

DUOLIFE

# D3 in Nigella Oil

Uztura bagātinātājs

**DUOLIFE D3 in Nigella Oil** uztura bagātinātājs no **Pure Formula** līnijas satur D3 vitamīnu, kas suspendēts melnās ķīmenes eļļā koncentrētā devā, veģānisku "mīksto želeju" tapiokas kapsulu veidā. D vitamīns palīdz uzturēt veselus kaulus un zobus un uztur pareizu imūnsistēmas darbību.

D vitamīns veicina normālu kalcija un fosfora uzsūkšanos/izmantošanu. D vitamīns palīdz uzturēt normālu muskuļu darbību. Melnās ķīmenes eļļas saturs produktā, kam raksturīgs augsts nepiesātināto taukskābju saturs, galvenokārt no omega-6 un omega-9 grupas, veicina optimālu uzsūkšanos D3 vitamīna no kapsulas. Tādējādi Melnās ķīmenes eļļa satur aktīvās sastāvdaļas "bioloģisko fonu" - D3 vitamīns.



Vienkāršs, mērķtiecīgs sastāvs



Produkts ar saprotamu mērķi



Ērta lietošanas forma



Dabīgas sastāvdaļas

## Kad lietot DUOLIFE D3 in Nigella Oil uztura bagātinātāju?

**DUOLIFE D3 in Nigella Oil** uztura bagātinātājs no Pure Formula līnijas satur D3 vitamīnu, kas suspendēts melnās ķīmenes eļļā koncentrētā devā, veģānisku "mīksto želeju" tapiokas kapsulu veidā. D vitamīns palīdz uzturēt veselus kaulus un zobus un uztur pareizu imūnsistēmas darbību. D vitamīns veicina normālu kalcija un fosfora uzsūkšanos/izmantošanu. D vitamīns palīdz uzturēt normālu muskuļu darbību. Melnās ķīmenes eļļas saturs produktā, kam raksturīgs augsts nepiesātināto taukskābju saturs, galvenokārt no omega-6 un omega-9 grupas, veicina optimālu uzsūkšanos D3 vitamīna no kapsulas. Tādējādi Melnās ķīmenes eļļa satur aktīvās sastāvdaļas "bioloģisko fonu" - D3 vitamīns.

**Uztura bagātinātājs DUOLIFE D3 in Nigella Oil ir paredzēts lietošanai kā optimāls ķermeni atbalstošs produkts ko lieto šādos gadījumos:**

- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt pareizu imūnsistēmas darbību;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt pareizu muskuļu un motoro darbību;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt optimālu kaulu un zobu veselību;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt optimālu muskuļu darbību;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt pareizus asins koagulācijas procesus;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt pareizu kalcija un fosfora līmeni organismā;
- ▶ tiem, kas atgūstas pēc kaulu lūzumiem vai ilgstošas imobilizācijas;
- ▶ aktīviem cilvēkiem, kas nodarbojas ar sportu;
- ▶ tiem, kas vēlas uzturēt normālu ķermeņa svaru;
- ▶ vecāka gadagājuma cilvēkiem;
- ▶ cilvēkiem ar nepietiekamu saules iedarbību.

## Kā strādā D3 vitamīns, ko satur Melno ķīmeņu eļļa uztura bagātinātājā DUOLIFE D3 in Nigella Oil?

**DUOLIFE D3 in Nigella Oil** ķīmeņu eļļa ir uztura bagātinātājs, kura pamatā ir Melno ķīmeņu eļļā suspendēts D3 vitamīns. Melno ķīmeņu eļļa produktā veicina optimālu D3 vitamīna uzsūkšanos no kapsulas. Līdz ar to Melno ķīmeņu eļļa satur aktīvās sastāvdaļas – D3 vitamīna – "bioloģisko fonu".

D3 vitamīns, kas atrodams **DUOLIFE D3 in Nigella Oil** ķimeņu eļļas sastāvā atbalsta:

- ▶ imūnsistēmas funkcijas;
- ▶ motorās sistēmas funkcijas, ieskaitot muskuļus un kaulus;
- ▶ zobu, kaulu, locītavu un skrimšļu veselību;
- ▶ normālu asins koagulāciju;
- ▶ optimālu kalcija un fosfora līmeni organismā;
- ▶ kalcija uzsūkšanos;
- ▶ antioksidantu procesus;
- ▶ ādas labsajūtu;
- ▶ ķermeņa svara samazināšanu.

**i Lietošanas instrukcija: Pieaugušajiem un bērniem no 12 gadu vecuma:** 1-2 kapsulas dienā ēšanas laikā. **Bērniem no 6 līdz 12 gadu vecumam:** produkta lietošana ir atļauta pēc iepriekšējas konsultācijas ar ārstu. Ieteicams lietot 1 kapsulu dienā ēšanas laikā. Nepārsniedziet ieteicamo dienā devu. Uztura bagātinātāji nevar aizstāt pilnvērtīgu uzturu. Sabalansēts uzturs un veselīgs dzīvesveids ir pamats pareizai organisma funkcionēšanai.

**i DUOLIFE D3 in Nigella Oil uztura bagātinātāju var kombinēt ar:**

DUOLIFE Vita C, DUOLIFE Vita C Powder, DUOLIFE Collagen, DUOLIFE Collagen Powder, ProSelect®, ProStik®, BorelissPro®, ProRelaxin®, ProImmuno®, ProBactilardii®, DUOLIFE RegenOil Liquid Gold®, FIZZY EASY Ca +D3 Complex, un citiem produktiem no DUOLIFE Pure Formula līnijas.

Piesardzības pasākumi:

- ▶ Nelietot, ja Jums ir paaugstināta jutība pret kādu no produkta sastāvdaļām.
- ▶ Nelietot produktu bērniem līdz 6 gadu vecumam.
- ▶ Nelietot grūtniecēm vai sievietēm, kas baro bērnu ar krūti.
- ▶ Ja Jums ir hroniskas slimības vai lietojat medikamentus, pirms produkta lietošanas konsultējieties ar savu ārstu.

**i Sastāvdaļas – Sastāvs vienā kapsulā:** Auksti spiesta Melno ķimeņu (*Nigella sativa*) sēklu eļļa – 500 mg, D3 vitamīns (chole calciferol) – 25 µg (500% NRV\*). Kapsulas sastāvdaļas: tapiokas ciete, mitrinātājs: glicerīns; ūdens.

\* NRV – uzturvielu atsauces vērtība vidusmēra pieaugušam cilvēkam.

## Atklājiet Nigella Oil uztura bagātinātāja DUOLIFE D3 sastāvdaļas

### D3 Vitamīns

**D3 vitamīns (holekalciferols)**, kas pazīstams arī kā „saules vitamīns” ir taukos šķīstošs savienojums. Atšķirībā no citiem vitamīniem, organisms to var sintezēt, kaut arī ierobežotā daudzumā. Līdz ar to šis process atkarīgs no saules starojuma iedarbības laika un notiek galvenokārt ādā, tātad D3 vitamīna līmenis organismā var būt atkarīgs no dzīvesveida un ģeogrāfiskās dzīvesvietas, gaisa piesārņojuma, gadalaika, diennakts laika vai sejas ādas krāsas. Regulāra saules gaismas iedarbība ir nepieciešama, lai nodrošinātu atbilstošu D3 vitamīna līmeni organismā. Ja piekļuve saules starojumam ir ierobežota, vitamīnu ieteicams papildināt uzturā.

D3 vitamīnam ir plaša ietekme uz cilvēka organismu.

D3 vitamīna pamatfunkcija organismā ir uzturēt pareizu kalcija un fosfora uzsūkšanos un izmantošanu organismā. Atbilstoša holekalciferola koncentrācija uzlabo kalcija uzsūkšanos kaulos un zobos. D3 vitamīna deficīts var izraisīt kaulu demineralizāciju, kas var samazināt to stiprumu un blīvumu, un tādējādi palielināt lūzumu biežumu<sup>1-3</sup>. Muskuļu vājināšanos arī var saistīt arī ar D3 vitamīna deficītu. Ir pierādījumi, ka D3 vitamīna papildināšana var palielināt olbaltumvielu sintēzi un palielināt muskuļu šķiedru izmēru un skaitu<sup>3,4</sup>.

Vairāki pētījumi ir pierādījuši, ka D3 vitamīns palīdz normālai imūnsistēmas darbībai. Sakarā ar D3 vitamīna receptoru klātbūtni T šūnās - imūnās šūnās, D3 vitamīnam ir nozīmīga loma uz organisma iedzimto imūno

reakciju, tādējādi samazinot iekaisuma procesus, kas palīdz aizsargāt audus pret bojājumiem. D3 vitamīns arī stimulē monocītu diferenciāciju un to pārveidošanu par nobriedušiem makrofāgiem, kas piedalās patogēnu likvidēšanā<sup>5,6</sup>.

Tika parādīta arī saikne starp D3 vitamīna līmeni un traucētu sirds un asinsvadu sistēmas darbību. Tika ziņots, ka D vitamīna deficīts palielina sirds un asinsvadu sistēmas traucējumu risku un var ietekmēt optimāla asinsspiediena uzturēšanu<sup>7</sup>.

Ir arī pierādīts, ka zema D3 koncentrācija parasti rodas cilvēkiem ar augstu taukaudu saturu un augstāku ķermeņa masas indeksu. Pētījumi liecina, ka D3 vitamīna koncentrācijas palielināšana organismā veicina taukaudu samazināšanos<sup>8-10</sup>. D3 vitamīna deficīts var izraisīt arī insulīna sintēzes un sekrēcijas traucējumus, tādējādi izraisot traucētu glikozes metabolismu<sup>11</sup>.

D3 vitamīnam ir arī nozīmīga loma nervu sistēmas darbībā, tas veicina neironu un citu smadzeņu šūnu aizsardzību. Tā trūkums var veicināt kognitīvās funkcijas un garastāvokļa pazemināšanos vecāka gadagājuma cilvēkiem<sup>12,13</sup>.

Uztura bagātinātājs DUOLIFE D3 in Nigella Oil satur arī eļļu no Melnās ķīmenes (*nigella sativa*) sēklām, kas sinerģiski atbalsta aktīvās sastāvdaļas – D3 vitamīna – darbību. Melno ķīmeņu eļļas klātbūtne ir īpaši svarīga atšķirības zīme, jo pati eļļa satur galveno sastāvdaļu ar īpašībām, kas atbalsta organisma funkcionēšanu. Tā ir viena no vērtīgākajām augu eļļām.

## Melno ķīmeņu eļļa

**Melno ķīmeņu eļļu** iegūst no Melno ķīmeņu (*Nigella sativa*) sēklām, kuru dzimtene galvenokārt ir Austrumeiropa un Āzijas rietumu daļa. Melno ķīmeņu īpašības ir zināmas kopš senās Ēģiptes, kur to sauc par „faraona zeltu”. Nigella eļļas sastāvs galvenokārt satur neaizstājamās nepiesātinātās taukskābes (EFA). Starp tiem mēs varam atšķirt aptuveni 60% linolskābes (omega-6) un aptuveni 25% oleīnskābes (omega-9) un apm. 1% alfa-linolēnskābes (omega-3). Turklāt mēs varam atšķirt E vitamīnu, biotīnu, beta karotīnu, minerālvielu sāļus: dzelzs, kalcījs, kālijs, fosfors, varš, antioksidanti, sterīni un aktīvie savienojumi, proti, mohinons, timohidrohinons, p-cimēns, karvakrols, timols<sup>14</sup>.

Melno ķīmeņu eļļai piemīt daudzas vērtīgas īpašības, kas pierādītas vairākos zinātniskos ziņojumos. Ir pierādīts, ka Melno ķīmeņu eļļa uztur antioksidatīvos procesus organismā, palēninot skābekļa brīvo radikāļu rašanos un veicinot šūnu aizsardzību pret to kaitīgo ietekmi<sup>15</sup>. Rezultātā veicina optimālu sirds un asinsvadu sistēmas darbību, palīdz uzturēt pareizu asinsspiedienu, regulē holesterīna un glikozes līmeni asinīs<sup>16</sup>. Ir pierādīts, ka eļļa palīdz arī uzturēt pareizu nervu sistēmas darbību un neironu aizsardzību pret oksidatīvā stresa postošo ietekmi<sup>17</sup>. Melno ķīmeņu eļļai piemīt imūnmodulējošas īpašības un tā palīdz samazināt iekaisumus organismā. Tas atbalsta imūnsistēmas darbību un palīdz mazināt alerģijas simptomus<sup>18,19</sup>.

Melno ķīmeņu eļļa arī veicina optimālu gremošanas trakta darbību, atbalsta aknu darbību un ir aizsargājošas īpašības uz kuņģa un divpadsmitpirkstu zarnas gļotādu<sup>20</sup>.

## Kas padara DUOLIFE D3 Nigella Oil tik īpašu?

- ▶ **Vienkāršs, mērķtiecīgs sastāvs** – pamatojoties uz galveno **aktīvo vielu ar zināmām īpašībām un koncentrētu devu**.
- ▶ **Papildu svarīga sastāvdaļa – īpaši vērtīga Melno ķīmeņu sēkļu eļļa kā D3 vitamīna „bioloģiskais fons**.
- ▶ **Produkts ar saprotamu mērķi** – uz etiķetes ir norādīti veselības paziņojumi, kas atvieglo ieteikt produktu.
- ▶ **Deklarēto** aktīvo sastāvdaļu satura garantija.
- ▶ **Dabiskas izcelsmes sastāvdaļas**.
- ▶ **Nesatur mākslīgas pildvielas, konservantus vai kaitīgas piedevas**
- ▶ **Inovatīvs „softgel” kapsulas sastāvs - apvalks satur tapiokas cieti, dabiskas izcelsmes, vegāns**.
- ▶ **Ērta lietošanas forma** – mīksta kapsula, kas satur Melnās ķīmenes eļļā suspendētu D3 vitamīnu, kas nodrošina optimālu D3 vitamīna uzsūkšanos.
- ▶ **Pure Formula līnijas viendabīgums** - vienkāršs ieteikums - 1 iepakojumā ir 60 kapsulas 1 mēneša lietošanai (1-2 kapsulas dienā).
- ▶ Papildinājumu var viegli pielāgot organisma individuālajām vajadzībām.
- ▶ Produkts ir **BEZ LAKTOZES** un **nesatur GMO**.
- ▶ Produkts ir **BEZGLUTENA** – piemērots cilvēkiem ar lipekļa nepanesību.
- ▶ Produkts ir piemērots vegāniem un veģetāriešiem – **pateicoties izmantotajām vegāniskajām sastāvdaļām**

- gan D3 vitamīnam, gan kapsulas apvalkam, kas izgatavots no tapiokas cietes.
- ▶ Daudzvalodu etiķete.

📘 Atsauces saraksts *DUOLIFE D3 in Nigella oil* sastāvu saistvielām ir atrodams atsevišķā lapā.

## Atsauces

1. Lips P. (2001). Vitamin D deficiency and secondary hyperparathyroidism in the elderly: consequences for bone loss and fractures and therapeutic implications. *Endocrine reviews*, 22(4), 477–501.
2. Holick M. F. (2004). Sunlight and vitamin D for bone health and prevention of autoimmune diseases, cancers, and cardiovascular disease. *The American journal of clinical nutrition*, 80(6 Suppl), 1678S–88S.
3. Laird, E., Ward, M., McSorley, E., Strain, J. J., & Wallace, J. (2010). Vitamin D and bone health: potential mechanisms. *Nutrients*, 2(7), 693–724.
4. Bischoff-Ferrari, H. A., Dietrich, T., Orav, E. J., Hu, F. B., Zhang, Y., Karlson, E. W., & Dawson-Hughes, B. (2004). Higher 25-hydroxyvitamin D concentrations are associated with better lower-extremity function in both active and inactive persons aged > or =60 y. *The American journal of clinical nutrition*, 80(3), 752–758.
5. Baeke, F., Takiishi, T., Korf, H., Gysemans, C., & Mathieu, C. (2010). Vitamin D: modulator of the immune system. *Current opinion in pharmacology*, 10(4), 482–496.
6. Aranow C. (2011). Vitamin D and the immune system. *Journal of investigative medicine: the official publication of the American Federation for Clinical Research*, 59(6), 881–886.
7. Judd, S., & Tangpricha, V. (2008). Vitamin D deficiency and risk for cardiovascular disease. *Circulation*, 117(4), 50.
8. Saliba, W., Barnett-Griness, O., & Rennert, G. (2013). The relationship between obesity and the increase in serum 25(OH) D levels in response to vitamin D supplementation. *Osteoporosis international: a journal established as result of cooperation between the European Foundation for Osteoporosis and the National Osteoporosis Foundation of the USA*, 24(4), 1447–1454.
9. Majorczyk, M., Baran, M., Jaworek, J., Rola witaminy D w rozwoju i przebiegu otyłości, *Pielęgniarstwo Polskie, NR 1 (59) 2016*, s. 91–97.
10. Salehpour, A., Hosseinpanah, F., Shidfar, F., Vafa, M., Razaghi, M., Dehghani, S., Hoshiarrad, A., & Gohari, M. (2012). A 12-week double-blind randomized clinical trial of vitamin D supplementation on body fat mass in healthy overweight and obese women. *Nutrition journal*, 11, 78.
11. Mathieu, C., Gysemans, C., Giuliatti, A., & Bouillon, R. (2005). Vitamin D and diabetes. *Diabetologia*, 48(7), 1247–1257.
12. Annweiler, C., Dursun, E., Féron, F., Gezen-Ak, D., Kalueff, A. V., Littlejohns, T., Llewellyn, D. J., Millet, P., Scott, T., Tucker, K. L., Yilmazer, S., & Beauchet, O. (2015). 'Vitamin D and cognition in older adults': updated international recommendations. *Journal of internal medicine*, 277(1), 45–57.
13. Barnard, K., & Colón-Emeric, C. (2010). Extraskeletal effects of vitamin D in older adults: cardiovascular disease, mortality, mood, and cognition. *The American journal of geriatric pharmacotherapy*, 8(1), 4–33.
14. Magdalena Borusiewicz, Zbigniew Janeczko. Nigella sativa L. – roślinny surowiec o właściwościach plejotropowych. *Post Fitoter 2015; (16)4: 223-236*.
15. Burits, M., & Bucar, F. (2000). Antioxidant activity of Nigella sativa essential oil. *Phytotherapy research : PTR*, 14(5), 323–328.
16. Shafiq, H., Ahmad, A., Masud, T., & Kaleem, M. (2014). Cardio-protective and anti-cancer therapeutic potential of Nigella sativa. *Iranian journal of basic medical sciences*, 17(12), 967–979.
17. Samarghandian, S., Farkhondeh, T., & Samini, F. (2018). A Review on Possible Therapeutic Effect of Nigella sativa and Thymoquinone in Neurodegenerative Diseases. *CNS & neurological disorders drug targets*, 17(6), 412–420.
18. Majdalawieh, A. F., & Fayyad, M. W. (2015). Immunomodulatory and anti-inflammatory action of Nigella sativa and thymoquinone: A comprehensive review. *International immunopharmacology*, 28(1), 295–304.
19. Shaterzadeh-Yazdi, H., Noorbakhsh, M. F., Hayati, F., Samarghandian, S., & Farkhondeh, T. (2018). Immunomodulatory and Anti-inflammatory Effects of Thymoquinone. *Cardiovascular & hematological disorders drug targets*, 18(1), 52–60.
20. Magdy, M. A., Hanan, el-A., & Nabila, el-M. (2012). Thymoquinone: Novel gastroprotective mechanisms. *European journal of pharmacology*, 697(1-3), 126–131.