирование организма, адаптированная к суточному ритму.

Холестерин – важное вещество, необходимое для нормального функционирования организма. Он поступает в организм с продуктами питания. Источниками холестерина есть животные жиры, продукты животного происхождения, яйца и молочные продукты. Холестерин является строительным материалом клеточных мембран и участвует в выработке гормонов. Кроме того, он необходим для выработки и усвоения витамина D.

Существует два вида холестерина: ЛПНП («плохой») и ЛПВП («хороший»). Неправильное питание, низкая физическая активность, вредные привычки и генетическая предрасположенность могут привести к накоплению слишком большого количества плохого холестерина. Слишком высокий уровень холестерина ЛПНП («плохого») относительно холестерина ЛПВП («хорошему») нарушает правильное функционирование кровеносных сосудов. Поэтому поддержание оптимального уровня холестерина в крови необходимо для обеспечения нормальных функций организма.

Функциональный пакет Метаболизм-холестерин включает*:

DUOLIFE Chlorofil,
DUOLIFE День и Ночь,
DuoLife RegenOil Liquid Gold®,
ProSelect®,
ProDeacid®,
ProCholterol®.

DUOLIFE Fiber.

Рекомендуемое использование биологически активных добавок из пакета Метаболизм-холестерин:**

Утром:

DUOLIFE День – 25 мл во время завтрака,
DUOLIFE Fiber – 25 мл во время завтрака, запить дополнительным стаканом жидкости
DUOLIFE RegenOil Liquid Gold® – 5 мл во время завтрака, можно использовать как
дополнение к обеду или добавку к салату;
ProDeacid® – 2 капсулы минимум через час после завтрака***.

Обеденное время:

ProSelect® – 2 капсулы перед обедом;
DUOLIFE Chlorofil – 20 мл во время обеда или в течение дня, растворив в бутылке
воды.

Вечером:

ProCholterol® – 2 капсулы после ужина;
DUOLIFE Ночь – 25 мл во время еды,

Желаете узнать больше?

Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний включают, в частности, избыточный вес, курение, малоподвижный образ жизни и нарушения обмена веществ. Однако, основным фактором риска является высокий уровень холестерина ЛПНП в крови, чаще всего в результате неправильного питания. Поэтому сбалансированное питание с высоким содержанием овощей и фруктов, богатых клетчаткой и в то же время с низким содержанием насыщенных жирных кислот, является отличной поддержкой функции системы кровообращения.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) рекомендуемая суточная доза пищевых волокон для взрослых должна составлять 20-40 г¹. Тем временем среднесуточное потребление клетчатки в Польше в 2016 году составило всего 15,4 г на 1 человека². Научные наблюдения показывают, что общества, потребляющие больше пищевой клетчатки (до 30-40 г/день), имеют меньше проблем с пищеварительной, кровеносной и иммунной системами и соответственно, меньше проблем со здоровьем¹⁻³.

«Хороший» и «плохой» холестерин. Эти термины очень часто упоминаются в последнее время. Холестерин приобрел плохую репутацию и в основном ассоциируется со строгими диетами. Но как все обстоит на самом деле? Чем «плохой» холестерин отличается от «хорошего»?

Употребительные термины означают липопротеины, присутствующие в плазме крови. Это элементы, сочетающие в себе молекулы жира и белка. В этой форме может транспортироваться холестерин. Фракция ЛПНП отличается по составу и функциям от фракции ЛПВП. ЛПНП – это липопротеины низкой плотности, которые переносят холестерин в периферические ткани. В то время, как фракция ЛПВП характеризуется очень высокой плотностью и отвечает за транспортировку холестерина из клеток тканей в печень для повторного использования или высвобождения. Именно поэтому, необходимо стремиться, чтобы концентрация холестерина ЛПНП была низкой, ЛПВП – высокой.

Рекомендации по питанию

Диета была разработана клиническим диетологом и персональным тренером. Содержит подробную информацию о правильном питании и рекомендуемых продуктах. Кроме того, дополнена списком покупок на всю неделю и предусматривает легкую адаптацию к индивидуальным потребностям в калориях.

** Одного пакета при регулярном употреблении хватает приблизительно на 1 месяц для одного взрослого человека. Употребление биологически активных добавок в жидкой форме можно увеличить до максимальной суточной нормы для данного продукта. В этом случае необходимо будет приобрести дополнительные единицы товара, поскольку входящих в пакет не хватит.*

*** Рекомендованный период употребления биологически активных добавок: 3 месяца*

**** Мы рекомендуем соблюдать около 4-часовой перерыв между использованием ProDeacid® и приемом лекарств.*