

Гайд

«ТОП-5 ВИТАМИНОВ ДЛЯ КРАСОТЫ И МОЛОДОСТИ ЖЕНЩИН»



@kom__yulia

ОМЕГА 3

Омега-3 жирные кислоты в правильных концентрациях. Они приносят пользу не только сердцу, головному мозгу и другим органам, но и улучшают состояние кожи.



+

ОМЕГА-3

защищают коллаген от разрушения

поддерживают упругость и эластичность кожи

ускоряют регенерационные процессы

способствуют быстрому заживлению повреждений,

а также **тормозят** преждевременное старение, предупреждая появление морщин

не позволяют активным формам кислорода разрушать клеточные стенки

снижают негативное влияние факторов окружающей среды



Омега 3



Омега 3

**Все кнопки кликабельные*

ВИТАМИН Д

Витамин Д является жирорастворимым, может синтезироваться в организме, его также называют прогормоном.

+

ВИТАМИН Д - ЭТО

поддержка нормальной работы *щитовидной железы*

регуляция *фосфорно-кальциевого обмена*

поддержание *иммунитета и энергии*

нормализация *обмена веществ*

поддержание *репродуктивного здоровья*

поддержание здоровья *сердечно-сосудистой системы*

снижение риска развития депрессивных состояний

помощь в комплексной терапии заболеваний нервной системы, синдроме хронической усталости

снижение рисков развития заболеваний глаз

красота кожи, волос, ногтей

anti-age поддержка, особенно в период менопаузы



При низком уровне и сильном дефиците — консультации специалиста!



КАК БЕЗ АНАЛИЗА ПОНЯТЬ, ЧТО У ВАС **ДЕФИЦИТ ВИТАМИНА Д:**

1

У вас произошел **быстрый набор веса**

2

Вы в течение нескольких месяцев **чувствуете усталость и апатию**

3

Вы работаете сутками, в ночную смену или в офисе с утра до вечера и не бываете на солнце

4

У вас есть болезни печени (для активации организмом витамина Д необходима нормальная работа печени)

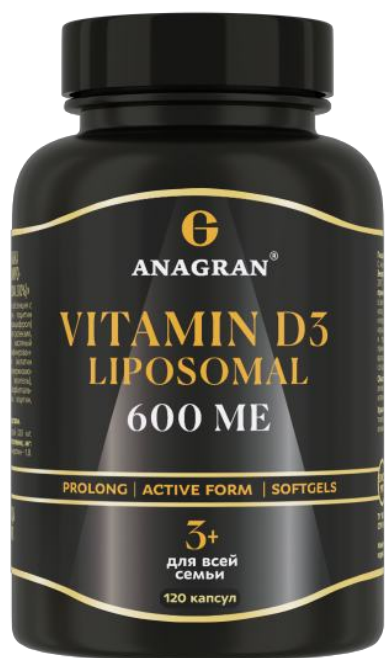


Я не рекомендую находиться на солнце в активные часы, если вы хотите сохранить красоту и здоровье кожи, а он усваивается именно в это время.



Витамин Д содержится в продуктах: печень, жирная рыба, сливочное масло, яйца. Но этого организму недостаточно и я рекомендую принимать витамин Д в дозировке 2000 МЕ, при нормальном показателе анализа.





Витамин Д



Витамин Д

i

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВИТАМИНОВ

в зависимости
от формы препарата

> **90%**
ЛИПОСОМЫ

инъекции
90%

30%
капсулы

таблетки
10%

Липосомальная форма витаминов по своей активности превосходит внутривенные инъекции и не имеет никаких противопоказаний.

**Все кнопки кликабельные*

ПРИНИМАТЬ **ВИТАМИН Д** НЕОБХОДИМО ТЕМ, КТО:

1

пребывание в помещении большую часть дня

2

*вы знаете, что у вас есть застой желчи,
проблемы с печенью*

3

*наблюдаете проблемы с ЖКТ, с анамнезе
Кандида, СИБР/СИГР приём антибиотиков, КОК*

4

вы беременны или кормите грудью

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕФИЦИТА МАГНИЯ ДЛЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

*не будет усваиваться кальций и фосфор,
которые нужны для костей, зубов и т.д.)*



*снижение иммунитета, частые ОРВИ,
бактериальные инфекции, бронхиты,
пневмонии*



аутоиммунные заболевания



выпадение волоса



быстрый набор веса, ожирение



дерматиты, экзема



МАГНИЙ



+

МАГНИЙ

участвует в синтезе **коллагена**, который отвечает за плотность и прочность соединительной ткани и эластичность кожи

участвует в метаболизме **глюкозы**, производстве **белка** и синтезе **нуклеиновых кислот** (таких как ДНК)

благоприятно влияет на **рост костей**

координирует сердечный ритм, снижает повышенное артериальное давление



Днем

Комплекс состоит из 3х активных форм магния. В комплексе они работают идеально и допустимы в период беременности и на гв.

Магния бесглицинат показан людям с депрессией, беспокойством или мигренью, а также используется при хронических болях и мышечном гипертонусе.

Магния лактат для нормализации кальций-фосфорного обмена, профилактики судорог, выработки клеточной энергии.

Магний с B6

*Кнопка кликабельная

@kom__yulia

Магния цитрат обладает спазмолитическим действием на мышцы и сосуды, способствует нормализации кровяного давления; применяется при нарушениях сна и нервозности. Облегчает предменструальный синдром (ПМС) и другие нарушения, связанные с менструальным циклом.

Таким образом этот комплекс закрывает сразу ряд проблем, которые могут беспокоить современную женщину и возвращают её в ресурсное состояние.



Calm and sleep комплекс с магнием для легкого и быстрого засыпания и крепкого глубокого сна.

Для сохранения красоты и молодости очень важен качественный сон. Мы живём в постоянном стрессе и часто стресс провоцирует нарушение сна.

В снижении уровня стресса могут помочь минералы, аминокислоты, экстракты растений и, главное, метабитики, корректирующие нервную систему через воздействие на кишечный микробиом.

Магний

**Кнопка кликабельная*

Я рекомендую использовать calm and sleep **за 20-30 минут до сна**. Не вызывает привыкания и разрешён для длительного применения.

@kom__yulia

CALM AND SLEEP — ЭТО:

Улучшение *качества сна*

Снижение уровня кортизола и уменьшение ночных пробуждений

Регуляция циркадных ритмов

Снижение эмоциональных перенапряжений и тревожности. Обладает успокаивающим действием на нервную систему

Расслабление мышечной системы, снятие спазмов и судорог

Адаптация организма к смене часовых поясов

Улучшение эмоционального фона



Комплекс можно принимать как курсом, так и ситуативно, в случае частых перелётов, сменного рабочего графика или трудностей с засыпанием после выходных или отпуска.



СЕЛЕН

Селен не синтезируется организмом самостоятельно, поэтому его необходимо получать с пищей или в виде дополнительного источника.

+

СЕЛЕН - ЭТО

мощный **антиоксидант**

иммуномоделятор

отличный **обмен веществ**

противовирусная активность

поддержка функций щитовидной железы, синтез тиреоидных гормонов

поддержка мужской и женской **репродуктивной функции**

снижение рисков **сердечно-сосудистых заболеваний**

снижение рисков **аутоиммунных заболеваний**

anti-age комплекс, геропротекция

красота кожи, волос, ногтей





Используй
промокод
"КОМ"



Селен



Селен



Селен

*Все кнопки кликабельные

ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В

+

В-КОМПЛЕКС - ЭТО:

профилактика *гипо- и авитаминоза*

поддержка организма *при несбалансированном питании*

профилактика заболеваний *нервной системы*

важный комплекс для восстановления организма *после перенесенных инфекций*

поддержание *иммунитета и энергии*

повышение *умственных и физических нагрузок*

красота кожи, волос, ногтей



Витамины группы В:

В1 *разглаживает морщины* и улучшает кожный рельеф.

В2 *устраняет шелушение и сухость*, восстанавливает здоровый цвет и нормализует обменные процессы.

В3 *нормализует секрецию кожного сала* и улучшает цвет. Ускоряет процессы регенерации, поддерживает тургор.

Витамины группы В

*Кнопка кликабельная

@kom__yulia

B4 *запускает обменные процессы, регулирует работу жизненно важных систем.*

B5 *принимает участие в жировом и углеводном обмене на клеточном уровне.*

B6 *обладает увлажняющими, питательными и защитными свойствами. Защищает эпидермис от ультрафиолета и агрессивного воздействия окружающей среды.*

B8 *обеспечивает передачу нервных импульсов на клеточном уровне. Обладает антиоксидантными свойствами и выводит из организма свободные радикалы.*

B9 *защищает от прыщей и угревых высыпаний.*

B10 *препятствует преждевременному старению и образованию морщин, защищает от УФ-излучения.*

B12 *омолаживает и усиливает кровоток.*

B13 *поддерживает молодость, красоту и здоровый цвет лица.*

B15 *улучшает тканевое дыхание, участвует в окислительных процессах и является мощным антиоксидантом.*

B17 *принимает участие в борьбе с раковыми клетками, ускоряет заживление повреждённых тканей. Оказывает противовоспалительный эффект, замедляет процессы старения.*



**ХОЧЕШЬ СТРОЙНОЕ И ПОДТЯНУТОЕ
ТЕЛО БЕЗ ОТЁКОВ И ЦЕЛЛЮЛИТА?**

ХОЧЕШЬ ВЫГЛЯДЕТЬ НА 10 ЛЕТ МОЛОЖЕ?

**ХОЧЕШЬ ВЕРНУТЬ
ЭНЕРГИЮ И СТРАСТЬ
В СВОЮ ЖИЗНЬ?**

Приходите на бесплатный
30-минутный разбор

ЗАПИСЬ НА РАЗБОР

Whats App

Telegram

**кнопки кликабельные*

И подписывайтесь
на мои соцсети:

ИГ

Тг-канал

**кнопки кликабельные*

@kom__yulia

