



## Spis treści

<b>Dobra suplementacja diety</b>	4
<b>Publikacje / Nowości / Oferty specjalne</b>	6
<b>Dla witalności</b>	12
<b>Neuracur</b> – dla mózgu, układu nerwowego i funkcji psychologicznych	14
<b>D3 Witamina słońca</b> – witamina D3 w oleju słonecznikowym (wegetariańska)	15
<b>Witamina K2</b> – menachinon-7 (MK-7) (wegańska)	16
<b>Witamina D3K2</b> – synergia witamin D3 i K2 MK-7 (wegetariańska)	17
<b>Lactirelle</b> – smaczny napój dla ciała i umysłu	18
<b>Kurkumin K2</b> – witaminy K2 (menachinon 7), K1, D3 oraz kurkumina	19
<b>OPC Synergia</b> – super antyutleniacz dla naczyń, mózgu i włókien kolagenowych	20
<b>Melatonina + B12</b> – na dobry, regenerujący sen oraz dla podróżujących	21
<b>Moc Kobiety</b> – odżywczy napój owocowy dla kobiet 30+	22
<b>Siła Mężczyzny</b> – odżywczy napój owocowy dla mężczyzn 40+	23
<b>Q10 Synergia</b> – koenzym Q10 i składniki dla serca, mózgu i witalności	24
<b>DHA-EPA</b> – nienasycone kwasy tłuszczowe Omega-3 (produkt wegański)	25
<b>Granat rajski owoc</b>	26
<b>Polifenum Forte</b> – koncentrat polifenoli z pomidora, winogron i granatu	29
<b>GranaMed</b> – wszystko co najlepsze z roślin śródziemnomorskich	30
<b>GranaForte</b> – najsilniejszy koncentrat z przefermentowanego soku z granatu	31
<b>GranaProstan</b> – koncentrat z przefermentowanego soku z granatu	32
<b>GranaCor</b> – granat i składniki dla serca, naczyń i krążenia	33
<b>Granaimun</b> – granat, czarny bez i składniki dla odporności	34
<b>GranAmore</b> – zdrowa słodycz z granatu i dzięki róż	35
<b>AminoBase</b> – łatwoprzyswajalne aminokwasy i składniki, dla odchudzania	36

<b>Mineralizacja oraz balans kwasowo-zasadowy</b>	38
<b>Papierki lakmusowe</b> – papierki do sprawdzania pH moczu	41
<b>FizjoBalans</b> – dla stawów, mięśni, kości	42
<b>pH balans plus</b> – proszek zasadowy dla odkwaszania i remineralizacji	43
<b>pH balans</b> – tabletki / proszek zasadowy dla odkwaszania, remineralizacji i kuracji	44
<b>VitaColon</b> – dla zdrowych jelit i silnej wątroby	45
<b>Minerały + witaminy D3 i K2 / Napój Vitalny</b> – dobre połączenia	46
<b>Lactacholin</b> – kwas mlekowy, cholina i witaminy z grupy B	48
<b>Sól Niskosodowa</b> – zdrowa sól przeciw nadciśnieniu	49
<b>MelissaBalans<sup>+</sup> tabletki zasadowe</b> – dla spokoju i jasnego umysłu	50
<b>MelissaBalans<sup>+</sup> herbatka zasadowa</b> – smaczna herbatka ziołowa	51
<b>Detoks i oczyszczanie</b>	52
<b>Regenerat immun</b> – dla flory bakteryjnej i błony jelit oraz odporności	54
<b>LactoBifido</b> – szczepy bakterii dla flory jelitowej	55
<b>Sanacolon</b> – dla jelit i ich funkcji	56
<b>Green C</b> – zielona siła roślin	57
<b>Nasiona Chia</b> – bogate w kwasy Omega-3 i -6 oraz błonnik	58
<b>SulfoForte</b> – nasiona brokuła, źródło sulforafanu i glukorafaniny	59
<b>Kawy Chi-Cafe</b> – zdrowe, niezakwaszające kawy z błonnikiem i antyutleniaczami	60
<b>ReiChi Cafe</b> – kawa, grzybek Reishi, żeńszeń, guarana i mleko kokosowe	62
<b>Flavochino</b> – wysokiej jakości kakao bogate w antyutleniacze	63
<b>Chi-Cafe balans / Chi-Cafe classic / Chi-Cafe bio / Chi-Cafe proactive</b>	64
<b>Stevia Base</b> – naturalne słodziki (ksylitol, erytrytol i stewia)	66
<b>Przepisy</b>	67
<b>Składniki produktów i słowniczek</b>	71



# Dobra suplementacja diety

## Piszemy prawdę, ale nie całą...

Informacje o produktach i działaniu ich składników zawarte w tym folderze są zgodne z wykazem oświadczeń zdrowotnych EFSA (Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności). Opinie EFSA definiują prawo obowiązujące w tym zakresie. Oświadczenia zdrowotne zaakceptowane przez EFSA dotyczą wyłącznie udowodnionych naukowo i **zastwierdzonych przez EFSA** działań **poszczególnych** składników żywności. Jednakże, w naturze składniki nigdy nie występują i nie działają w oderwaniu od innych i często dopiero ich wspólne działanie (tzw. efekt synergii) powoduje korzystne rezultaty. Dlatego oddzielne rozpatrywanie działania poszczególnych składników nie mówi o efekcie uzyskiwanym po spożyciu całego produktu. Przykładowo: skupienie się na niewątpliwym i potwierdzonym przez EFSA działaniu zdrowotnym potasu, zawartego m.in. w pomidorze, nie będzie mówiło nam wszystkiego o działaniu samego pomidora.

Przestrzegając prawa polskiego, nie możemy więc pisać zarówno w tym folderze, jak i na naszych stronach internetowych, o faktycznym działaniu produktów oraz wszystkich korzyściach, jakie przynosi ich stosowanie. Jest tak nawet w przypadku składników produktów, których korzystne działanie znane jest od wieków. Dobrym przykładem jest owoc granatu – znany ludzkości od tysięcy lat. Zawarte w nim polifenole (jedne z najsilniejszych antyutleniaczy) mają bardzo szerokie zastosowanie w medycynie Bliskiego i Dalekiego Wschodu, a ich działanie prozdrowotne potwierdzone jest przez ponad 200 badań naukowych.



© Soyka - Fotolia

Jak do tej pory EFSA odrzuca jednak wszelkie oświadczenia zdrowotne związane z granatem, a na opakowaniach produktów z czystym ekstraktem z granatu można jedynie napisać, że „polifenole z granatu są cennym składnikiem żywności i mają zastosowanie w... zabiegach regeneracyjnych”.

Dlatego, aby poznać rzeczywiste korzyści płynące z przyjmowania produktów prezentowanych w tym folderze, np. tych z granatu, zachęcamy, aby informacje w nim zawarte traktować jako punkt wyjścia do własnych poszukiwań w internecie i literaturze. Zachęcamy także do sprawdzenia oddziaływania naszych produktów na własnym organizmie.



# Dobra suplementacja diety



## Co to jest suplementacja diety?

Suplementacja to uzupełnianie codziennej diety w wartościowe składniki, których może w niej brakować w ilościach stosownych do bieżącego zapotrzebowania.

W naszym życiu występują okresy podwyższonego zapotrzebowania organizmu na poszczególne minerały, witaminy czy inne wartościowe składniki. Niekiedy jest to spowodowane naturalnymi procesami zachodzącymi w ciele (wzrost, dojrzewanie, ciąża, rekonwalescencja, menopauza), innym razem stylem życia: wysoką aktywnością, sportem, nadmiarem pracy czy stresu. Okresem szczególnie istotnym jest wkroczenie w wiek przekwitania. Suplementacja diety jest ważną częścią **profilaktyki wczesnej**.

## Co to jest profilaktyka wczesna?

Profilaktyka wczesna to utrwalanie prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia. Pozwala utrzymać zdrowie i nie dopuszczać do warunków sprzyjających powstawaniu chorób.

## Dlaczego warto suplementować dietę?

Choć z pozoru może wydawać się nam, że odżywiamy się zdrowo, w pokarmie może znajdować się nieodpowiednia ilość składników odżywczych. Spowodowane jest to m.in.: spożywaniem żywności przetworzonej, substancjami dodawanymi do żywności, postępującym wyjaławianiem pól (marchew z tego samego pola zbierana teraz i 50 lat temu ma inną zawartość różnych składników, niestety przeważnie na niekorzyść).

*Obecnie największe autorytety medyczne coraz mocniej podkreślają wagę suplementacji diety w profilaktyce wczesnej, gdyż badania niezbiecie dowodzą, że większość chorób przewlekłych to efekt długotrwałych niedoborów poszczególnych składników diety.*



## Zapobiegać jest lepiej, przyjemniej i taniej niż leczyć

Niestety nadal wiele osób oszczędza na żywności i suplementach diety. Nie inwestują w swoje zdrowie – jedną z najcenniejszych rzeczy – aż do momentu, gdy zaczyna się ono psuć. Nakłady środków zainwestowanych w profilaktykę wczesną są niewspółmiernie małe w stosunku do ewentualnych przyszłych kosztów leczenia. Jak mawia dalekowschodnie przysłowie: *kto nie wyda na jedzenie, wyda na leczenie*.



# Wiedza – publikacje

## Dr. Jacob's to więcej niż suplementacja!

Dobrego zdrowia nie da się utrzymać stosując jedynie suplementację. Jest ona ważna ale równie istotna jak racjonalne odżywianie, odpowiednia aktywność fizyczna, wypoczynek, satysfakcjonujące relacje rodzinne i społeczne, dobry sen czy pogoda ducha.

Dlatego też, poza dostarczaniem najwyższej jakości suplementów diety, staramy się dostarczać wiedzy o zdrowiu. Robimy to poprzez materiały publikowane na naszych stronach internetowych, jak i poprzez publikacje. Są one tworzone przez naukowców z Dr. Jacob's.

Jednym z twórców firmy Dr. Jacob's jest dr med. Ludwig M. Jacob. Jest on naukowcem, który stale zgłębia zarówno najnowsze badania naukowe jak i stare zalecenia medycyny ludowej z różnych części świata. Swoje obserwacje publikuje m.in. w książkach, które ukazały się także w Polsce.



## Rak prostaty...? Jak możesz sobie pomóc

Profilaktyka oraz terapia uzupełniająca ze wskazaniem właściwego odżywiania się i stylu życia.

Autor: dr med. Ludwig M. Jacob

Okładka miękka, 284 strony. format 24 x 17 cm, cena 49 zł.

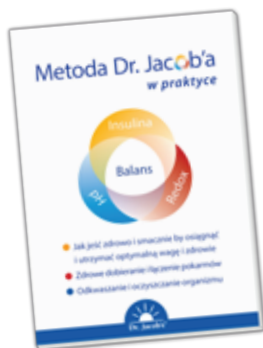
Bardzo ciekawa publikacja dotycząca profilaktyki oraz postępowania w przypadku kłopotów z prostatą. **Polecana jest także wszystkim zainteresowanym zapobieganiu chorobom nowotworowym.** Zawiera wiele praktycznych porad, w tym dużo dietetycznych.

Polecamy nie tylko mężczyznom, którzy już mają kłopoty z prostatą lub tym, którzy chcą je ominąć, ale także żonom, gdyż to często one są w stanie bardziej zmotywować mężów do korzystnych dla zdrowia zmian nawyków oraz to one decydują, co znajdzie się na talerzu małżonka. W bardzo dużym stopniu zdrowie ich męża jest właśnie w ich rękach.

*Doktor L. M. Jacob jasno, przystępnie i wyczerpująco omawia zagadnienia diety przeciwnowotworowej. Jego książka jest przeznaczona nie tylko dla chorych na raka prostaty, lecz również dla szerokiego grona czytelników zainteresowanych prawidłowym odżywianiem się i zdrowym trybem życia, bardzo jasno odpowiada też na kluczowe dla zdrowia i życia mężczyzny pytania.*

Dr n. med. Paweł Kowal

Ordynator oddziału urologii Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego we Wrocławiu



## Metoda Dr. Jacob'a w praktyce

Opracowanie na podstawie książek dr. med. Ludwiga Jacoba. Okładka miękka, 120 stron, format 21 x 15 cm, cena 15 zł. Metoda Dr. Jacob'a to opracowanie oparte na analizie około 1 400 badań klinicznych i epidemiologicznych przeprowadzonych nad różnymi sposobami odżywiania stosowanymi na świecie. Niektóre z tych badań były prowadzone na całych populacjach przez dziesięciolecia. Uwzględnione są tu także kwestie balansu: kwasowo-zasadowego (pH), insuliny, redoksu (wolnych rodników tlenowych).

Regulacja równowagi redoksu oraz pH stanowi podstawę wszystkich reakcji biochemicznych w organizmie. Insulina jest odpowiedzialna za kierowanie przemianą materii. Dlatego duża część książki poświęcona jest właśnie insulinie, pokarmom insulinogennym, oporności insulinowej i syndromowi metabolicznemu i jego konsekwencjom.

**Metoda Dr. Jacob'a** proponuje niewielkie zmiany w sposobie odżywiania i stylu życia, które mogą przynieść wielkie, korzystne zmiany stanu zdrowia, samopoczucia i wyglądu.

Proponujemy bezpieczny eksperyment – wypróbowanie **Metody Dr. Jacob'a** przez jeden miesiąc i zaobserwowanie korzystnych zmian. Z pewnością zainspirują one do wprowadzenia Metody na stałe i będą dobrym przykładem dla bliskich i przyjaciół.



## Simply Eat

książka kucharska wg Metody Dr. Jacob'a

Autor: Suzanne Jacob

Okładka miękka, 118 stron, format 21 x 15 cm, cena 15 zł.

Zawiera wiele praktycznych porad żywieniowych oraz przepisy na smaczne i zdrowe posiłki na cały dzień. Przepisy na posiłki są stworzone tak, aby miały one korzystny wpływ na balans insuliny, pH i redoksu. Każde danie jest opisane pod kątem kaloryczności, przynależności do grup pokarmowych (wg Metody Dr. Jacob'a). Wszystkie

przepisy są na bazie roślinnej, większość z nich nie zawiera glutenu, soi i laktozy.

„Simply Eat” pozwala skomponować zdrowy jadłospis, korzystnie wpływać na zdrowie swoje i bliskich, uregulować wagę ciała (zmniejszyć lub zwiększyć), stosować posiłki odpowiednie do stanu zdrowia, okiełznać nadmierny apetyt.

**NOWOŚĆ!**

## Nasze nowości!

### Rozwijamy się i ulepszamy dla ciebie

Naukownicy z firmy Dr. Jacob's ciągle prowadzą badania i śledzą nowe osiągnięcia medyczne, by tworzyć nowe produkty i ulepszać już istniejące.

Dr. Jacob's Medical, jako pierwsza firma w Polsce, wprowadziła linię produktów odkwaszających **pH balans**, opartych na cytrynianach, ze śladową ilością sodu, a bogatych w potas. Nie powodują one zmian pH przewodności pokarmowego, gdyż odkwaszają na poziomie komórki (więcej na str. 38).

Stworzyliśmy pierwsze na rynku napoje kawowe **Chi-Cafe**, które skutecznie pobudzają i mają wyborny smak kawy, ale nie zakwaszają organizmu i nie pozbawiają go wartościowych minerałów (str. 60).

Od trzynastu lat, jako jeden z pierwszych instytutów w Niemczech, Austrii i Szwajcarii, badamy właściwości zdrowotne owocu granatu i jesteśmy w pierwszej trójce najlepszych europejskich producentów produktów z granatu. Opatentowaliśmy tak-

**NOWOŚĆ!**



### Papierki lakmusowe

do pomiarów pH moczu (balans kwasowo-zasadowy organizmu), z instrukcją oraz tabelami do nanoszenia wyników (str. 41).

### Green C

zielona moc witalności orkiszu, pokrzywy i zielonej herbaty (str. 57).

**NOWOŚĆ!**



**NOWOŚĆ!**



### FizjoBalans

minerały dla stawów, ścięgien, mięśni, pracy nerwów, balansu pH (str. 42).

### Melatonina + B12

dla spokojnego, głębokiego i regenerującego snu oraz dla osób w podróży (str. 21).

**NOWOŚĆ!**



że metodę żywej fermentacji koncentratu z granatu, co w naturalny sposób bardzo znacząco podnosi bioprzyswajalność aktywnych polifenoli i sprawia, że nasze produkty z granatu mają jakość i witalność świeżych owoców (str. 26).

**NOWOŚĆ!**



## ReiChi Cafe

Kokosowa rozkosz. Kawa arabica, grzybek Reishi, żeńszeń, guarana i mleko kokosowe, z magnezem i witaminą B12 (str. 62).

**NOWOŚĆ!**



## Regenerat immun

Bogactwo naturalnych składników dla jelit, ich błony śluzowej, flory bakteryjnej oraz dla odporności (str. 54).

**NOWOŚĆ!**

## Neuracur

kurkumina, cholina, kompleks witamin B dla mózgu i nerwów (str. 14).



**NOWOŚĆ!**

## SulfoForte

mielone nasiona brokuła są bogatym źródłem sulforafanu (str. 59).







# Oferty specjalne

## Jak być na bieżąco z naszymi ofertami specjalnymi

Kilka razy w roku sprawiamy naszym Klientom niespodzianki w formie ofert specjalnych. Niekiedy są to rabaty, nawet do 20%, innym razem drobne prezenty dodawane do zamówień.

Aby skorzystać z takich okazji warto być z nami w kontakcie. Oto kilka sposobów, by nie ominąć naszych dobrych ofert. Jeżeli korzystasz z komputera – czytaj poniżej. Jeżeli wolisz otrzymywać od nas listy – zapisz się do programu ofert specjalnych „Cztery pory roku”.



## Newsletter

to najwygodniejszy sposób aby być na bieżąco z informacjami o nowych produktach oraz ofertach specjalnych.

Wpisz swój adres e-mail w oknie newslettera na [www.DrJacobsMedical.pl](http://www.DrJacobsMedical.pl)

## Facebook

O nowościach oraz promocjach informujemy także na naszych profilach facebookowych: **Dr. Jacob's Poland** oraz **Chi-Cafe Polska**.



## Niespodzianki w paczce

Kilka razy w roku wybieramy miesiąc, w którym wrzucamy do paczek z zamówieniami ulotki – niespodzianki z ofertami specjalnymi. W grudniu dorzucamy także mały upominek.

# Oferty specjalne



Program ofert specjalnych

## Cztery pory roku

Cztery pory roku to nasz program ofert specjalnych, które przygotowujemy dla jego uczestników na każdą porę roku oraz na grudzień. Jeżeli chcesz przyłączyć się do programu, wypełnij poniższy formularz i wyślij go do nas w kopercie (adres na okładce). Twoje dane będą wykorzystywane jedynie w celu przesyłania wymienionych ofert i nie będą nikomu udostępniane. W każdej chwili możesz wypisać się z programu.

### Uwaga KONKURS!

Spośród zgłoszeń nadesłanych do 30.04.2017 wylosujemy jedno, którego nadawca wybierze produkty o wartości do 300 zł, oraz dwa, których nadawcy wybiorą produkty do kwoty 150 zł (obowiązują ceny z katalogu). Regulamin konkursu na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl).

Lista osób nagrodzonych (imię i miejscowość) zostanie opublikowana na naszej stronie [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl) oraz profilu facebookowym Dr. Jacob's Poland, a my skontaktujemy się listownie (lub telefonicznie, jeżeli na formularzu zostanie wpisany nr telefonu).



Prosimy o wypełnienie drukowanymi literami

Imię i nazwisko \_\_\_\_\_

ulica / nr domu / nr lokalu: \_\_\_\_\_

kod pocztowy \_\_\_\_\_ miejscowość \_\_\_\_\_

*Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych, zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz.U. z 2016 r, poz. 922, z późn. zm.), przez firmę Dr. Jacob's Poland Radosław Araszkievicz, z siedzibą przy ul. Kasprzaka 7 / U1, 01-211 Warszawa, w celu przesyłania mi korespondencji z ofertami handlowymi oraz promocjami w ramach programu dla Stałych Klientów „Cztery pory roku”.*

*Oświadczam, że poinformowano mnie o tym, że moje dane osobowe będą wykorzystywane wyłącznie do przesyłania ofert w ramach programu dla Stałych Klientów „Cztery pory roku”.*

*Oświadczam, że poinformowano mnie o przysługującym mi prawie dostępu do treści moich danych i możliwości ich poprawiania. Jestem świadom/świadoma, iż moja zgoda może być odwołana w każdym czasie, co skutkować będzie usunięciem moich danych osobowych ze zbioru.*

\_\_\_\_\_ data wypełnienia oświadczenia i czytelny podpis



## Dla witalności

Coraz więcej badaczy, lekarzy oraz zwykłych ludzi zdaje sobie sprawę, że wiele problemów zdrowotnych, objawiających się szczególnie na jesieni życia, wynika z wieloletnich zaniedbań żywieniowych.

Niedobory składników pokarmowych występujące w dłuższym czasie mogą doprowadzić do nieprzyjemnych konsekwencji zdrowotnych. Odbierają siły, dobre samopoczucie oraz radość życia.

Dlatego inwestuj w zdrowie i bliskich, by cieszyć się długimi latami witalności, zamiast martwić się skutkami niedoborów.

Prezentowane dalej produkty zapewniają wszystkie składniki, jakie organizm potrzebuje dla zdrowia.

# Ważne składniki, których często brak



## Dbaj o siebie

Mało osób zdaje sobie sprawę, że przyczyną ich nienajlepszego samopoczucia czy kłopotów zdrowotnych mogą być niedobory różnych składników pokarmowych. Każdy wie, że należy się zdrowo odżywiać, ale codzienna rutyna może sprawić, że z czasem czegoś może nam zabraknąć.

**Witamina B12** – jej niedobór występuje powszechnie nie tylko wśród grup ryzyka (osoby starsze, wegetarianie i weganie, kobiety w ciąży). Witamina B12 jest jedną z witamin magazynowanych przez organizm, dlatego jej niedobory są widoczne tylko przy wyraźnym i chronicznym braku. Objawami niedoboru mogą być: niedokrwistość, zmniejszenie liczby krwinek białych i płytek krwi, stany zapalne ust, niemiły zapach ciała, dolegliwości miesiączkowe, pogorszenie nastroju, problemy ze skupieniem się i uwagą, zaburzenia w funkcjonowaniu mózgu i układu nerwowego, długotrwałe stany rozdrażnienia, irytacja, lęki, depresje, zmęczenie, drętwienie rąk i nóg, trudności z chodzeniem, jąkanie się.

**Żelazo** – występuje w wielu pokarmach roślinnych jak: glony chlorella, spirulina, zioła, nasiona dyni, kasza jaglana, soja, szarłat, kurki (grzyby), nasiona słonecznika, rośliny strączkowe, morele, pieczywo pełnoziarniste, płatki owsiane. Zawierają one dużo łatwo przyswajalnego żelaza, znacznie więcej niż mięso. Objawami niedoboru może być poczucie słabości, a także anemia.

**Witamina D** – wytwarza się w skórze pod wpływem promieni słonecznych. Jej niedobór może z czasem osłabić zęby, kości, a także układ odpornościowy i pogarszać samopoczucie. Niedobory witaminy D dotyczą ok. 90% populacji, a w okresie zimy i przednówka prawie wszystkich (w tym okresie ok. 30% ludzi ma poważne niedobory tej witaminy). W takiej sytuacji może pomóc tylko suplementacja (zimą ok. 1000-2000 j.m. na dzień). Poziom tej witaminy określa się badaniem krwi.

Niekiedy braki różnych składników, jak B12 czy żelazo, nie są wynikiem niedoborów w diecie lecz obecnością pasożytów w organizmie.

## *Pamiętaj:*

*Wartościowe pożywienie oraz  
dobre suplementy diety to  
inwestycja w zdrowie swoje  
i bliskich!*



**NOWOŚĆ!**

# Neuracur dla mózgu i układu nerwowego

Neuracur to produkt zawierający składniki przeznaczone w szczególności dla osób, które chcą zadbać o swój mózg, układ nerwowy i sprawność umysłową.

Zoptymalizowana kurkumina Longvida® zawarta w Neuracur z łatwością przenika ze krwi do mózgu. Kurkumina to jedna z lepiej poznanych naturalnych substancji, super-antyutleniacz, działa przeciwzapalne. Kurkumina ma bardzo korzystny wpływ na mózg i jego neurony gdyż wzmacnia działanie DHA (kwas Omega-3), który wpływa na prawidłowe funkcjonowanie mózgu (Biochim Biophys Acta. 2015).

Neuracur zawiera także aktywny kwas pantotenowy przyczynia się do prawidłowych funkcji poznawczych. Kwas foliowy a także witaminy B6 i B12 wspierają prawidłowe funkcje psychologiczne. Witaminy B6 i B12 dbają o zdrowie układu nerwowego.

Produkt zawiera także dużo choline, która wraz z kwasem foliowym a także witaminami B6 i B12, przyczynia się do prawidłowego metabolizmu homocysteiny. Homocysteina to aminokwas siarkowy, powstający u człowieka w wyniku trawienia białek (głównie zwierzęcych). Aktualnie uważany jest u ludzi za niezależny czynnik ryzyka rozwoju m.in.: zmian miażdżycowych, zawału mięśnia sercowego, udaru mózgu, zmian zakrzepowych.

**NOWOŚĆ!**



## **Dwie kapsułki (porcja dzienna) Neuracur zawierają:**

400 mg zoptymalizowanej kurkuminy Longvida®, 82,5 mg choline, 120 µg kwasu foliowego (60%\*), 0,84 mg witaminy B6 (60%\*), 5 µg witaminy B12 (200%\*), 12 mg kwasu pantotenowego (200%\*).

\*% zalecanego dziennego spożycia

## **Składniki Neuracur zalecane są dla:**

- prawidłowej pracy mózgu,
- prawidłowej pracy układu nerwowego
- prawidłowych funkcji psychologicznych i poznawczych
- dobrego metabolizmu homocysteiny

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu**

**dnia:** 2 kapsułki popite 200 ml płynu.

**Neuracur suplement diety**

**60 kaps. na 30 porcji – 79 zł**



# D<sub>3</sub> Witamina słońca dla odporności, zębów i kości



Witamina D powstaje w skórze pod wpływem promieni słonecznych. W naszej strefie geograficznej jest to możliwe od kwietnia do września w godz. 10-15 przy min. 15-minutowym dziennym ekspozowaniu przynajmniej przedramion i nóg. Jeżeli jednak w tych miesiącach brak słońca, nie przebywamy na nim lub stosujemy kremy z filtrem (mogą one ograniczyć wytwarzanie witaminy D nawet o 90%), niski poziom witaminy D może już wczesną jesienią odbić się negatywnie na odporności. Przez pozostałą część roku wytwarzanie witaminy D w skórze praktycznie nie zachodzi. W naszym klimacie zbyt mała podaż witaminy D jest więc powszechna.

Zdolność wytwarzania witaminy przez skórę zmniejsza się także wraz z wiekiem, co może prowadzić do zmniejszenia wchłaniania wapnia, ważnego dla kości oraz funkcjonowania mięśni (witamina D bierze udział we wchłanianiu wapnia).

Żywność niskiej jakości oraz wysoko przetworzona może nie zapewniać odpowiedniej ilości witaminy D.

**Tylko jedna kropla Witaminy słońca zawiera aż 20 µg = 800 j.m. (IU) witaminy D<sub>3</sub>. Jest to ilość zapewniająca odpowiedni poziom tej witaminy nawet u osób z pełnym brakiem jej endogenego wytwarzania.**

Według Europejskiego Urzędu ds. Bezpieczeństwa Żywności bezpieczny poziom spożycia witaminy D ze wszystkich źródeł dla dorosłych i dzieci od 11 roku życia wynosi 100 µg (mikrogram). Dla dzieci od 1 do 10 roku życia – 50 µg.

## Witamina D<sub>3</sub> zalecana jest dla:

- dobrej odporności,
- utrzymania zdrowia kości i zębów,
- prawidłowego działania mięśni,
- wchłaniania wapnia i fosforu,
- prawidłowego poziomu wapnia we krwi.

Zalecamy przyjmowanie razem z Witaminą K<sub>2</sub> (str. 16) i pH balans (str. 44).

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1 kropla na łyżeczce lub wprost do ust. *Do 11 roku życia D<sub>3</sub> Witamina słońca nie powinna być przyjmowana razem z innymi produktami zawierającymi witaminę D.*

**D<sub>3</sub> Witamina słońca** suplement diety  
20 ml na 600 porcji dziennych – 39 zł



-gluten-

-cukier-

vege

# Witamina K<sub>2</sub> dla krzepliwości i zdrowych kości

Właściwości witaminy K<sub>2</sub> i jej znaczenie dla zdrowia jest coraz lepiej poznawane i doceniane. Witamina ta ma korzystny wpływ na krzepliwość krwi. W połączeniu z witaminą D współdziała ona w tworzeniu i odnawianiu zdrowych, mocnych kości i zębów. Odgrywa także ważną rolę w gospodarce wapniowej organizmu. Dlatego polecamy przyjmowanie Witaminy K<sub>2</sub> wraz z produktem **D3 Witamina słońca** (strona 15) lub już jako gotową mieszankę **Witamina D3K<sub>2</sub>** (strona obok).

Nasza **Witamina K<sub>2</sub>** jest w formie menachinonu-7 (MK-7). Forma ta jest szczególnie dobrze przyswajalna i ma długi okres stabilnego trwania. K<sub>2</sub> (menachinon-7) pozyskana jest z roślin w procesie syntezy organicznej\*, a nie z fermentowanej soi, dzięki czemu produkt nie zawiera alergenów soi.

Jest to produkt łatwoprzyswajalny i bioaktywny, gdyż witamina K już rozpuszczona w wysokiej jakości, hypoalergicznym oleju słonecznikowym.

*Osoby przyjmujące leki przeciwzakrzepowe (antagonistów witaminy K jak antykoagulant typu kumaryny) powinny skonsultować przyjmowanie produktu z lekarzem!*

**Tylko jedna kropla Witaminy K<sub>2</sub> zawiera aż 20 mcg witaminy K<sub>2</sub> (MK-7).**

## Witamina K<sub>2</sub> zalecana jest dla:

- prawidłowej krzepliwości krwi,
- utrzymania zdrowia kości i zębów.

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia i sposób użycia:

- osoby dorosłe: 8 kropli;
- młodzież do 18 roku życia: 4 krople;
- dzieci do 15 roku życia: 2 krople.

Produkt, po konsultacji z lekarzem, można podawać także niemowlętom oraz dzieciom do 18 miesiąca życia: 1 kropla.

Zakraplać wprost do ust lub podawać na łyżeczce.

*\*więcej o syntezie organicznej z roślin na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl)*

**Witamina K<sub>2</sub> suplement diety**  
**20 ml na 75 - 300 porcji – 69 zł**



# Witamina D3K2 mieszanka zdrowia



Połączenie bardzo istotnych dla zdrowia witamin. Ich ilość i proporcje są dobre tak, aby nie tylko prawidłowo przyswajając wapń, ale i aby trafił on w organizmie tam, gdzie powinien, np. do kości a nie do ścianek naczyń krwionośnych. O produkcie nie możemy napisać wiele (z przyczyn wyjaśnionych na str. 1). **Produkt łatwoprzyswajalny:** witaminy D i K już rozpuszczone w wysokiej jakości, hypoalergicznym oleju słonecznikowym.

**Witaminy D i K** opisane są na poprzednich stronach.

**Witamina D3** pozyskiwana jest z lanoliny z wełny owczej.

**Witamina K2** ekstrahowana jest z roślinnych olejków eterycznych w procesie syntezy organicznej (więcej na DrJacobs.pl), a nie z fermentowanej soi, dzięki czemu produkt nie zawiera alergenów soi.

## **Porcja (4 krople) Witaminy D3K2 zawiera:**

80 mikrogramów witaminy D3 (3200 j.m. – 1600% RWS\*)

i 76 mikrogramów witaminy K2 (100% RWS\*).

\* pojęcie RWS wytłumaczone na str. 71.

**Witaminy D3 i K2 mają naukowo dowiedziony korzystny wpływ na prawidłowe funkcjonowanie organizmu:**

### **Witamina D dla:**

- układu odpornościowego
- mocnych, zdrowych kości i zębów
- funkcji mięśni

### **Witamina K dla:**

- prawidłowej krzepliwości krwi
- prawidłowego stanu kości

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia i sposób podawania:**

dla dorosłych i dzieci powyżej 1 roku:  
1 kropla.

Maksymalna porcja do spożycia w ciągu dnia dla dorosłych: 4 krople.

Zakropić do jamy ustnej i rozprowadzić po niej językiem.

**Witamina D3K2** suplement diety

**20 ml na 150 porcji – 79 zł**



-gluten-

-cukier-

vege

# Lactirelle napój dla ciała i umysłu

Koncentrat **Lactirelle** pozwala na uzyskanie do 20 porcji (ok. 8 litrów) pysznego, owocowo-pikantnego napoju. Lactirelle nie zawiera sztucznych aromatów i składników mleka oraz cukru – ma słodki smak dzięki naturalnemu wyciągowi z liści stewii\*. Porcja 5 ml zawiera tyle samo kwasu mlekowego i mleczanów co 300g jogurtu naturalnego.

**Lactirelle** zawiera prawoskrętny kwas mlekowy z naturalnej fermentacji i mleczany (2,4 g na porcję; produkt nie zawiera mleka), aromatyczne wyciągi z czarnej porzeczki, korzenia różanego i kwiatów czarnego bzu, potas oraz witaminę B1. **Lactirelle** to zdrowe i pyszne orzeźwienie na każdy dzień

\* 5ml Lactirelle zawiera około 0,9g cukrów owocowych (z definicji prawnej, nie zawiera cukru).

## Składniki Lactirelle mają naukowo udowodniony wpływ na zdrowie:

- wspomaganie funkcji serca – witamina B1
- utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi – potas
- utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi – potas
- wytwarzanie energii w komórkach – witaminy B1
- korzystny wpływ na funkcje umysłowe – witaminy B1
- korzystny wpływ na układ nerwowy – potas, witaminy B1



## Sposób użycia:

W zależności, czy chce się uzyskać napój bardziej lub mniej intensywny w smaku, 5ml **Lactirelle** rozcieńczyć w 250-400 ml wody mineralnej. Pić z posiłkiem lub zalewać tym napojem płatki zbożowe 1-2 razy dziennie.

**Lactirelle to silny koncentrat i nigdy nie można spożywać nierozcieńczonego produktu!** W przypadku zaburzeń gospodarki potasowej spowodowanej lekami, hiperkaliemii, zasadowicy, niewydolności wątroby lub nerek – stosować po konsultacji z lekarzem.

**Lactirelle** suplement diety  
**100 ml na 20 porcji – 59 zł**



# Kurkumin K<sub>2</sub> – witamina K<sub>2</sub> dla krwi, naczyń i kości



**Kurkumin K<sub>2</sub>** to szczególne połączenie kurkuminy oraz witamin: K<sub>2</sub>, K<sub>1</sub> i D. Składniki te są bardzo ważne dla zdrowia. Nabierają szczególnego znaczenia u kobiet w czasie i po okresie menopauzy oraz dla osób w wieku podeszłym.

**Kurkumina** to niezwykła substancja – poświęcono jej ponad 3 000 badań przedklinicznych. Sprzyja zdrowiu kości i stawów, korzystnie działa na wątrobę i trawienie, hamuje procesy zapalne.

**Witamina K<sub>2</sub>** uzyskiwana jest z fermentacji soi i ma formę menachinonu-7 (MK-7). **MK-7** to najlepiej działająca forma witaminy K<sub>2</sub> z najwyższą przyswajalnością i bioaktywnością. Jest w 100% wchłanialna i utrzymuje się we krwi nawet do 72 godzin. **MK-7** stymuluje tworzenie komórek budujących kości. U kobiet po menopauzie i osób starszych 45 mcg witaminy K<sub>2</sub> działa korzystnie na utrzymanie prawidłowej gęstości kości. Witamina K<sub>2</sub> jest niezbędna dla sprawnej pracy układu sercowo-naczyniowego. Zapobiega odkładaniu się wapnia w tętnicach. Zdrowe tętnice zawierają 100 razy więcej witaminy K<sub>2</sub> niż zwapnione.

**Witamina K<sub>1</sub>** jest niezbędna dla prawidłowej krzepliwości krwi.

**Witamina D** (kalcyferol) jest niezbędna dla utrzymania prawidłowego poziomu wapnia i fosforu we krwi, zdrowia kości i zębów oraz dla pracy systemu odpornościowego. Witamina D polepsza sprawność mięśni i zmniejsza ryzyko upadków u osób starszych. Niski poziom witaminy D sprzyja nieprawidłowemu ciśnieniu krwi.

## Składniki Kurkumin K<sub>2</sub> zalecane są dla:

- redukowania odkładania wapnia w naczyniach,
- w czasie menopauzy i po niej, w wieku podeszłym
- zachowania prawidłowej krzepliwości krwi,
- zachowania prawidłowej gęstości kości,
- redukowania poziomu cholesterolu,
- spowolnienia procesów starzenia naczyń, szczególnie mózgowych,
- sprawnych mięśni i stawów.

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

1 kapsułka dziennie. Przy zwiększonym zapotrzebowaniu 2 kapsułki podczas posiłku.

45 mg witaminy K<sub>2</sub> dziennie nie wpływa niekorzystnie na działanie leków przeciwzakrzepowych, lecz osoby przyjmujące takie leki powinny skonsultować zażywanie Kurkuminu z lekarzem.

## Kurkumin K<sub>2</sub> suplement diety

**60 kapsułek na 30-60 dni – 158 zł 129 zł**

© Swapan / © kijekol - Fotolia.com



-gluten-

-cukier-

vege



# OPC Synergia dla ochrony tkanek i naczyń

**OPC Synergia** to produkt zawierający składniki dla zdrowych naczyń i włókien kolagenowych. Głównym składnikiem produktu jest OPC – jeden z najsilniejszych antyutleniaczy występujących w naturze. OPC pozyskuje się z czerwonych winogron z okolic Bordeaux (Francja), kory sosnowej oraz zielonej herbaty.

**OPC Synergia** wzbogacony jest dodatkowymi przeciwutleniaczami: polifenolami, witaminą C z aceroli i naturalną witaminą E. Ważne mikroelementy (cynk i selen) wspomagają efekt synergii i chronią elementy komórek przed stresem oksydacyjnym. Witamina B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> i kwas foliowy przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania systemu odpornościowego.

### **Każda kapsułka zawiera:**

60 mg super-przeciwutleniaczy OPC uzyskanych ze świeżych, czerwonych winogron, kory sosnowej i zielonej herbaty, oraz: polifenole (165 mg), witaminy B<sub>12</sub> (3 µg) i B<sub>6</sub> (2 mg), kwas foliowy (400 µg), cynk (2,3 mg), selen (30µg), naturalną witaminę E (30 mg), witaminę C (75 mg).

**OPC Synergia** ma bardzo korzystny wpływ na stan włókien kolagenowych. Włókna te są istotne dla prawidłowego stanu tkanki łącznej, naczyń oraz skóry. OPC w połączeniu z kompleksem witamin oraz selenem i cynkiem wpływa bardzo korzystnie także na funkcjonowanie narządów wewnętrznych oraz układu nerwowego.

### **Składniki OPC Synergia zalecane są:**

- dla wzmocnienia naczyń, w tym mózgowych,
- dla wzmocnienia włókien kolagenowych w tkance łącznej,
- dla spowalniania procesów starzenia,
- w okresach stresu, napięć psychicznych lub wzmózonego wysiłku umysłowego,
- dla osób w podeszłym wieku.

### **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

1 kapsułka popita wodą lub sokiem.

Nie łączyć z posiłkami białkowymi lub zawierającymi tłuszcze zwierzęce.

**OPC Synergia** suplement diety  
**120 kapsułek** celulozowych  
na 120 dni – **168 zł**



# Melatonina + B12 głęboki, regenerujący sen

NOWOŚĆ!

**Melatonina + B12** to produkt stworzony dla osób, które mają problemy z zasypianiem oraz słabą jakością snu – sen płytki, z dużą ilością snów, z wybudzeniami, nie przynoszący odpoczynku (poranne zmęczenie).

Dolegliwość taka może być okresowa (z powodu stresującej sytuacji życiowej, pełni księżyca, zaburzenia rytmu dobowego, itp.) lub chroniczna.

W takich przypadkach wystarczy jedna tabletkę dziennie na 1-2 godziny przed planowanym snem.

Tabletki **Melatonina + B12** polecane są także osobom podróżującym, w szczególności zmieniającym podczas podróży strefę czasową. Dotyczy to szczególnie podróży do dalekich krajów, gdzie przestawienie się na miejscowy czas zajmuje niekiedy nawet tydzień. Może to skutecznie popsuć urlop lub kilkudniowy wyjazd do pracy.

W przypadku zaburzeń snu spowodowanych wyjazdem, powinna wystarczyć półtabletkę tabletkę spożyta na 1-2 godziny przed planowanym snem i przyjmowana przez pierwsze 5 dni wyjazdu.

## Jedna tabletkę Melatonina + B12 zawiera:

- 1 mg melatoniny,
- 2,5 µg witaminy B12, czyli 100% jej dziennego zapotrzebowania.

Witamina B12 jest także istotnym składnikiem aktywnym produktu. B12 jest ważna dla prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego oraz funkcji psychologicznych. Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego. Przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, a poprzez to do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. Dlatego świetnie współgra z melatoniną w osiągnięciu zdrowego, regenerującego snu.

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia i sposób użycia:

1 tabletkę dziennie popita pół szklanki płynu na 1-2 godziny przed planowanym snem. Produkt dla osób powyżej 10 roku życia.

**Melatonina + B12 suplement diety**  
**15g 60 porcji – 39 zł**

*Rośliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.*

NOWOŚĆ!



© Sergey Chayko - Fotolia.com

-gluten-

-cukier-

vegan

PROMOCJA!

# Moc Kobiety specjalnie dla pań 30+

**Moc Kobiety** to proszek do sporządzenia koktajlu zawierającego to, co najbardziej potrzebne organizmowi dojrzałej kobiety. Fitohormony, witaminy i bogactwo substancji z jagód i owoców pozwalają jak najdłużej zachować pełnię kobiecości.

Dla utrzymania zdrowia, atrakcyjnej sylwetki i wyglądu oraz dobrego samopoczucia. Pomyślany szczególnie dla pań prowadzących intensywny tryb życia, ciężko pracujących (fizycznie i umysłowo), zestresowanych, przed i w trakcie menopauzy.

Na jedną porcję (miarękę) **Mocy Kobiety** zużyto aż ok. 750 g świeżych malin, czereśni, żurawin, jagód, jeżyn, bananów, aceroli, winogron i cytrusów.

## **Każda porcja Moc Kobiety zawiera:**

- wyciąg z soi (50 mg fitohormonów zawierających 10% ekstrakt izoflawonów),
- białko sojowe i izoflawonoidy (niemodyfikowane genetycznie),
- sproszkowane owoce malin, wiśni, żurawiny, jeżyn, jagód, bananów, wiśni acerola, winogron, cytrusów,
- ekstrakt z yam (*Dioscorea villosa*) i olej z wiesiołka,
- kompleks witamin B (dla przemiany materii i nerwów),
- naturalne witaminy E i C (odporność, efekt odmładzający),
- naturalne witaminy D i K (dla kości),
- cynk, selen, chrom, mangan.

## **Składniki Moc Kobiety stosuje się:**

- w celu wzmocnienia sił witalnych i libido
- dla kojenia objawów okresu menopauzy
- dla prawidłowego przebiegu miesiączki
- dla spowolnienia procesów starzenia
- w okresach wzmożonej aktywności
- dla serca i mózgu

## **Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia:**

płaska miarka zmieszana z so-kiem, mlekiem, mlekiem so-jowym lub dosypana do płat-ków zbożowych.

## **Moc Kobiety suplement diety**

**333 g** na ok. 43 dni

**168 zł 129 zł**

gluten-  
cukier-  
vege



# Siła Męczyzny specjalnie dla panów 40+

PROMOCJA!

**Siła Męczyzny** to proszek na odżywczy koktajl. Wzmacnia siły witalne, korzystnie działa na prostatę i układ krążenia, wzmacnia serce i libido. Dla panów 40+, zarówno cieszących się pełnią zdrowia, jak i przeciążonych pracą, przemęczonych, zestresowanych.

Składniki produktu spowalniają procesy starzenia, pozwalają zachować sprawność, odporność, atrakcyjny wygląd oraz męską witalność. Wyselekcjonowane wyciągi roślinne, dwanaście witamin, cztery pierwiastki śladowe i magnez, czynią z **Siły Męczyzny** idealną recepturę dla panów. Wartościowe składniki produktu są łatwoprzyswajalne, co jest szczególnie ważne dla szybkiej regeneracji po wysiłku.

## **Każda porcja Siły Męczyzny zawiera:**

- korzeń maca i proteiny sojowe (działają witalizująco i stymulująco),
- naturalne witaminy E, A i C (układ odpornościowy),
- biotyna (włosy, skóra), kwas foliowy (krew, hamowanie homocysteiny),
- witaminy z grupy B (przemiana materii, energia i nerwy),
- organiczne pierwiastki śladowe: mangan i cynk (płodność, metabolizm kwasów tłuszczowych), selen (odporność, produkcja nasienia), chrom (dla serca i figury),
- magnez (nerwy, mięśnie, sprawność energetyczna),
- bogaty w antyoksydanty ekstrakt z granatu,
- witalizująca guarana i wytrawne kakao,
- witamina D i K (zdrowie kości).

## **Składniki Siły Męczyzny stosuje się:**

- dla serca i mózgu
- dla utrzymania dobrej sylwetki i kondycji
- dla utrzymania wysokiej odporności na stres
- w celu wzmocnienia sił witalnych i libido
- w okresach wzmożonej aktywności

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

płatka miarka zmieszana z sokiem, mlekiem, mlekiem sojowym lub dosypana do płatków zbożowych. Najlepiej rano.

## **Siła Męczyzny suplement diety**

**350 g**, proszek na ok. 35 dni

**168 zł 129 zł**



# Q10 Synergia dla mózgu, nerwów i serca

**Q10 Synergia** zawiera wysokiej jakości najczystszy koenzym Q10 (z Japonii), ryboflawinę, taurynę, L-karnitynę i luteinę. Wchłania się w ustach, więc nie niszczą go soki żołądkowe. Składniki produktu wzajemnie wzmacniają swoje działanie dając efekt synergii.

Koenzym ten jest odpowiedzialny za pracę mitochondriów – struktur komórkowych, w których wytwarzana jest energia (bierze czynny udział w procesie oddychania komórkowego). Jego ilość w komórkach maleje wraz z wiekiem i jest ona gwałtownie ograniczana przez stres. Q10 jest ważny dla utrzymania zdrowia, spowalnia procesy starzenia i jest jednym z najsilniejszych antyutleniaczy.

Jest szczególnie ważny dla prawidłowej pracy serca. Ten ciągle pracujący mięsień ma bardzo dużo mitochondriów i jest wrażliwy na niedobory Q10.

## **Składniki Q10 Synergia dla:**

- zdrowia, siły i sprawnej pracy serca,
- wytwarzania energii w komórkach, sprawnego metabolizmu, redukcji poczucia zmęczenia i znużenia (witaminy B2 i B12, niacyna),
- prawidłowego widzenia (witamina B2, luteina)
- zdrowego mózgu i systemu nerwowego i prawidłowych funkcji psychologicznych (witaminy B2 i B12, niacyna),
- ochrony skóry i błon śluzowych, w tym dziąseł (witamina B2 i niacyna),
- prawidłowych podziałów komórkowych (witamina B12).

Witaminy B<sub>2</sub> i niacyna zawarte w **Q10 Synergia** wspomagają produkcję energii, zmniejszają zmęczenie, działają korzystnie na układ nerwowy, chronią śluzówki. Wraz z koenzymem bardzo korzystnie wpływają na serce.

## **Jedna miarka zawiera:**

25 mg koenzymu Q10, 6 mg ryboflawiny,  
250 mg tauryny, 50 mg L-karnityny, 5 mg luteiny.

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

1 płaska miarka. Wsypać do ust, rozprowadzić w jamie ustnej językiem, odczekać aż produkt zostanie wchłonięty przez błony śluzowe.

**Q10 Synergia** suplement diety  
**80g proszek na 100 dni – 129zł**





# DHA-EPA

## wegańskie kwasy Omega-3



**DHA-EPA** to jeden z niewielu produktów na rynku, które mogą stosować także wegetarianie i weganie. Algi są zdrową, roślinną alternatywą jako źródło ważnych dla zdrowia kwasów tłuszczowych Omega-3. Olej w **DHA-EPA** uzyskany jest z mikroalg *Schizochytrium*. Tylko jedna kapsułka DHA-EPA zawiera aż 250mg kwasów DHA i EPA w proporcji 2:1 (ok. 166,6 mg DHA, ok. 83,3 mg EPA).

Nienasycone kwasy tłuszczowe DHA (kwas dokozaheksaenowy) i EPA (kwas eikozapentaenowy) to jedne z niezbędnych składników budulcowych – są niezastąpionym elementem konstrukcyjnym wszystkich komórek organizmu. Należy je dostarczać z pożywieniem, ponieważ organizm nie ma zdolności wytwarzania w odpowiedniej ilości tych kwasów. Suplementacja DHA jest szczególnie ważna przy spożywaniu niewielkiej ilości ryb (głównie źródło DHA).

DHA odgrywa bardzo ważną rolę w budowie mózgu i narządu wzroku, szczególnie u płodu i małego dziecka (w centralnym układzie nerwowym i siatkówce oka stanowi aż ok 30% fosfolipidów). Suplementacja DHA jest szczególnie ważna dla kobiet w ciąży i matek karmiących piersią. Niedobór DHA zmniejsza stężenie serotoniny (hormon szczęścia) w mózgu, może mieć związek z występowaniem ADHD, choroby Alzheimera i depresji.

### Kwasy DHA i EPA zalecane są:

- dla utrzymania prawidłowych funkcji mózgu i prawidłowego widzenia (przy codziennym spożyciu 250 mg DHA – 2 kapsułki),
- dla prawidłowej czynności serca (przy codziennym spożyciu 250 mg DHA i EPA – 1 kapsułka),
- przy problemach z nauką szkolną oraz niskiej zdolności przyswajania wiedzy,
- przy zaburzeniach pamięci i koncentracji,
- przy nadpobudliwości psychoruchowej.

### U kobiet w ciąży i karmiących piersią:

- dla rozwoju układu nerwowego dziecka (funkcje psychoruchowe i intelektualne),
- w celu prawidłowego rozwoju i funkcjonowania narządu wzroku u dziecka.

### Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

1 - 2 kapsułki wraz z posiłkiem.


**DHA-EPA** suplement diety  
**60 kapsułek** na 30-60 dni – **79 zł**



-gluten-

-cukier-

vegan



Owoc granatu już od czasów starożytnych był uważany za rajski owoc przynoszący zdrowie i długowieczność. Jego właściwości były wysoko cenione. Wchodził w skład wielu receptur tworzonych na przestrzeni wieków.

Firma Dr. Jacob's od początku swojego działania bada właściwości granatu, który jest jednym z lepiej przebadanych owoców (napisano o nim ponad 200 prac naukowych).

Jako pierwsza firma opatentowaliśmy metodę żywej fermentacji, dzięki której uwalniana jest duża ilość aktywnych i w pełni przyswajalnych polifenoli.

W ten sposób łączymy stare mądrości z najnowszymi osiągnięciami medycyny.

# Dr. Jacob's fermentacja Dr. Jacob's



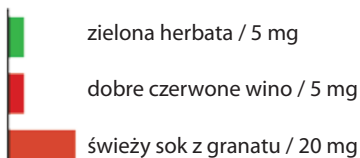
## Metoda żywej fermentacji – przyswajalność to podstawa

Dr. Jacob's Medical od ponad szesnastu lat bada właściwości owocu granatu. Jako jeden z pierwszych instytutów w Niemczech, Austrii i Szwajcarii rozpoczął badania nad jego działaniem zdrowotnym. Sok z granatu nie działa równie korzystnie u wszystkich. Jest to zależne od zdolności trawiennych, głównie od stanu flory jelitowej (Cerde et al., 2005), bo to bakterie jelitowe uwalniają łatwe do wchłonięcia polifenole. Przełomem okazało się odkrycie doktorów medycyny K. O. Jacob'a i L. M. Jacob'a, którzy **poddali sok z granatu fermentacji za pomocą bakterii probiotycznych**. To one wykonują pracę za nasz układ trawienny i wyzwalają łatwo przyswajalne polifenole. Dlatego też produkty z granatu Dr. Jacob's są tak efektywne, nawet u osób ze słabym trawieniem.

## Co daje metoda żywej fermentacji?

- podnosi przyswajalność polifenoli praktycznie do 100%, nawet u osób ze słabym trawieniem,
- uwalnia z soku ogromną ilość bioaktywnych polifenoli (patrz wykres poniżej),
- bakterie prebiotyczne rozkładają cukry zawarte w soku, co czyni tak przygotowane produkty **bezpiecznymi dla cukrzyków**,
- w połączeniu z metodą zagęszczania próżniowego i liofilizacji (suszenie przez zamrażanie) powoduje, że produkty Dr. Jacob's zachowują pełną bioaktywność, stałą ilość i różnorodność polifenoli oraz jakość świeżych owoców!

### 10 ml napoju / ilość polifenoli:



**GranaForte: 10 ml płynu / 758 mg**

*10ml produktu **GranaForte** to aż 758 mg antyutleniaczy. Ich ilość przewyższa ponad 50 razy zawartość polifenoli w świeżo wyciśniętym soku z granatu i ponad 150 razy ilość polifenoli w dobrym czerwonym winie lub zielonej herbacie (Gil et al., 2000; Seeram et al., 2008).*

## Ważne wskazówki do sposobu przyjmowania produktów z granatu Dr. Jacob's

Bogate w polifenole, przefermentowane produkty z granatu są wartościowym uzupełnieniem codziennej diety i mogą znacząco przyczynić się do utrzymania zdrowia. **Najlepiej spożywać je godzinę przed lub 2 godziny po posiłku zawierającym nabiał, białko (zwierzęce i roślinne (soja, fasola, groch)) oraz tłuszcze zwierzęce.** Posiłki takie mogą spowodować znaczną utratę korzystnych właściwości granatu. Kilka przepisów znajdziesz na str. 70.



# Dr. Jacob's produkty z granatu

**Ekonomia** – na pierwszy rzut oka prefermentowane produkty Dr. Jacob's mogą nie wydać się tanie, np.: butelka 500 ml GranaProstan ma cenę ok. 150 zł. Jednakże, zawiera ona zagęszczony sok z ok. 50 dojrzałych na słońcu granatów (w sklepie cena jednego owocu to ok. 5 – 8 zł x 50 szt. = 250 – 400 zł). Koncentraty Dr. Jacob's są prefermentowane, co sprawia, że w 10 ml mają gwarantowane min. 300 mg w pełni przyswajalnych polifenoli – świeży sok z granatu (niepasteryzowany) ma ich tylko ok. 20 mg.

**Mało cukru** – produkty z granatu Dr. Jacob's (płynne lub w kapsułkach) mają o 80% mniej cukrów niż sok z granatu, przy zachowaniu tej samej ilości polifenoli.

## **Ekologia, czystość i 100% soku z granatu**

Każda partia granatów używana w produktach Dr. Jacob's badana jest na obecność pestycydów. Owoce zbierane są na czystych ekologicznie plantacjach i zrywane są tylko, kiedy w pełni dojrzeją. Każda partia koncentratu z granatu używana do tworzenia produktów Dr. Jacob's jest badana przez niezależne laboratoria na obecność ewentualnych domieszek innych, tańszych soków (wiśnia, porzeczka, itp.).

## **Na co zwrócić uwagę kupując produkty z granatu?**

**Jakość i bioaktywność produktów z granatu jest bardzo różna. Zwróć uwagę czy:**

– **koncentrat z granatu użyty w produkcji został prefermentowany** – zdarzają się producenci, którzy na opakowaniu produktu piszą o zaletach prefermentowanego soku z granatu, jednakże w składzie produktu próżno go szukać. Jest to celowe wprowadzanie klienta w błąd! **Ze wszystkich produktów z granatu dostępnych na rynku jedynie te wytworzone przez Dr. Jacob's uzyskane są bardzo trudną w zastosowaniu metodą fermentacji.**

– **sok z granatu jest słodki** – mało kto zna smak czystego soku z granatu. Jest to drogi owoc i wielu producentów rozcieńcza jego sok tanimi sokami z porzeczki czy wiśni i dodaje słodziki. Jeżeli „100% sok z granatu” ma znajomy smak i nie jest cierpki, to znaczy, że jest to sok wieloowocowy i nie ma w nim wiele cierpkich polifenoli.

– **użyta została wysoka temperatura (pasteryzacja)**, która niszczy bioaktywność polifenoli. Kupując produkt w kapsułkach sprawdź, czy został on uzyskany metodą wysuszania przez zamrażanie. W przeciwnym razie może on być prawie nieaktywny biologicznie.

– **dodano konserwanty i „wypełniacze”** – wiele soków dostępnych na rynku zawiera konserwanty (np. benzoosan sodu) oraz inne substancje, których obecność raczej trudno zaakceptować w produktach, które mają utrzymywać zdrowie. Często drogi sok z granatu rozcieńczany jest innymi, tanimi sokami (z wiśni, porzeczki, itp.) i nimi smakuje.





# Polifenum Forte dla prostaty, serca, krzepliwości

PROMOCJA!

**Polifenum Forte** zawiera nowatorski ekstrakt **polifenoli WSTC z pomidora**, prefermentowane polifenole z granatu oraz ciemnych winogron. Ten silny koncentrat wytwarzany jest z 75 pomidorów, 41 owoców granatu i 10 kg francuskich ciemnych winogron. Do jego wytworzenia użyto metody fermentacji Dr. Jacob's, co zapewnia maksymalną bioaktywność składników. **W każdej porcji (20 ml) Polifenum Forte jest:**

– **aż 3 g polifenoli WSTC z pomidora** (korzystny dla zdrowia poziom dziennego spożycia), które utrzymują prawidłową lepkość płytek krwi. Podwyższona lepkość płytek, czyli możliwość zlepiania się płytek i miejscowego zagęszczania krwi, występuje m.in. przy stresie, intensywnym uprawianiu sportu, nadwadze i wysokim poziomie cholesterolu (patrz rycina na kolejnej stronie). **Polifenole WSTC** utrzymują prawidłową lepkość płytek krwi. Prawidłowa lepkość płytek krwi pozwala uniknąć niepożądanego zlepiania się i tamowania naczyń krwionośnych. Jednocześnie polifenole WSTC nie mają negatywnego wpływu na prawidłowe krzepnięcie krwi w przypadku skaleczenia. Potwierdzone jest to w ośmiu badaniach klinicznych oraz przez Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA). Korzystny efekt działania polifenoli WSTC z pomidora występuje u **97% osób** już 1,5 godziny od spożycia oraz trwa ok. 12-18 godzin.

– **aż 5 mg polifenoli z ciemnych winogron** (to tyle, co w 0,5 l wysokiej jakości czerwonego wina) korzystnie działających na serce i naczynia.

– **aż 600 mg łatwoprzyswajalnych polifenoli z granatu.**

Ponadto produkt zawiera dużą dawkę **potasu** dla prawidłowego ciśnienia krwi, pracy mięśni oraz nerwów.

## **Składniki Polifenum Forte zalecane są:**

- dla utrzymania prawidłowej lepkości krwi i prawidłowego przepływu krwi przez naczynia,
- przy intensywnym uprawianiu sportu,
- dla dobrego samopoczucia osobom zestresowanym, otyłym, z podwyższonym poziomem cholesterolu,
- dla osób siedzących (praca), leżących,
- dla prostaty.

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

20 ml rozpuszczone w 200ml soku lub wody, godzinę przed lub 2 godziny po posiłku.

**Polifenum Forte** *suplement diety*

**Płyn 500 ml na 25 dni intensywnej kuracji 145 zł 139 zł**

© Soyka / © Yasonya / © Stefan Balk - Fotolia.com





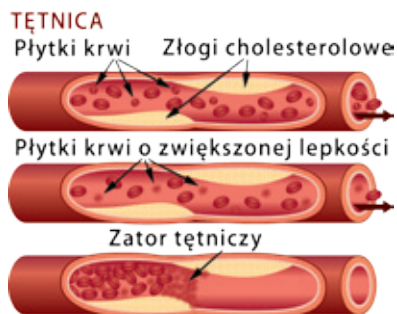
**PROMOCJA!**

# GranaMed dla krążenia i witalności

GranaMed zawiera opatentowany koncentrat **polifenoli WSTC II z pomidora**, który sprzyja prawidłowej lepkości płytek krwi (trombocytów), wspierając w ten sposób krążenie. Bogactwo innych **ekstraktów z roślin śródziemnomorskich** sprawia, że GranaMed jest pełen różnorodnych, bioaktywnych substancji witalnych. Polifenole z granatu, ekstrakty z liści oliwek i rozmarynu, winogron i korzenia galangalu oraz super-antyutleniacz OPC czynią GranaMed produktem szczególnym. 4 kapsułki zawierają aż ponad 1200 mg różnych, wzajemnie się wspomagających substancji aktywnych.

Powszechnie znane są zalety diety śródziemnomorskiej, jej pozytywnego wpływu na witalność, zdrowie i długowieczność. Dzieje się tak dlatego, że pożywienie ludzi znad Morza Śródziemnego obfituje w składniki, jakie zawarliśmy w kapsułkach GranaMed.

Dzięki zastosowaniu procesu żywej fermentacji oraz suszenia przez zamrażanie składniki GranaMed mają wysoki stopień bioaktywności i jakość oraz działanie jak świeże rośliny.



**TERAZ  
SUPER CENA !**



**Przeznaczenie: GranaMed, ze względu na jego skład, stosuje się:**

- dla utrzymania prawidłowej lepkości krwi i sprawnego przepływu krwi przez naczynia (szczególnie dla osób z małą ilością ruchu),
- dla prawidłowego poziomu cholesterolu
- dla naczyń krwionośnych i serca, jego sprawnej pracy oraz dobrej wytrzymałości

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 4 kapsułki.**

Spożywać godzinę przed lub 2 godziny po posiłku popijając sokiem lub wodą.

**GranaMed suplement diety  
100 kapsułek celulozowych  
na 25 dni intensywnej kuracji 145 zł - 89 zł**

# GranaForte

## dla prostaty, naczyń i serca



**GranaForte** to czysty koncentrat soku i miąższu z owoców granatu (81%) i czarnego bzu (7,8%), częściowo poddanych żywej fermentacji za pomocą bakterii probiotycznych. 10% produktu stanowi prawoskrętny kwas mlekowy, który korzystnie wpływa na pH jelit i florę jelitową. GranaForte to produkt silnie skoncentrowany, przeznaczony dla osób, które potrzebują przyjmować maksymalną dzienną porcję polifenoli (ok. 500 mg). Dzięki minimalnej zawartości cukrów jest **bezpieczny dla cukrzyków**.

Granat oraz czarny bez doskonale uzupełniają swoje działanie. Polifenole zawarte w tych owocach mają bardzo korzystny wpływ na układ krążenia (sprawność serca i stan naczyń krwionośnych). Co bardzo ważne, wspomagają utrzymywanie prawidłowej sprawności układu odpornościowego. Wyraża się ona m.in. hamowaniem nadmiernych reakcji zapalnych (jak w przypadku alergii).

Polifenole, jako jedne z najsilniejszych antyutleniaczy znacząco spowalniają procesy starzenia komórkowego, wzmagają witalność i mają wpływ na zapobieganie podnoszeniu się poziomu cholesterolu. Co więcej, są nawet zdolne obniżyć poziom cholesterolu (LDL).

**Porcja 6,6 ml (2 łyżeczki) GranaForte zawiera aż 500 mg bioaktywnych, łatwo przyswajalnych polifenoli z granatu i czarnego bzu, w tym 250 mg punikalaginy alfa i beta. To tyle co w 3 butelkach wysokiej jakości czerwonego wina.**

### GranaForte stosuje się:

- dla prostaty
- przy bolesnych lub zbyt obfitych miesiączkach
- dla naczyń i serca
- dla witalności i wydolności
- dla odporności
- przy kuracjach odmładzających

### Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

6,6 ml (2 łyżeczki) rozcieńczone w 250 ml wody lub soku owocowego.

Spożywać między posiłkami. **Nigdy nie spożywać nierozcieńczonego produktu.**

Osoby z nadwrażliwym żołądkiem nie powinny spożywać produktu na pusty żołądek.

**GranaForte** suplement diety

**100 ml 15 porcji na 15 dni – 49 zł**

© Natika / © ExQuisine - Fotolia.com



gluten-

-cukier-

vegan



# GranaProstan dla prostaty, naczyń i serca

**GranaProstan** to czysty koncentrat polifenoli z owoców granatu poddanych żywej fermentacji. Polifenole takie są bardzo aktywne biologicznie i łatwoprzyswajalne, nawet dla osób ze słabszym trawieniem, a same produkty są **przyjazne cukrzykom**.

Polifenole korzystnie wpływają na utrzymanie zdrowia prostaty, naczyń krwionośnych (także mózgowych) oraz serca. Polecane są w profilaktyce wczesnej gdyż, jako jedno z najsilniejszych antyutleniaczy, spowalniają procesy starzenia się komórek, mają korzystny wpływ na utrzymanie witalności oraz wspomagają utrzymanie prawidłowego poziomu cholesterolu. Są ważne szczególnie dla panów po 45 roku życia prowadzących siedzący tryb życia.

## **Bardzo wysoka bioaktywność**

Tylko 10 ml lub 2 kapsułki **GranaProstanu** zawierają tyle wysoce bioaktywnych antyutleniaczy, co 1 butelka dobrego czerwonego wina. 500 ml lub opakowanie 100 kapsułek **GranaProstanu** posiada moc przeciwutleniającą TEAC 225 mmol oraz zawiera 15 000 mg polifenoli.

## **Składniki GranaProstan stosuje się:**

- dla prostaty
- dla serca, naczyń wieńcowych i mózgowych
- dla witalności i wydolności
- by spowolnić procesy starzenia

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

**płyn:** 10 ml rozpuszczone w 200 ml soku lub wody, przy zwiększonym zapotrzebowaniu 10 ml x 2,

**kapsułki:** 2 szt. popite wodą lub sokiem, przy zwiększonym zapotrzebowaniu 4 szt.

Przyjmować godzinę przed lub 2 godziny po posiłku.

## **GranaProstan suplement diety**

płyn lub kapsułki na 25 - 50 dni

**100 kapsułek** celulozowych – **145 zł**

**Płyn 500 ml** – **143 zł**



-gluten-  
-cukier-  
vegan

# GranaCor dla naczyń, mózgu, serca



Kapsułki **GranaCor** zawierają prefermentowany, liofilizowany miąższ owoców granatu wzbogacony składnikami dla serca i naczyń: selenem, kwasem foliowym, witaminami B12, D3 i E oraz ekstraktem z winogron. Na jedno opakowanie **GranaCor** zużyto ok. 30 najlepszej jakości, świeżych, dojrzałych na słońcu owoców granatu.

Składniki produktu zostały dobrane tak, aby jak najskuteczniej wzmacniać serce i naczynia krwionośne, także mózgowe (granat). Istotnym jest, że mogą one przynieść poprawę dotlenienia mięśnia sercowego, gdyż pomagają w prawidłowej produkcji krwi, utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny (kwas foliowy, witamina B12) i regulacji poziomu cholesterolu (granat). Witamina E oddziałuje przeciwutleniająco.

Polifenole w **GranaCor** mają wysoki stopień bioaktywności dzięki zastosowaniu procesu żywej fermentacji oraz suszenia przez zamrażanie. Dlatego tak korzystnie wpływają na stan naczyń krwionośnych, w tym mózgowych (wzmacniają je oraz uszczelniają).

#### **4 kapsułki GranaCor zawierają:**

*2 g prefermentowanego, liofilizowanego miąższu z owoców granatu (600 mg aktywnych polifenoli), kwas foliowy (400 µg), selen (50 µg), naturalne witaminy: E (20 mg), B12 (2 µg), D3 (5 µg).*

#### **Przeznaczenie: ze względu na skład, GranaCor stosuje się:**

- dla wspomoczenia sprawności oraz prawidłowej pracy mózgu
- dla naczyń krwionośnych
- dla serca, jego sprawnej pracy oraz dobrej wytrzymałości
- dla ogólnego wzmocnienia organizmu
- w kuracjach witalizujących

#### **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

- 2 kapsułki,
- przy zwiększonym zapotrzebowaniu 4 kapsułki.

Spożywać godzinę przed lub 2 godziny po posiłku popijając sokiem lub wodą.

**GranaCor** suplement diety

**60 kapsułek** celulozowych na 15-30 dni – **97 zł**

© Natika - Fotolia.com





**PROMOCJA!**

# Granaimmun odporność na cały rok

**Granaimmun** jest bardzo bogaty w aktywne polifenole i składniki niezbędne dla prawidłowej pracy układu odpornościowego: witaminę B<sub>2</sub>, cynk oraz selen. Witamina B<sub>2</sub> jest ważna dla prawidłowego stanu błon śluzowych jamy ustnej i gardła. Produkt jest szczególnie cenny w okresie zwiększonej zapadalności na przeziębienia i grypę, ponieważ jego składniki działają korzystnie na skracanie czasu i łagodzenie objawów przeziębienia i grypy. Jednakże, dobra odporność jest potrzebna przez cały rok, a **Granaimmun** wspaniale pomaga w jej utrzymaniu.

Składniki aktywne **Granaimmunu** działają na pierwszej linii obrony – wchłaniają się już w jamie ustnej i gardle. Dla szybkiego efektu wchłaniania, do produktu dodany jest alkohol. Jednakże, jego ilość w porcji dziennej jest taka, jak w kromce razowego chleba. Dlatego **Granaimmun** to środek bezpieczny, także dla małych dzieci.

### **W 3 ml (zalecana porcja dzienna dla osoby dorosłej) zawarte jest:**

225 mg polifenoli z owoców granatu i dzikiego bzu, 55 µg selenu (50%\*), 10 mg cynku (50%\*), 0,7 witaminy B<sub>2</sub> (50%\*) (\* % zalecanego dziennego spożycia).

### **Składniki zawarte w Granaimmun stosuje się:**

- w celu utrzymania odporności w okresie jesienno-zimowym oraz wiosennym,
- dla prawidłowego stanu błon śluzowych jamy ustnej, gardła i dziąseł,
- dla dobrej odporności.

### **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

max. 5 x 15 lub 3 x 25 kropli.

Lepiej podawać częściej a mniej, tak aby jak najwięcej wchłonęło się przez błony śluzowe jamy ustnej i gardła.

### **Sposób przyjmowania:**

zakropić do jamy ustnej, przytrzymać w ustach przez ok. minutę, następnie połknąć. Nie popijać. Małym dzieciom można podać w soku.

*Alkohol stanowi 16% objętości produktu.*

### **Granaimmun suplement diety**

**100 ml na 33 - 120 dni – 59 zł 49 zł**

© ExQuisite / © Sergejs Rahunoks - Fotolia.com



-gluten-

-cukier-

-vegan



# GranAmore zdrowa słodycz



**GranAmore** to gęsty, słodki i bardzo smaczny syrop z dzikiej róży i granatów. To czysta przyjemność i zdrowie. Świetnie nadaje się na miłe rozpoczęcie dnia, jako składnik zdrowego śniadania, na podwieczorek, czy zawsze wtedy, kiedy masz ochotę na coś słodkiego.

Na 100g produktu zużyto 120g owoców – 80g granatów i 40g róży. Są one bogate w składniki ważne dla zdrowia i witalności: granat to źródło polifenoli, róża – witaminy C. Koncentrat z granatu został częściowo przefermentowany, więc zawarte w nim polifenole świetnie się wchłaniają. Swoją słodycz **GranAmore** zawdzięcza wyciągowi z róży, trzciny cukrowej i liści stewii.

### *GranAmore to produkt skoncentrowany. Możesz użyć go:*

- do słodzenia herbaty,
- do smarowania chleba,
- jako składnik deserów,
- jako polewa lub składnik ciast, naleśników, pierogów owocowych,
- do porannych płatków,
- do słodzenia zdrowych koktajli owocowych i warzywnych.

Firma **Dr. Jacob's** jest liderem w tworzeniu innowacyjnych produktów z granatu. Charakteryzują się one przyjemnym smakiem, stałą i stabilną ilością polifenoli. Dzięki zastosowaniu technologii żywej fermentacji i zagęszczania w warunkach próżniowych, mają praktycznie 100% przyswajalność.

### **GranAmore 260 g netto – 24 zł**

Całkowita zawartość cukrów 42g/100g.



© Africa Studio - Fotolia.com

-gluten-

vegan



# AminoBase dla odżywienia i odchudzania

**AminoBase** to pełnowartościowe pożywienie roślinne. Zawiera wszystkie niezbędne aminokwasy, węglowodany złożone, błonnik, kwasy tłuszczowe, witaminy i minerały. Występują one w odpowiednich proporcjach i łatwo przyswajalnej formie. Nawet długotrwałe stosowanie **AminoBase** nie naraża na niedobory ważnych dla zdrowia składników odżywczych. Idealne dla wegetarian i wegan. Nie zawiera glutenu, składników mleka, substancji słodzących, konserwantów i aromatów. Produkt ma dwa zastosowania:

1. do przygotowania smacznych posiłków pomagających kontrolować wagę ciała – porcja posiłku z **AminoBase** to tylko 211 kcal! Aby zmniejszyć lub utrzymać wagę można zastąpić 1-2 posiłki dziennie jedną porcją musu lub koktajlu **AminoBase**.
2. dla osób potrzebujących łatwo przyswajalnych składników (problemy z wchłanianiem, trawieniem).

**AminoBase** jest bogate w minerały zasadowe, co czyni go idealnym do wspomagania diet odchudzających i głodówek, lecz jednocześnie chroni przed ich różnymi nieprzyjemnymi efektami. Dostarcza tego, czego organizmowi potrzeba do dobrego funkcjonowania.

Porcja **AminoBase** daje poczucie sytości, wspiera metabolizm i aktywność jelit. Dzięki wysokiej zawartości błonnika zapewnia normalną objętość stolca. Połączenie amarantusa z cieciorą, białkiem grochu i białkiem sojowym (z dodawanego mleka sojowego) tworzy optymalny profil aminokwasów i odpowiednią zawartość białka.

Opakowanie **AminoBase** wystarcza na 7 pełnowartościowych posiłków (np. obiady na cały tydzień).

Przy ścisłej diecie jedna porcja **AminoBase** zastępuje nawet dwa posiłki.

Dla odchudzania należy stosować razem z **Metodą Dr. Jacob'a**.

### Składniki **AminoBase** zalecane są:

- przy osłabionym trawieniu i wchłanianiu
- przy głodówkach oczyszczających
- dla osób odchudzających się
- dla osób na diecie lekkiej

**AminoBase** *środek spożywczy zastępujący posiłek, do kontroli masy ciała. Jedna porcja może zastąpić nawet dwa posiłki.*

**Miarki napełniać do wysokości kreski.**

**300 g na 7 porcji – 59 zł**



© Vidady / nito / Swapan - Fotolia.com

vegan  
-cukier  
-gluten

# AminoBase dla odżywienia i odchudzania



## AminoBase + Metoda Dr. Jacob'a dla regulacji wagi

Jeżeli stosujesz AminoBase dla odchudzania, przejdź na sposób odżywiania proponowany w Metodzie Dr. Jacob'a. Efekt praktycznie gwarantowany!

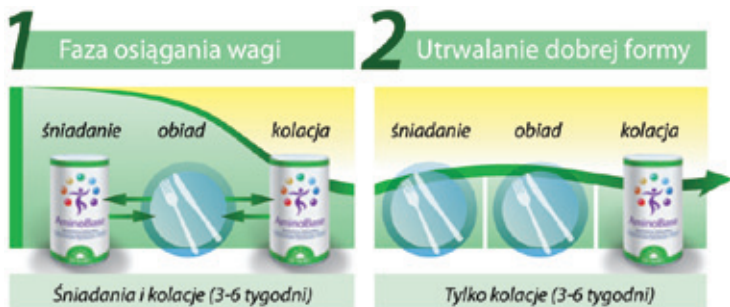
### Zdrowe odchudzanie – dwie fazy dojścia do pożądanej wagi

#### 1. Faza osiągnięcia wagi (3-6 tygodni)

- Zamień 2 posiłki dziennie na posiłki sporządzone z AminoBase.
- Jeśli potrzebujesz lekkiej przekąski między posiłkami zjedz owoce lub warzywa (lecz nie banany i słodzone soki owocowe).
- Unikaj produktów pochodzenia zwierzęcego jak mięso, jaja i mleko.
- Pij 2-3 litry wody lub ziołowej herbaty dziennie.

#### 2. Utrzymanie dobrej formy (3-6 tygodni)

- Na stałe zastąp 1 posiłek, najlepiej kolację, AminoBase.
- W codziennej diecie zastosuj Metodę Dr. Jacob'a.



### AminoBase

zawiera aż 18 niezbędnych aminokwasów.

Na 100 g protein w AminoBase przypada:

alanina	4,0 g	lizyna	7,0 g
arginina	8,8 g	metionina	1,7 g
kw. asparaginowy	10,1 g	fenyloalanina	5,8 g
cysteina	1,7 g	prolina	4,4 g
kw. glutaminowy	16,2 g	seryna	5,0 g
glicyna	4,6 g	treonina	4,4 g
histydyna	2,8 g	tryptofan	1,3 g
izoleucyna	5,3 g	tyrozyna	4,0 g
leucyna	8,5 g	walina	4,5 g

### Jedna porcja to tylko 211 kalorii





## Kwasy kontra zasady

Nasze ciało nieustannie stara się utrzymać równowagę kwasowo-zasadową. Krew, limfa czy płyn mózgowo-rdzeniowy muszą mieć ściśle określony odczyn pH. Ilość substancji kwaśnych i zasadowych ciągle się zmienia i jest zależna od wielu czynników.

**Głównymi źródłami kwasów są:** stres, nadmierna praca fizyczna lub umysłowa (także intensywne uprawianie sportu), dieta bogata w mięso, wędliny, ryby, jajka, sery, cukier i słodczyce, napoje słodzone, produkty z białej mąki, kawa, alkohol, a także nikotyna.

Kwasy obciążają cały organizm, w szczególności nerki i wątrobę. Ciało musi je szybko balansować, a używa do tego substancji zasadowych jak: wapń, potas, magnez. Dlatego ważnym jest, by w diecie nie zabrakło pokarmów i substancji o działaniu zasadowym: warzyw, owoców, jagód, kaszy jaglanej, wapnia, potasu, magnezu, cytrynianów (patrz produkty na str. 42-44).

# Balans kwasowo-zasadowy to balans zdrowia



## Przewlekłe zakwaszenie

Medycyna zna niebezpieczeństwo ostrej kwasicy i potrafi sobie z nią radzić, lecz mało kto mówi o zakwaszeniu przewlekłym, które dotyka bardzo wiele osób. Zakwaszenie takie powstaje jeżeli w pożywieniu brak odpowiedniej ilości minerałów zasadowych, które neutralizują kwasy dostarczane z pożywieniem i powstające w procesie przemiany materii. Organizm musi neutralizować kwasy więc pobiera minerały z zapasów – z tkanek i kości. Stan taki może doprowadzić do wyjąłowania organizmu z minerałów zasadowych.

Przewlekłe zakwaszenie jest trudne do dostrzeżenia, gdyż powstaje powoli. **Oto tylko kilka z efektów nadmiaru kwasów w organizmie:** zatrucie i obciążanie wątroby i nerek, „przyduszanie” metabolizmu komórkowego (mało energii), „wypłukiwanie” minerałów istotnych dla kości, zębów i włosów, siły mięśniowej, wydolności nerwowej, możliwości umysłowych oraz wielu innych funkcji życiowych.

## Kwasy powodują ból, zasady przynoszą ulgę

Kwasy drażnią zakończenia nerwowe odpowiedzialne za odczuwanie bólu. Im więcej kwasów w organizmie, tym silniej odczuwamy ból. Każdy doświadczył zakwasów w mięśniach i bólu, jaki im towarzyszył – niekiedy uniemożliwiał on nawet poruszanie. Osoby z zakwaszeniem znacznie mocniej odczuwają dolegliwości bólowe, szczególnie te, które towarzyszą chorobom ze stanami zapalnymi (np. bóle reumatyczne), gdyż stan zapalny sam w sobie powoduje wytwarzanie kwasów i ból. Samo odkwaszenie organizmu może znacząco obniżyć odczuwanie takiego bólu.

## Więcej związków zasadowych to więcej energii

Przemiana materii i wytwarzanie energii w komórce odbywa się podczas skomplikowanego procesu chemicznego (cykl Krebsa). Składnikami umożliwiającymi jego prawidłowy przebieg są m.in. **działające zasadowo cytryniany**. Ich niedobór powoduje znaczące utrudnienie metabolizmu. W komórkach powstaje mało energii oraz dużo niezmetabolizowanych „odpadów” i kwasów. Minerały zasadowe, jak magnez i wapń, przyczyniają się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego. Ważne jest jednak aby przyjmować je nie w czystej postaci, lecz jako cytryniany, gdyż taka forma nie powoduje zmiany pH żołądka i jelit.

## Produkty Dr. Jacob's – naturalna równowaga kwasowo-zasadowa

Wzorując się na naturze, **Dr. Jacob's** od lat tworzy produkty oparte na zasadowo działających cytrynianach, przy zachowaniu właściwych proporcji minerałów zasadowych (dużo magnezu, potasu i wapnia a mało sodu), które przywracają balans pH organizmu. Dlatego składniki produktów z niebieskiej części folderu mają dobre właściwości remineralizujące i odkwaszające, nie zmieniają pH jelit, korzystnie wpływają na ciśnienie krwi, pracę układu nerwowego oraz serce.



# Sprawdź swój balans kwasowo-zasadowy

## Czy mam zakwaszony organizm – krótki test\*

Odpowiedz na pytania i podlicz uzyskane punkty (są w nawiasach).

1. Ile razy dziennie jesz owoce i warzywa? do 2 razy (2) 3-4 razy (1) 5 i więcej (0)
2. Czy często jesz słodkocze, ciasta, słodzone płatki? Tak (1) Nie (0)
3. Czy pijesz codziennie alkohol? Tak (1) Nie (0)
4. Czy co dzień pijesz napoje słodzone, colę, kawę, herbatę, soki? Tak (1) Nie (0)
5. Jak często wykonujesz wysiłek fizyczny? 2 razy w tyg. i więcej (0) do 2 razy w tyg. (1)
6. Mięsa, wędlin, sera spożywasz dziennie: do 50g (0) 50-100g (1) ponad 100g (2)
7. Czy regularnie jadasz wieczorami większe posiłki? Tak (1) Nie (0)
8. Czy często ulegasz sytuacjom stresowym w domu lub w pracy? Tak (1) Nie (0)
9. Czy dziennie pijesz ok. 2 l wody lub herbaty ziołowej? Tak (0) Nie (1)
10. Czy cierpisz na nadwagę lub otyłość? Tak (1) Nie (0)
11. Czy regularnie zażywasz środki przeciwbólowe? Tak (1) Nie (0)
12. Czy palisz? Tak (1) Nie (0)

**Od 0 do 3:** twój styl życia sprzyja równowadze kwasowo-zasadowej. Oby tak dalej!

**Od 4 do 9:** nie jest źle, ale możesz łatwo pomóc sobie poprzez zmianę niezdrowych nawyków. Postaraj się mieć na talerzu więcej warzyw oraz owoców i... więcej ruchu.

**Od 10 do 14:** twój styl życia wyprowadza organizm z równowagi. Ogranicz jedzenie mięsa na rzecz owoców i warzyw. Znajdź czas na ruch i relaks. Pomocna dla równowagi będzie regeneracja flory jelitowej i uzupełnienie diety w cytryniany.

\*powyższy test służy tylko ogólnemu przyjrzeniu się gospodarce kwasowo-zasadowej.



# Papierki lakmusowe sprawdź swój balans



Określenie stanu kwasowo-zasadowego w komórce lub we krwi jest niezwykle trudne. Pomiar wartości pH moczu za pomocą papierków lakmusowych daje możliwość ustalenia ogólnej sytuacji metabolicznej i sprawdzenia, czy z pożywienia wchłaniana jest wystarczająca ilość elementów zasadowych (Welch et al., 2007). Pozwala także sprawdzić czy nerki i wątroba prawidłowo oczyszczają organizm z kwasów.

Skala pH obejmuje wartości od 0-14. 7 to poziom neutralny, poniżej 7 to odczyn kwaśny, powyżej 7 – zasadowy. pH moczu waha się między 5,5 a 7,5. Ważne jest aby mierzyć je **bardzo czułymi papierkami lakmusowymi**, które wskazują wartości np. co 0,2 stopnia pH (takie są w naszym zestawie), a nie co 1 stopień.

Pomiarów pH moczu należy dokonywać przed posiłkiem lub 1-2 godziny po posiłku. Żółte pole papierka należy zwilżyć świeżym moczem. Pole wskaźnika zmienia swój kolor w zależności od wartości pH. Kolor wskaźnika należy porównać ze skalą kolorów (w ciągu 2 minut) i odczytać wartość pH.

Jednorazowy pomiar dzienny nie jest wystarczający, a przypadkowe, sporadyczne pomiary wartości pH moczu mogą łatwo wprowadzić w błąd. Dla uzyskania idealnego określenia indywidualnego profilu kwasowo-zasadowego powinno się dokonywać ok. 5–6 pomiarów dziennie przez przez 3–6 dni. Wyniki należy wpisać do diagramu i narysować krzywą.

Papierki lakmusowe polecamy szczególnie przy stosowaniu produktów pH balans i Chi-Cafe. Dzięki nim można zauważyć korzystne zmiany pH moczu, jakie zachodzą podczas stosowania tych produktów. Przykładowo, można sprawdzić pH moczu po wypiciu zwykłej kawy (zakwasza) i Chi-Cafe (kawa, która nie zakwasza, czytaj od strony 68).

## Papierki lakmusowe

zakres pomiarowy pH 5,6 - 8,0,  
dokładność do 0,2 stopnia pH

## Zestaw w formie broszurki:

30 papierków, instrukcja stosowania i tabela do nanoszenia wyników. Dodatkowo gratis – próbki produktów: **FizjoBalans** oraz **Chi-Cafe balans** – cena 15 zł



**NOWOŚĆ!**

# FizjoBalans dla stawów, kości i mięśni

**FizjoBalans** to produkt dla wszystkich, którzy chcą zadbać o swoje stawy i kości oraz dobre funkcjonowanie mięśni. W szczególności polecany uprawiającym sport, wysiłkiem fizyczny oraz osobom po 50 roku życia.

To wzorowana na naturze smaczna mieszanka łatwo przyswajalnych **cytrynianów i mleczanu** (minerałów pochodzenia naturalnego), **glukozaminy** z warzyw oraz innych aktywnych składników dla zdrowia kości, stawów i mięśni. Produkt zawiera czarną porzeczkę, żurawinę i różę, które nadają mu przyjemny smak.

## *Wpływ składników FizjoBalans na zdrowie:*

- tworzenie kolagenu chrząstek i kości – witamina C
- utrzymanie zdrowych kości – wapń, magnez, witamina D
- funkcjonowanie mięśni – potas, magnez
- dla układu nerwowego – potas, witamina B<sub>1</sub>
- redukcja zmęczenia – magnez, witamina C
- równowaga kwasowo-zasadowa – cynk
- utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi – potas

Nasz układ ruchu tworzą kości, mięśnie i stawy. Stawy zbudowane są z chrząstek, włókien kolagenowych i mazi stawowej. Do ich tworzenia potrzebna jest **witamina C** i **glukozamina**, które są aktywnymi składnikami **FizjoBalans**. Wszystkie składniki **FizjoBalans** są dobrane tak, aby wzajemnie uzupełniać swoje działanie. To czyni ten produkt bardzo skutecznym.

**NOWOŚĆ!**



## **Podczas posiłku spożywać:**

1-2 razy dziennie 1 miarka (6 g) rozpuszczona w 300 ml wody (najlepiej lekko gazowanej).

2 porcje produktu dziennie mogą stosować osoby powyżej 15 roku życia.

*Przy zaburzeniach metabolizmu potasu, hiperkaliemii, niewydolności nerek, zasadowicy – stosować tylko po konsultacji z lekarzem.*

**FizjoBalans** suplement diety  
**proszek 300 g na 50 dni – 87 zł**

*Rosliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.*

# pH balans plus odkwaszanie, energia i siła



**pH balans Plus** jest to wzorowany na naturze proszek, z którego zrobisz zdrowy napój orzeźwiający o cytrynowym smaku. Zawiera minerały organiczne, dużo potasu, wapń i magnez w idealnym stosunku około 3:2, błonnik z akacji oraz bardzo mało sodu. Produkt szczególnie polecany osobom po 50 roku życia, pracującym fizycznie lub umysłowo, uprawiającym sport. **Tylko jedna porcja napoju zaspokoi następujący procent dziennego zapotrzebowanie na: potas 38%, magnez 50%, wapń 34%, cynk 15%, witamina D 50%, witamina B1 38%.**

## **Wpływ składników pH balans Plus na zdrowie:**

**Cynk** – dla równowagi kwasowo-zasadowej, metabolizmu kwasów tłuszczowych i węglowodanów, zdrowych włosów, paznokci, skóry i kości, wzroku i odporności.

**Potas** – pomaga w prawidłowej pracy układu nerwowego, mięśni (w tym serca), ważny dla prawidłowego ciśnienia krwi.

**Magnez** – dla metabolizmu energetycznego (wytwarzanie energii, siła mięśni), pracy mięśni i układu nerwowego, utrzymania funkcji poznawczych i psychologicznych, dla zdrowych kości i zębów, zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.

**Wapń** – dla prawidłowego krzepnięcia krwi, metabolizmu energetycznego, pracy mięśni, przekaźnictwa nerwowego, zdrowych kości i zębów.

**Witamina D** – dla prawidłowego przyswajania wapnia i utrzymywania jego poziomu we krwi, dla zdrowych kości i zębów oraz funkcjonowania mięśni i odporności.

**Tiamina (witamina B1)** – dla układu nerwowego oraz funkcji psychologicznych, metabolizmu energetycznego, prawidłowego funkcjonowania serca.

## **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

1-2 razy dziennie płaską miarkę (6 g) rozpuścić w 300 ml wody, najlepiej gazowanej. Pić z posiłkiem.

Nadaje się dla dzieci powyżej 5 lat. Napój zawiera drobno zmielone aromatyczne kawałki skórki cytrynowej.

*Nie stosować przy: zasadowicy, hiperkaliemii, niewydolności nerek, lub z diuretykami oszczędzającymi potas. Nie używać zamiast pH balans w Kuracji cholinowej.*

**pH balans Plus** suplement diety  
**proszek 300 g na 25 - 50 dni – 79 zł**

*Rośliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.*



© Elena Schweitzer - Fotolia.com

gluten-

cukier-

vege





# pH balans

## odkwaszanie, remineralizacja

**pH balans** to wysoce skuteczny preparat głęboko odkwaszający organizm i uzupełniający niedobory ważnych dla zdrowia składników jak: magnez, wapń, potas.

**pH balans** w 95% stanowią cytryniany – naturalne substancje występujące w komórkach odpowiedzialne za prawidłowe spalanie pokarmów i eliminację kwasów. Cytryniany są łatwoprzyswajalne i nie zmieniają pH jelit – działają dopiero w komórce. **pH balans** zawiera tylko śladowe ilości sodu (jak w pokarmach naturalnych), który źle wpływa na pH i środowisko jelit oraz podnosi ciśnienie krwi.

Do **pH balans** dodane są: cynk, krzem i witamina D, które biorą udział w eliminacji kwasów i są niezbędne do dobrego przyswajania wapnia, potasu i magnezu.

### *Wpływ składników pH balans na zdrowie:*

- **cytrynian potasu** (potas) – odkwasza, korzystnie wpływa na ciśnienie krwi oraz funkcje układu nerwowego i mięśni,
- **cytrynian magnezu** (magnez) – odkwasza, zmniejsza uczucie zmęczenia, wspomaga funkcje psychologiczne i nerwowe, dla zdrowych kości i zębów,
- **cytrynian wapnia** (wapń) – odkwasza, dla energii, zdrowych zębów, kości,
- **cynk** – równowaga pH, wpływa na odporność, wzmacnia włosy i paznokcie,
- **krzem** – istotny dla ważnych procesów życiowych,
- **witamina D** – ważna dla kości i zębów oraz odporności, silny antyutleniacz.

**UWAGA:** pH balans najkorzystniej jest stosować razem z VitaColonem (opis obok) lub Lactacholinem (str. 48).



### **Podczas posiłku spożywać:**

**proszek** – pół miarki (4,5g) w 200 ml soku lub wody, przy zwiększonym zapotrzebowaniu: pół miarki dwa razy dziennie.

**tabletki** – 2 x 2 tabletki popite wodą, przy zwiększonym zapotrzebowaniu: 2 x 4 tabletki.

**Nie stosować przy alkalozie, niewydolności nerek, nadmiarze potasu.**

**pH balans** suplement diety  
na 30 - 60 dni

**proszek 300 g – 87 zł**

**tabletki 250 szt. – 87 zł**

Rośliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.



# VitaColon dla jelit, trawienia i sylwetki



Przyjmowanie prebiotyku (*substancja stymulująca rozwój flory bakteryjnej jelit*) kwasu mlekowego **VitaColon** bardzo korzystnie wpływa na jelita. Utrzymuje ich naturalne, lekko kwaśne pH i aktywnie wspomaga przemianę materii. Odżywia i pielęgnuje błonę śluzową jelit. Stwarza dobre warunki dla rozwoju naturalnej flory jelitowej. Dzięki temu sprzyja regulacji funkcji jelit, prawidłowemu trawieniu i wypróżnianiu.

**Prawoskrętny kwas mlekowy** stanowi wartościowy pokarm dla flory bakteryjnej jelit i sprzyja jej szybkiej regeneracji. Bakterie jelitowe rozkładają go na kwas mąsłowy, który odżywia i tonizuje błonę śluzową jelit.

Uregulowanie środowiska i funkcji jelit bardzo korzystnie wpływa na pracę wątroby i nerek. Ułatwia oczyszczanie organizmu z toksyn, pomaga w regeneracji, witalizuje.

#### **Porcja dzienna (20 ml) VitaColonu zawiera:**

- *prawoskrętny kwas mlekowy (13 %),*
- *wyciąg z topinamburu – słonecznik bulwiasty (23 %),*
- *koncentrat z soku owoców aronii (34 %),*
- *ekstrakty z czarnego bzu, róży i amlı,*
- *mieszankę ziół (5 %).*

Wzmocnienie naturalnej flory bakteryjnej jelit ma bardzo korzystny wpływ nie tylko na funkcje jelit i trawienie, ale jest bardzo ważne dla odporności.

**VitaColon** ma przyjemny smak suszonych owoców. Działa najlepiej w połączeniu z **pH balans**.

#### **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

1 tydzień 10ml rozcieńczone w 250ml soku lub wodzie, od 2 tygodnia 10ml dwa razy dziennie. Spożywać do posiłku.

*Nie stosować przy: alkalozie, hiperglikemii, niewydolności nerek, nietolerancji fruktozy. W przypadku wystąpienia gazów przyjmować mniejszą porcję **VitaColon** i stopniowo ją zwiększać.*

**VitaColon** suplement diety  
**500 ml na 25-50 dni – 139 zł**

© ExQuisine / © Swapan / © borzywoj / © sommai / © siwaporn999 - Fotolia.com



-gluten-

-cukier-

vegan



# Minerały + witaminy D3 i K2 dobre połączenie

## Synergia, czyli wzajemne uzupełnianie się

Zarówno w naturze jak i w naszym organizmie, składniki witalne nie występują samodzielnie. Zawsze są one w towarzystwie innych ważnych związków, i dopiero efekt ich wspólnego działania umożliwia zachodzenie procesów biologicznych i przynosi korzystne efekty. Nasze produkty wzorujemy na naturze, dlatego wiemy jak bardzo ważne są odpowiednie połączenia i proporcje składników.

Przykładowo: do wchłonięcia odpowiedniej ilości wapnia potrzebny jest magnez. Ale żeby wchłonięty wapń był dobrze wykorzystany, potrzebna jest witamina D3. Jednakże nie tylko ona! Żeby wapń trafił do kości, a nie powodował np. zwapnień ścianek naczyń, towarzyszyć powinna jej także witamina K2.

*W badaniach udowodniono, że niedobór witaminy K2 prowadzi do zwapnienia tętnic (El Asmar et al., 2014). Pacjenci z niedoborem wapnia w kościach mają nadmiar wapnia w tętnicach i odwrotnie. Niedobór wapnia w kościach prowadzi do osteoporozy, podczas gdy odkładanie się wapnia w ścianach tętnic jest przyczyną choroby wieńcowej i innych rodzajów chorób serca i układu krążeniowego, nerek i chorób neurodegeneracyjnych (Flore et al., 2013). Ważnym jest też to, aby witamina K2 była w postaci menachinonu 7 (MK-7).*



### Wybieraj minerały w formie cytrynianów

Jeżeli używasz produktów z minerałami, wybieraj te złożone, ze składnikami wspomagającymi ich wchłanianie. Spożywaj minerały w formie **cytrynianów**. Tak właśnie – wzorując się na naturze – stworzone są produkty z minerałami Dr. Jacob's: **pH balans**, **pH balans Plus** oraz **FizjoBalans** (str. 42-44).

### Minerały stosuj razem z witaminami D3 i K2

Jeżeli chcesz samodzielnie decydować w jakich proporcjach będziesz przyjmować witaminy D3 i K2, zakup je w oddzielnych opakowaniach – **D3 Witamina słońca** i **Witamina K2** (str. 15 i 16). Jeżeli chcesz mieć już te witaminy już zmieszane – stosuj produkt **Witamina D3K2** (str. 17).

# Napój witalny jasny umysł i energia



Napój Vitalny to smaczne i zdrowe połączenie dwóch produktów: **Lactirelle** i **FizjoBalans** (opisy na str. 18 i 42). Zestaw ten powinny stosować w szczególności osoby po 50 roku życia. Świetny jako **orzeźwiający napój izotoniczny** po wysiłku fizycznym.

## Wpływ składników Napoju Vitalnego:

**Tworzenie kolagenu chrząstek i kości** – witamina C  
**Utrzymanie zdrowych kości** – wapń, magnez, witamina D  
**Wspomaganie układu odpornościowego** – witamina D  
**Wytwarzanie energii w komórkach** – witamina B1  
**Równowaga kwasowo-zasadowa** – cynk  
**Funkcjonowanie mięśni** – potas, magnez  
**Wspomaganie funkcji serca** – witamina B1  
**Redukcja zmęczenia** – magnez, witamina C  
**Utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi** – potas  
**Korzystny wpływ na funkcje umysłowe** – witamina B1  
**Dobry wpływ na układ nerwowy** – potas, witamina B1



### Napój Vitalny polecany jest dla:

- osób aktywnych fizycznie, uprawiających sport
- osób pracujących umysłowo, uczniów
- balansu pH organizmu i prawidłowego pH jelit
- stawów i kości oraz siły mięśni

## Napój Vitalny

Szklanka letniej, najlepiej lekko gazowanej wody, 5 ml **Lactirelle** i miarka **FizjoBalans**. Dobrze wymieszaj i ciesz się orzeźwieniem.

**2 x Lactirelle 100 ml**  
**+ FizjoBalans 300 g**  
**Zestaw na 50 dni.**  
**Cena 159 zł**





# Lactacholin dla wątroby, energii i nerwów

**Lactacholin** to produkt szczególny, gdyż zawiera łatwo przyswajalną cholinę, kwas mlekowy i zestaw witamin z grupy B!

**Cholina** jest niezbędna dla metabolizmu tłuszczów i funkcjonowania wątroby (oczyszczanie ze złogów tłuszczowych). Jej niedobór może prowadzić do stłuszczenia wątroby. Cholina wchodzi w skład osłonek komórek nerwowych (osłonki mielinowe). Obniżony poziom acetylocholiny w mózgu występuje np. w chorobie Alzheimera. Regularne spożywanie alkoholu obniża poziom choliny we krwi i wątrobie. Większość osób spożywa z pokarmem jedynie 10% dziennego zapotrzebowania na cholinę.

Suplementacja choliny jest szczególnie ważna w okresie ciąży i laktacji, u osób spożywających alkohol, wegetarian i wegan, pracujących umysłowo, po 50. roku życia.

**Prawoskrętny L (+)-kwas mlekowy** to pożywienie dla bakterii jelitowych, które rozkładają go na kwas masłowy, który odżywia błonę śluzową jelit. Stanowi także niekiedy paliwo dla serca oraz komórek nerwowych i mózgu. Kwas mlekowy utrzymuje lekko kwaśne środowisko jelita grubego, co wspomaga neutralizację i wydalanie amoniaku (gaz powstający podczas przemiany materii).

**Witaminy z grupy B** są ważne dla funkcji serca i wytwarzania energii. Mają korzystny wpływ na funkcje układu nerwowego i sprawność umysłową. Zmniejszają objawy zmęczenia i wyczerpania. Wspomagają procesy regeneracji skóry i błon śluzowych, są ważne dla dobrej kondycji wzroku, dla metabolizmu żelaza, procesu tworzenia krwi i krwinek czerwonych.

## Składniki Lactacholinu:

- wspomagają oczyszczanie wątroby, także ze złogów tłuszczowych i cholesterolu
- wspomagają utrzymanie prawidłowych funkcji umysłowych i psychologicznych
- wspomagają procesy wytwarzania energii w komórkach, zmniejszają zmęczenie
- korzystnie wpływają na funkcje komórek nerwowych
- utrzymują lekko kwaśne środowisko jelit
- wspierają procesy metaboliczne w wątrobie

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

2 razy dziennie 3 ml rozpuszczone w 200 ml wody lub soku. Nigdy nie pić nierozcieńczonego! Spożywać do posiłku, najkorzystniej z **pH balans** jako **Kuracja Cholinowa** (str. 50).

**Lactacholin** suplement diety

**100 ml na 30 dni – 84zł 69zł**



-gluten-  
-cukier-  
vegan

Rośliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.



# Sól Niskosodowa dla serca, ciśnienia, nerek



**Sól Niskosodowa** to zdrowa alternatywa dla powszechnie stosowanej soli kuchennej. Sól kuchenna to przyczyna nadmiaru sodu w organizmie, co z czasem może powodować zwiększenie ilości płynów w krwiobiegu, niekorzystnie wpływać na serce i naczynia, podwyższać ciśnienie krwi, obciążać nerki. Poza tym sód w dużych ilościach zaburza przewodnictwo nerwowe i ma, jako substancja silnie zasadowa, niekorzystny wpływ na pH jelit.

## Polacy solą za dużo

W Polsce spożywamy za dużo soli. Dlatego nadciśnienie jest u nas chorobą społeczną. Ma je ponad 80% osób po 60. roku życia, a miewają je już nawet nastolatki! Niestety u wielu starszych osób następuje lekkie stępienie wrażliwości smakowej co sprawia, że solą jeszcze więcej. Nawyk solenia wpajany jest już we wczesnym dzieciństwie. Dodatkowo sól spożywamy nieświadomie w wielu gotowych produktach.

Redukcja spożycia soli kuchennej i zwiększenie spożycia potasu to prosty sposób, by zrobić coś dobrego dla zdrowia. Lecz wiele osób nie wyobraża sobie kuchni bez soli. Dlatego została stworzona **Sól Niskosodowa**. Smakuje jak zwykła sól, lecz zawiera **50% mniej sodu i dużo potasu**, którego nie ma w zwykłej soli.

*Specjaliści w zakresie żywienia zalecają: jedzmy mało sodu a dużo potasu. Kto obniża dzienne spożycie soli do jednej trzeciej, ten redukuje ryzyko chorób serca do jednej czwartej.  
(Cook i inni 2007)*

Food and Nutrition Board, kanadyjski instytut zajmujący się zdrowym żywieniem, zaleca spożywanie dziennie około 4700 mg potasu dla utrzymania odpowiedniej gęstości kości, dobrego stanu naczyń i serca.

## Sól Niskosodowa

Zawiera aż o 50 % mniej sodu.

Jest bogata w potas, który wpływa regulująco na pracę serca i ciśnienie krwi.

Zawiera himalajską sól krystaliczną.

## Sól Niskosodowa polecana jest dla:

- utrzymania prawidłowego ciśnienia krwi
- utrzymania prawidłowego stanu nerek
- zmniejszenia w diecie dawki sodu zawartego w soli

**Sól Niskosodowa 0,5 kg produkt spożywczy – 29 zł**

*Rośliny umieszczone przy tym produkcie nie są w jego składzie – mają funkcję estetyczną.*



-gluten-

-cukier-

vegan

© margo55 - Fotolia.com



# MelissaBalans<sup>+</sup> dla nerwów i ciśnienia

MelissaBalans<sup>+</sup> zawiera specjalny ekstrakt z melisy *Cyracos* oraz składniki dla silnych nerwów, odporności psychicznej i utrzymania prawidłowego ciśnienia.

U wielu osób podwyższone ciśnienie spowodowane jest stresem lub niepokojem. Ziele melisy znane jest od wieków ze swych właściwości uspokajających. Dlatego polecamy ten produkt zarówno dla osób żyjących w stresie, jak i przy kłopotach z zasypianiem. Tabletki MelissaBalans<sup>+</sup> mają także działanie odkwaszające.

**Składniki MelissaBalans<sup>+</sup> uzupełniają się wzajemnie i mają naukowo potwierdzony korzystny wpływ na zdrowie:**

- **Magnez** – dla prawidłowej pracy serca, funkcjonowania mięśni, układu nerwowego, prawidłowych funkcji umysłowych, dla zmniejszenia uczucia zmęczenia.
- **Potas** – pomaga w utrzymaniu prawidłowego ciśnienia krwi.
- **Magnez, witaminy B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub>, B<sub>6</sub>, kwas foliowy, B<sub>12</sub>** – dla procesów wytwarzania energii w komórkach, dla zdrowego funkcjonowania nerwów i funkcji psychologicznych, dla skóry i błon śluzowych.
- **Wapń, magnez, witamina D** – dla utrzymania dobrego stanu kości i zębów.
- **Cytrynian potasu (potas)** – odkwasza na poziomie komórkowym, wspomaga prawidłowe ciśnienie, wzmacnia mięśnie i nerwy.
- **Cytrynian magnezu (magnez)** – odkwasza na poziomie komórkowym, wpływa na prawidłowe napięcie mięśni i przewodność nerwów oraz balans elektrolitowy.
- **Witamina D** – dla zdrowia kości, zębów i mięśni, dla odporności, wspomaga przyswajanie wapnia i fosforu oraz utrzymanie poziomu wapnia we krwi.

**Składniki MelissaBalans<sup>+</sup> polecane są dla:**

- prawidłowego ciśnienia krwi,
- osób zestresowanych,
- równowagi nerwowej i funkcji umysłowych
- dobrego snu i zmniejszenia zmęczenia,
- intensywnie pracujących umysłowo.

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

5 tabletek wraz z posiłkiem, wodą lub herbatką MelissaBalans<sup>+</sup>, najkorzystniej przed snem. Dla prawidłowego ciśnienia krwi najlepiej stosować razem z **GranaCor** (opis str. 33).

**Nie stosować przy niewydolności nerek lub zasadowicy (alkalozie).**

**MelissaBalans<sup>+</sup> suplement diety**  
**250 tabl. na 50 dni – 129 zł**



# Herbatka MelissaBalans+ dla pH i oczyszczenia



Smaczna, ziołowo-owocowa herbata wspierająca równowagę kwasowo-zasadową organizmu i balansująca codzienną dietę. Korzystnie wpływa na przewod pokarmowy. Działa odprężająco, uspokajająco, zmniejsza uczucie zmęczenia, korzystnie wpływa na samopoczucie.

W jej skład wchodzi pełen bukiet ziół, kwiatów i przypraw, które nadają jej bardzo przyjemny smak kojarzący się z pełnią lata.

**Wszystkie składniki pochodzą z upraw ekologicznych.**

Herbatka **MelissaBalans+** ma także **działanie zasadowe** i doskonale nadaje się do popijania posiłków zawierających pokarmy kwasotwórcze – z dużą ilością białka (mięso, soja, strączkowe, nabiał), słodczyce, desery.

**Liść melisy** stanowi aż 10% składu herbatki, dlatego ma ona także działanie tonizujące, a pita przed snem ułatwia zasypianie i wpływa na poprawę jego jakości.

## **Składniki herbatki zasadowej MelissaBalans+:**

trawa cytrynowa, melisa (10%), pokrzywa, lukrecja, kawałki jabłka, cynamon kassja, skórka pomarańczowa, koper włoski (fenkuł), imbir, skórki owoców dzikiej róży, szałwia, miodokrzew, kolendra, czarny pieprz, kardamon, skórka z cytryny, oregano, tymianek, anyż, werbena, kwiat lawendy, kwiat hibiskusa, mięta zielona, mięta pieprzowa, rumianek, liść jeżyny, liść maliny.



**Produkt ekologiczny**

**Herbatka MelissaBalans+**  
**250g** na 200 szklanek herbaty – **79 zł**



-gluten-

-cukier-

vegan

## Zielona siła roślin

Witalność roślin zachwyca ludzkość od wieków. Podziwiać można ją szczególnie wiosną. Zielone części roślin, pełne chlorofilu i innych składników witalnych, są ważnym elementem diety człowieka. Dają siłę, ożywiają umysł, dobrze wpływają na przewód pokarmowy, oczyszczają i odtruwają. Dla wielu zwierząt są podstawowym lub nawet jedynym pokarmem.

Badacze i specjaliści od żywienia ponownie odkrywają ich zalety i zalecają, by zielone części roślin zajmowały odpowiednią ilość na naszych talerzach.

Wprawdzie w naszym klimacie trudno mieć dostęp do świeżych zielonych warzyw liściastych przez cały rok, ale dzięki nowoczesnym technologiom, jesteśmy w stanie zachować w naszych suplementach wszystkie właściwości witalne roślin.

Zielone koktajle zawierają żelazo ważne dla wytwarzania krwinek czerwonych i transportu tlenu do komórek.

Chlorofil roślin ma podobną budowę do hemoglobiny krwi.

Niech w oknie kuchni stoi

pietruszką,  
szczypiór,

zioła.

# Detoks i vitalność



Produkty opisane na kolejnych stronach w dziale zielonym zawierają wiele składników, które mają korzystny wpływ na zdrowie. Mają one wiele zastosowań, jednak wszystkie są dla utrzymania prawidłowych funkcji jelit. Każdy wie, że trzeba dbać o serce czy wątrobę, ale mało kto wie, jak dbać o jelita, które są równie ważne dla zdrowia i mają kluczowe znaczenie dla:

- przyswajania wartościowych składników z pożywienia,
- witalności i odporności,
- wytwarzania wielu witamin,
- oczyszczania organizmu.

Zaniedbane jelita mogą być przyczyną wielu kłopotów, siedliskiem chorobotwórczych bakterii i grzybów, miejscem powstawania toksyn. Lata oddziaływania patogenów lub toksyn mogą być przyczyną bardzo poważnych problemów zdrowotnych.

**Najpopularniejszymi objawami tego, że z naszymi jelitami jest coś nie w porządku są:** zaburzenia regularności wypróżnień, nadmierna produkcja gazów, niewłaściwa konsystencja stolca, bóle, w tym chroniczne bóle głowy, złe samopoczucie, niewłaściwe przyswajanie składników odżywczych prowadzące do ich niedoborów.



© pixelliebe - Fotolia

**Zachęcamy do zadbania o swoje jelita poprzez zastosowanie produktów bogatych w wartościowe składniki oraz błonnik.**

Składniki produktów **Green C** oraz **Sanacolon** to bogactwo aktywnych związków roślinnych i błonnik. Polecamy dla detoksu.

**LactoBifido** zapewnia porcję bakterii jelitowych dla utrzymania bądź odnowy prawidłowej flory jelitowej.

**Nasiona brokuła i chia** tworzą delikatną powłokę ochronną, wchłaniają toksyny, pomagają w regularnych wypróżnieniach.

Słódzik **SteviaBase** zawiera ksylitol, który odżywia bakterie jelitowe (strona 66).

Radzimy także zapoznać się z produktem **VitaColon** (strona 45).



**NOWOŚĆ!**

# Regenerat *imun* dla jelit i odporności

Nasze jelito jest domem ogromnej ilości bakterii. Może być trudno w to uwierzyć, ale jest ich tam około... 2 kg! To jakie bakterie mamy w jelitach, i w jakim są one stanie, jest niezwykle ważne nie tylko dla sprawnego trawienia i neutralizacji toksyn, ale także dla naszej odporności.

Jelito jest także największą błoną śluzową naszego ciała, która musi być nieustannie regenerowana. Jeżeli powstają w niej ubytki, pokarm może przedostawać się bezpośrednio do krwi, co może być przyczyną alergii pokarmowych.

Nasza flora jelitowa, układ odpornościowy i błona śluzowa jelit potrzebują ważnych składników odżywczych. Należą do nich roślinne kwasy tłuszczowe Omega-3, poszczególne aminokwasy, lecytyna (ze słonecznika), szereg mikroelementów i cennych witalnych substancji roślinnych, takich jak kurkuminoidy.

**Witaminy i minerały zawarte w Regenerat *imun* korzystnie wpływają na:**

- układ odpornościowy (selen, cynk, kwas foliowy, witaminy A, B6, B12, C, D)
- utrzymanie zdrowych błon śluzowych (biotyna, niacyna, witaminy A i B2)
- wytwarzanie energii w komórkach i redukcję poczucia zmęczenia (kwas foliowy, niacyna, witaminy B2, B6, B12)

**NOWOŚĆ!**



## Regenerat *imun*

- Regeneracja jelit i ich flory
- Aminokwasy i kwasy tłuszczowe Omega-3 z warzyw
- 12 witamin
- 5 pierwiastków śladowych
- Bez laktozy i histaminy

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

1 czubata miarka (16 g)  
rozpuszczona w około  
100 ml wody, soku roślinnego lub napoju sojowego.

## Regenerat *imun*

suplement diety **320g, 20 porcji – 159 zł**



# LactoBifido dla zdrowych jelit



**LactoBifido** to kapsułki z bakteriami probiotycznymi dla utrzymania prawidłowej flory bakteryjnej jelit. Polecane szczególnie po antybiotyk- i sterydoterapii, dla źle odżywiających się, po postach, pobytach w egzotycznych krajach (zwłaszcza, jeżeli podczas takiego pobytu nastąpiło zatrucie pokarmowe), dla odświeżenia flory jelit. Każda kapsułka w chwili produkcji zawiera około 7 miliardów żywych szczepów bakterii. Do terminu ważności produktu\* gwarantujemy w kapsułce zawartość 5 miliardów bakterii następujących szczepów: • *Lactobacillus helveticus Rosell-52* (3 143 251 000) • *Lactococcus lactis Rosell-1058* (1 051 000 000) • *Bifidobacterium longum Rosell-175* (1 051 000 000) • *Lactobacillus rhamnosus Rosell-11* (703 857 000) • *Bifidobacterium breve Rosell-70* (703 857 000) • *Bifidobacterium bifidum Rosell-71* (347 107 000).

Trudno przecenić znaczenie takich bakterii dla naszego zdrowia. Wytwarzają one witaminy z grupy B, obniżają poziom złego cholesterolu LDL, utrzymują prawidłowe środowisko i pH jelit, sprzyjają wchłanianiu wapnia, cynku i żelaza, korzystnie działają na przemianę materii oraz funkcję jelit. Jednakże chyba najistotniejszą rzeczą jest ich bardzo korzystny wpływ na układ odpornościowy, produkcja przeciwciał oraz ochrona i pielęgnowanie błony śluzowej jelit. Hamują rozrost w jelitach niekorzystnych bakterii i grzybów, które są źródłem szkodliwych toksyn.

Bakterie probiotyczne wytwarzają także enzym  $\beta$ -galaktozydazę rozkładający laktozę. Jest to ważne dla osób z nietolerancją laktozy (cukier mleczny). Nietolerancja taka objawia się dolegliwościami żołądkowo-jelitowymi po spożyciu pokarmów mlecznych.

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

- 1 kapsułka dziennie,
- przy zwiększonym zapotrzebowaniu 2 kapsułki.

Kapsułki popijać wodą, najlepiej na czczo, 30 minut przed śniadaniem lub wieczorem przed snem.

**Uwaga dla alergików:** liofilizowane bakterie zawierają składniki mleka i soi; wyprodukowano bez użycia drożdży i glutenu.

\* jeżeli są zachowane zalecane warunki przechowywania

**LactoBifido** suplement diety

90 kapsułek celulozowych na 45 - 90 dni – 119 zł



© margo555 - Fotolia.com

vege

-cukier-

-gluten-

# Sanacolon

## regulacja i odżywienie jelit

**Sanacolon** zawiera kompozycję naturalnych składników dla regulacji funkcji jelit – zapobiega zaparciom oraz biegunkom. Zawarte w nim zioła, owoce i błonniki, łagodnie oczyszczają, tonizują i odżywiają śluzówkę jelit. Dodatek ksylitolu (słodzik brzozy) działa prebiotycznie – odżywia i wzmacnia florę bakteryjną jelit.

**Sanacolon** jest łagodny, lecz efektywny w działaniu i skutecznie wspomaga zdrowie i funkcje jelit. Pomocny przy kuracjach oczyszczających i odchudzających. Pomaga odnowić i odżywić naturalną florę bakteryjną, tak ważną dla zdrowia, szczególnie dla wiązania i usuwania toksyn oraz dla odporności.

### **Składniki:**

- błonniki i 16 cennych ziół i jagód (stosowanych od tysięcy lat w medycynie staroindyjskiej),
- świeżo mielony, pełen olejków eterycznych anyż i koper włoski,
- krystaliczna krzemionka (750 mg w porcji) bogata w krzem,
- ksylitol – słodzik brzozy wspomagający florę jelitową (ksylitol nie podnosi poziomu cukru i nie jest pożywką dla grzybów jelitowych).

**Sanacolon** ma ziołowo-owocowy smak. Mieszać z wodą, herbatą ziołową, sokiem. Podczas przyjmowania **Sanacolonu** pić dziennie min. 2 litry obojętnych płynów (woda, herbaty ziołowe)!

### **Składniki Sanacolonu zalecane są:**

- przy zaburzeniach pracy jelit (zaparcia, gazy),
- w celu odżywienia i wzmocnienia jelit,
- w kuracjach oczyszczających jelita,
- dla wzmocnienia flory jelitowej,
- w kuracjach odmładzających,
- podczas diet odchudzających.

### **Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**

- 1 tydzień: wieczorem lub przed snem dwie miarki (16g) rozpuszczone w 300 ml herbaty ziołowej,
- 2 - 8 tydzień: jak wyżej ale przy obiedzie i kolacji,
- 9 tydzień: raz dziennie w godzinach wieczornych 2 miarki.

**Sanacolon** suplement diety  
333 g na ok. 21 dni – 134 zł

-gluten

-cukier

vegan



# Green C zielona siła życia

NOWOŚĆ!

**Green C** życiodajna bio-siła roślin z upraw ekologicznych z naturalną witaminą C. Produkt zawiera skoncentrowaną energię z liści pokrzywy, trawy orkiszu i Matcha – ekskluzywnej japońskiej zielonej herbaty, oraz naturalną witaminę C z wiśni aceroli. Coś specjalnie do przygotowywania zielonych koktajli świetnych dla układu odpornościowego oraz ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym.

**Green C** został stworzony w oparciu o receptury dr. Joachima Muttera, eksperta w dziedzinie ziół i używania ich do zielonych koktajli, autora książki „Zdrowie na talerzu – rewolucja zielonej żywności”.

## Skoncentrowana siła roślin

Wszystkie rośliny zawarte w **Green C** pochodzą z upraw ekologicznych. Matcha jest dodatkowo poddana specjalnemu zabiegowi, zwiększającemu ilość antyutleniaczy: około czterech tygodni przed zbiorami, krzewy osłaniane są przed słońcem i roślina pozostaje w cieniu. Dzięki temu jej liście rozwijają głęboki zielony kolor i zawierają więcej polifenoli i chlorofilu.

*Rośliny zawarte w Green C, dzięki procesowi łagodnego suszenia, zawierają około 10 razy więcej wartościowych składników niż w świeżych roślinach.*

## Sposób użycia:

**Green C** możesz używać jako podstawowy składnik swojego zielonego koktajlu lub dodawać go do innych napojów i potraw.

Wsymp 5 g (około 2 łyżeczki) **Green C** do szklanki, zalej ją 250 ml letniej lub ciepłej wody i dobrze wymieszaj. Do smaku możesz go dosłodzić miodem lub ksylitolem. Możesz też zmiksować **Green C** razem z ulubionym koktajlem owocowym lub warzywnym. Polecamy z gruszką i bananem.

Zawarte w produkcie mikrokryształki organicznej krzemionki (z igiełek pokrzywy) mogą dawać w jamie ustnej poczucie drobinek piasku.

**Green C** organiczny bio-napój w proszku

**Produkt ekologiczny**

**160g, 32 porcje – 79 zł**

© olya\_dn / Sciseti Alfio - Fotolia





# Nasiona Chia ziarna zdrowia

**Nasiona Chia** (*Salvia hispanica* L.) były uprawiane w Ameryce Środkowej już od czasów Azteków. W Europie znane są od niedawna. Nasiona te są bogate w niezbędne dla zdrowia nienasycone kwasy tłuszczowe Omega-3 i -6 w optymalnych proporcjach 3:1. Chia zawierają także stosunkowo dużo żelaza, wapnia i białka. Jedna łyżka chia pokrywa ok. 5% dziennego zapotrzebowania na białko i ok. 15% na magnez. Są one także bogate w błonnik (jedna łyżka ma go ok. 5g). Składniki w nich zawarte są łatwiej przyswajalne niż te z siemienia lnianego.

Kwasy Omega-3 są niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Roślinny kwas tłuszczowy Omega-3 nazywa się kwasem alfa-linolenowym. Kwas ten przyczynia się do utrzymania prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi (przy spożyciu przynajmniej 2 g nasion chia dziennie).

Chia spowalniają i stabilizują wchłanianie węglowodanów. Jest to ważne nie tylko dla osób z cukrzycą typu II lub stanem przedcukrzycowym, ale również dla odchudzających się. Dzięki chia cukry uwalniane są stopniowo i równomiernie, co zapobiega napadom głodu między posiłkami.

Zawarty w chia aminokwas tryptofan wspomaga wytwarzanie serotoniny, która jest odpowiedzialna za dobre samopoczucie.

## Przykładowe sposoby spożywania:

dziennie min. 2 g (łyżeczka) nasion chia:

- posyp na pieczywo, zupę, ryż, ziemniaki, danie warzywne, sałatkę,
- zmieszaj z jogurtem, owsianką, musli,
- zmielone lub całe nasiona chia używaj do pieczenia chleba,
- zmiksuj z koktajlem owocowym lub warzywnym,
- zalej nasiona gorącą wodą i odstaw (jak siemię lniane), by uzyskać żel, który działa osłaniająco i tonizująco na śluzówkę żołądka,
- zmielone chia użyj do zagęszczenia zupy lub sosu,
- zmielone chia dodaj do mleka sojowego, kokosowego, migdałowego, orzechowego i odstaw aż uzyskasz konsystencję budyniu.



**Nasiona Chia 450 g 225 porcji – 59 zł**

© Elena Schweitzer / © sarsmis - Fotolia.com

gluten  
cukier  
vegan



# SulfoForte ochrona komórek

NOWOŚĆ!

**SulfoForte** to najwyższej jakości nasiona brokuła z upraw ekologicznych zawierające naturalny **sulforafan** i **glukorafaninę**.

Z przyczyn wyjaśnionych na str. 1 nie możemy napisać jak działają te składniki, ale polecamy artykuły w internecie.

Brokuł jest bardzo bogatym źródłem **sulforafanu** i **glukorafaniny**, szczególnie jego nasiona i kielki. Związki te są rozpuszczalne w wodzie i bardzo wrażliwe na ciepło. Dlatego tracone są podczas gotowania. Niegotowane i nieprażone nasiona brokułów są bardzo dobrym źródłem tych wartościowych substancji.

**Nasiona brokuła w SulfoForte mają bardzo wysoką biodostępność**

Glukozynolany zawarte w nasionach brokuła są dobrze przyswajalne przez organizm. Nasiona brokuła użyte do produkcji kapsułek **SulfoForte** są mielone powoli tak, aby żarna nie nagrzewały się. Po zmieleniu natychmiast umieszczane są w kapsułkach. Zapewnia to maksymalną ilość wartościowych składników. Tak przygotowane glukozynolany w proszku są łatwoprzyswajalne przez organizm.

## Zawartość sulforafanu w 100 g:

czystych nasion – ok. 1 600 mg,  
kapsułek – 2 860 mg.

## Zawartość sulforafanu w:

4 kapsułkach – 45 mg,  
8 kapsułkach – 90 mg.

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia i sposób użycia:

– **kapsułki:** 4- 8 kapsułek dziennie nie podczas posiłku. Zawartość kapsułek można także wsypywać do sałatek i surówek.

– **nasiona:** 2 łyżeczki (ok. 10 g) nasion dodawać codziennie do kanapek, potraw i zup (nie gorących). Nasiona można mielić, nastawiać na kielki.

## **SulfoForte** suplement diety

90 kaps., 11 - 22 porcje – **59 zł**

**SulfoForte** nasiona 250 g – **39 zł**



© nipaporn - Fotolia

-gluten-

-cukier-

vegan

# Chi-Cafe - smak i zdrowie

W Chinach Chi (czyt. „czy”) oznacza energię życia. Kawy **Chi-Cafe**, poza łagodnym ale długotrwałym pobudzeniem, sprzyjają witalności, służą koncentracji, korzystnie wpływają na serce, układ nerwowy i kostny.

Tylko jedna filiżanka **Chi-Cafe** ma tyle minerałów zasadowych co 100g warzyw (wg wartości PRAL). Zwykła kawa zakwasza i prowadzi do utraty wapnia i magnezu. Kawy **Chi-Cafe** wręcz odwrotnie – są źródłem wapnia oraz magnezu i pomagają utrzymać naturalny balans!



# Chi-Cafe więcej niż kawa



## Składniki witalne kaw Chi-Cafe

**Arabica i robusta** – szlachetne odmiany kaw o orientalnym aromacie.

**Naturalny błonnik z włókien akacji** – jest ważny dla zdrowia jelit, dobrego trawienia i regularnego wypróżniania. Filiżanka **Chi-Cafe** zawiera 10% zalecanej dziennej porcji błonnika, który odżywia i wspomaga rozmnażanie probiotycznych bakterii jelitowych. Tworzy w żołądku i jelitach cienką powłokę ochronną zawierającą wartościowe minerały: magnez i wapń.

**Guarana, żeń-szeń, grzybek reishi i polifenole z granatu** – nadają **Chi-Cafe** szczególnie aromat oraz sprzyjają witalności, zawierają dużo antyutleniaczy.

**Żeń-szeń** – chiński symbol witalności i długiego życia.

**Ekstrakt z granatu** – od tysięcy lat uchodzi za symbol płodności i nieśmiertelności. To bogate źródło antyutleniaczy, które wpływają korzystnie na serce i układ krążenia oraz hamują procesy starzenia.

**Przyprawy do kawy** (głównie w **Chi-Cafe proactive**) jak kardamon, cynamon, goździki, ziele angielskie, gałka muszkatolowa oraz wanilia bourbon nadają wyrafinowany, lekko orientalny smak. Przyczyniają się także do lepszego trawienia.

**Kofeina z guarany** – wydziela się wolniej, działa łagodniej ale długofalowo. Dlatego kawy **Chi-Cafe** dają bardzo przyjemnie pobudzenie na dłużej i nie powodują uderzeń gorąca, wzrostu ciśnienia, zmian pracy serca. Dzięki temu mogą je pić nawet osoby, które nie tolerują zwykłej kawy.



*Chiński symbol Chi (czyt. czi),  
który oznacza energię życia.*

## Chi-Cafe nie zakwasza!

Zwykła kawa zakwasza, to znaczy wypłukuje z organizmu magnez i wapń. **Chi-Cafe** są ich źródłem! Zasadowe działanie **Chi-Cafe** można sprawdzić za pomocą papierków lakmusowych (str. 41) badając pH moczu po zwykłej kawie i po **Chi-Cafe**.

**Magnez** jest ważny dla zdrowych kości, nerwów, dobrego samopoczucia, pracy serca, przemiany materii i redukcji zmęczenia. Magnez w procesie przemiany materii działa zasadotwórczo.

**Wapń** wspomaga prawidłowe funkcjonowanie enzymów trawiennych, równowagę w metabolizmie energetycznym oraz utrzymanie prawidłowego funkcjonowania kości i zębów.

**NOWOŚĆ!**

## ReiChi Cafe kokosowa rozkosz

ReiChi Cafe to sproszkowany napój na bazie mleka kokosowego, grzybka reishi i kawy z aromatycznymi ekstraktami roślinnymi oraz dodatkiem witaminy B12 i magnezu.

**ReiChi Cafe – ciesz się swoją Chi!** W Chinach „Chi” oznacza „siłę życiową”, która powinna być w ruchu.

20% składu **ReiChi Cafe** to grzybki Reishi, które są uważane w Chinach jako „grzybki nieśmiertelności oraz odwagi”. Są cenione na równi ze szlachetnymi odmianami herbaty.

Sekret **ReiChi Cafe** to specjalna kompozycja, która łączy w sobie delikatnie cierpki smak grzybka Reishi, kawy espresso oraz naturalnych aromatów guarany i żeńszenia z kremową łagodnością mleka kokosowego.

**Grzybek reishi** – w Chinach nazywany jest lingzhi, co oznacza „zióło o duchowej mocy”. W krajach azjatyckich jest wykorzystywany w medycynie od ponad 2 tysięcy lat. Reishi jest na liście urzędowego spisu leków chińskich.

**Żeń-szeń** – chiński symbol vitalności i długiego życia.

**Kofeina z guarany** – wydziela się wolniej, działa łagodniej ale długofalowo. Dlatego **ReiChi** daje bardzo przyjemne pobudzenie na dłużej i nie powoduje uderzeń gorąca, wzrostu ciśnienia, zmian pracy serca. Porcja (5g) zawiera ok. 75 mg naturalnej kofeiny. Nie zaleca się spożywania przez dzieci.

**Witamina B12 i magnez**, zawarte w **ReiChi Cafe**, wspomagają prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego i funkcji psychologicznych oraz pomagają zredukować uczucie zmęczenia.

**NOWOŚĆ!**



**Sposób użycia:** 5g **ReiChi Cafe** (2 łyżeczki) rozpuścić w ok. 130 ml gorącej (nie wrzącej) wody, w razie potrzeby dosłodzić, dodać ok. 30 ml mleka, najlepiej roślinnego (kokosowego, sojowego, owsianego, itp.) i dobrze wymieszać (spieniaczem).

Produkt nie zawiera glutenu, laktozy, wypełniaczy, konserwantów oraz roślin modyfikowanych genetycznie.

**ReiChi** napój kawowo-kokosowy  
**180 g** 36 porcji – **59zł 49zł**



# Flavochino przyjemność dla serca



**Flavochino** to napój kakaowy bogaty w bioaktywne flawonole, magnez i potas. Jest słodzony ksylitolem – naturalny słodzik z brzozy. Nie zawiera glutenu, laktozy ani roślin modyfikowanych genetycznie. Produkt wegański.

Kakao użyte we **Flavochino** zostało przygotowane tak, aby zachowało cenne flawonole. Są to silne antyoksydanty ważne m.in. dla wspierania zdrowia układu sercowo-naczyniowego. Jedna porcja **Flavochino** dostarcza około **200 mg** flawonoli, które pomagają utrzymać elastyczność naczyń krwionośnych, a tym samym prawidłowy przepływ krwi. **Flavochino** zawiera także potas i magnez ważne dla zdrowia, w szczególności krążenia i pracy układu nerwowego.

## Jedna porcja Flavochino (15g) zawiera aż:

- 1 092 mg bioaktywnych polifenoli (jako równowartość katechiny), w tym 255 mg flawonoli z kakao,
  - 389 mg potasu (19%\*),
  - 150 mg magnezu (40%\*),
  - 193 mg wapnia (24%\*)
  - 42 mg choliny dla prawidłowej budowy i pracy układu nerwowego.
- \* % zapotrzebowania dziennego dla osoby dorosłej

**Sposób użycia:** rozpuścić 15g **Flavochino** (3 czubate łyżeczki) w 50ml ciepłej wody. Następnie dodaj 150ml gorącej ale nie wrzącej wody albo mleka sojowego, owsianego, itp.

Dla uzyskania odżywczego koktajlu, **Flavochino** można także dodać do **AminoBase** (str. 36) – porcja **Flavochino** zmieszana z porcją **AminoBase** w ciepłym mleku sojowym.

**Flavochino** napój kakaowy  
450 g 30 porcji – 59 zł





# Chi-Cafe przyjemność i zdrowie

## Chi-Cafe proactive

**Chi-Cafe proactive** jest nieco ostrzejsza i silniejsza niż pozostałe kawy Chi-Cafe. Także pobudza nieco bardziej. Zawdzięcza to szczególnej kompozycji przypraw do kawy oraz bogatemu w przeciwutleniacze ekstraktowi z owocu granatu. Nadają one **Chi-Cafe proactive** wyrafinowany, lekko orientalny smak. Przyczyniają się także do jej lepszego przyswajania. **Chi-Cafe proactive** jest szczególnie polecana dla osób potrzebujących dodatkowej i dłużej działającej dawki energii.

**Chi-Cafe proactive:** włókna akacji (60%), rozpuszczalna kawa arabica (25%), dekstryna z kukurydzy\*, ekstrakt z guarany (5%), ekstrakt z soku owoców granatu (1,7%), żeń-szeń (0,3%), kardamon, cynamon, goździki, ziele angielskie, gałka muskatołowa, wanilia bourbon. Jedna porcja zawiera ok. 115 mg kofeiny.

**Chi-Cafe proactive 180g – ok. 36 porcji – 39 zł**

## Chi-Cafe classic

Smakowita kompozycja, która pozwala łączyć przyjemność i zdrowie. Budzi do życia, nie obciąża żołądka, reguluje pracę jelit, nie narusza rezerw magnezu i nie zakwasza organizmu. Swoją wyrafinowaną smak zawdzięcza dodatkowi kaw robusta i arabica.

**Chi-Cafe classic** umili wolne chwile, spotkanie towarzyskie czy pracę. Sprawia, że twoje uzależnienie stanie się źródłem zdrowia!

**Chi-Cafe classic:** kawa arabica 16% i robusta 4%, rozpuszczalna substancja balastowa z włókien akacji (72%), naturalne aromaty: maltodekstryna, ekstrakty z: guarany, grzybka reishi, żeń-szenia.

Porcja zawiera ok. 70 mg naturalnej kofeiny.

**Chi-Cafe classic 400g – ok. 67 porcji – 88 zł**



vegan

-cukier-

-gluten-

# Chi-Cafe przyjemność i zdrowie



## Chi-Cafe balans

Jej tajemnica to harmonijna kompozycja łagodnej kawy arabica i robusta, magnezu, błonnika z włókien akacji oraz wyciągów z zielonych ziaren kawy, owoców granatu, guarany i żeń-szenia. Dopełnieniem są wyszukane przyprawy i kakao.

**Chi-Cafe Balans** jest bogata w magnez, który jest ważny dla zdrowych kości, nerwów, dobrego samopoczucia, pracy serca, przemiany materii i redukcji zmęczenia. Zawiera wapń i ma dużo antyutleniaczy, które spowalniają procesy starzenia się komórek oraz działają witalizująco.

**Chi-Cafe balans:** włókno akacji (55%), kawa rozpuszczalna (22%), dekstryna z kukurydzy\* (9%), ekstrakt z guarany (4%), cytrynian magnezu (magnez), aromat naturalny (kakaowy, żeń-szeń), ekstrakt z kawy (2%), mleczan wapnia, ekstrakt z owocu granatu (1%). Jedna porcja zawiera 85 mg kofeiny.

**Chi-Cafe balans 180g / 450g** ok. 36 / 90 porcji – **39 / 89 zł**



## Chi-Cafe bio

Kawa **bio**, oprócz zalet innych kaw **Chi-Cafe**, ma dodatkowy plus – wykonana wyłącznie ze składników ekologicznych. W smaku jest zbliżona do **Chi-Cafe classic**. Tak jak inne **Chi-Cafe** zawiera dużo rozpuszczalnego błonnika z akacji i dostarcza wapnia i magnezu.

**Chi-Cafe bio:** rozpuszczalny błonnik z akacji (75%), rozpuszczalna liofilizowana kawa (20%), ekstrakt z reishi (naturalny aromat), ekstrakt z guarany (1,5%), ekstrakt z żeń-szenia (0,1%).

Jedna porcja (6g) zawiera ok. 50 mg naturalnej kofeiny.

**Chi-Cafe bio 400g** – ok. 67 porcji – **95 zł**

\* niemodyfikowana genetycznie

-gluten-

-cukier-

vegan

# SteviaBase naturalna słodycz

**SteviaBase** to naturalny słodzik zawierający ekstrakt z liści steвии oraz ksylitol i erytrytol (wyeliminowany został charakterystyczny posmak steвии). Smakuje jak zwykły cukier, lecz ma znacznie mniejszy indeks glikemiczny (ok. 8), więc jest bezpieczny dla diabetyków. Spożywanie **SteviaBase** zamiast cukru przyczynia się do utrzymania mineralizacji zębów i powoduje mniejszy wzrost poziomu cukru we krwi.

Ponadto SteviaBase dostarcza ważny dla zdrowego funkcjonowania magnez i wapń. **Magnez** przyczynia się do prawidłowego metabolizmu energii, zmniejszenia uczucia zmęczenia. **Magnez wraz z wapniem** są ważne dla utrzymania zdrowia kości i zębów, pomagają w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i mięśni.

**SteviaBase** jest słodsza od cukru dzięki trzem naturalnym słodzikom roślinnym: **stewii, ksylitolowi i erytrytolowi**.

**Stewia** (*Stevia rebaudiana*) to roślina od wieków używana w Ameryce Środkowej i Południowej, gdzie zwana jest ziołem miodowym. Za słodki smak odpowiedzialne są związki z liści i łodyg steвии – glikozydy stewiolowe. Są one **300 razy słodsze** od zwykłego cukru, lecz są **niekaloryczne i nie powodują próchnicy**.

**Ksylitol** to słodki w smaku związek pozyskiwany z brzozy, zalecany dla diabetyków gdyż posiada bardzo niski indeks glikemiczny IG: 8 (IG cukru to 70). Ksylitol nie wywołuje próchnicy. Jest on całkowicie bezpieczny niezależnie od spożywanej ilości dziennej. Jednakże ksylitol oddziałuje na układ pokarmowy i jego spożycie w nadmiernych ilościach może mieć efekt przeczyszczający.

**Erytrytol** to słodzik pozyskiwany z wodorostów i porostów. Ma słodkość rzędu 60 – 75% wyższą od zwykłego cukru. Jest niskokaloryczny (0,2 kcal/g), nie powoduje próchnicy.

## **SteviaBase zalecana jest:**

- dla diabetyków
- dla osób odchudzających się
- dla osób z podwyższonym ryzykiem próchnicy
- dla tych, którzy lubią zdrową słodycz

## **Sposób użycia:**

Łyżeczka (4g) **SteviaBase** ma słodkość około 1,5 łyżeczki zwykłego cukru. Maksymalnie do 40 łyżeczek dziennie.

**SteviaBase** *słodzik naturalny*  
**400 g na 100 porcji – 69 zł**



© govindji - Fotolia.com



# Chi-Cafe przyjemność i zdrowie



## Chi-Cafe to więcej niż kawa

Chi-Cafe jest pyszna jako gorący napój. Jednakże możesz ją przyrządzić na gorąco, na zimno lub użyć jako składnik deserów. Oto kilka przykładów, co można wyczarować z udziałem Chi-Cafe. Więcej przepisów znajdziesz na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl)

### Chi-Cafe mrożona

Do szklanki wsyp 3 łyżeczki Chi-Cafe i 1,5 łyżeczki SteviaBase. Zalej 150 ml zimnej wody i dobrze wymieszaj. Dodaj 5 kostek lodu i 3 łyżki bitej śmietany. Podawaj ze słomką.

### Koktajl mocy Cornelia

- 3 łyżeczki Chi-Cafe balance
- 200 ml mleka pełnego lub sojowego
- 1 banan

Wszystkie składniki dobrze zmiksować. W ciągu minuty otrzymujemy pyszny koktajl!



### Ciasteczka Chi-Cafe

- 2 łyżki Chi-Cafe
- 1 paczka glazury na ciastka
- 160 g pełnej mąki pszennej
- 25 g mielonych orzechów laskowych
- 25 g mielonych migdałów
- 35 g SteviaBase
- 25 ml wody
- szczypta soli
- 100 g masła

Chi-Cafe rozpuść w wodzie. Mąkę, orzechy laskowe, migdały, SteviaBase i sól wymieszaj w misce, dodaj masło i ugnieć na jednolitą masę.

Uformuj małe ciasteczka i piecz na blaszce przez 10-15 minut w temperaturze 160°C. Po schłodzeniu i posmaruj glazurą. Smakują wybornie ze świeżo zaparzoną Chi-Cafe!

### Chi-Cafe orzechowa

Do miksera wsyp 2 czubate łyżeczki Chi-Cafe i łyżeczkę SteviaBase a potem wlej 150 ml gorącego napoju (mleczka) z migdałów lub orzechów laskowych. Dobrze zmiksuj. Smakuje bosko!





# Przepisy pełne witalności

## Koktajl „dzień dobry”



### Składniki na 2 porcje:

2 duże garście zielonych liści  
(np. sałaty, szpinaku, botwiny, marchwi,  
buraka czerwonego, rukoli, rzodkiewek)  
ziola i liście z ogrodu (np. natka pietruszki,  
mięta, jeżyna, mniszek lekarski)  
5-cm ogórka sałatkowego  
½ awokado  
1 pestka awokado (pocięta)  
1-2 garście owoców ze skórką  
(np. jabłka, truskawki, brzoskwinie)  
1 mini banan lub 3 daktyle  
200 ml wody kokosowej  
10 ml Lactirelle (str. 18)  
2 czubate ły proszku młodego jęczmienia

### Przygotowanie:

Zielone liście, ziola i liście z ogrodu, ogórek, awokado (wraz z pestką\*) oraz owoce z mini bananem lub dzień wcześniej namoczonymi daktylami włożyć do szybkoobrotowego miksera. Dodać wodę kokosową (w zimie zmieszaną z gorącą wodą) i porządnie zmiksować. Rozlać smoothie do dwóch szklanek i w każdej z nich wartość ostrożnie zmieszać z 5 ml Lactirelle lub czubatą łyżeczką sproszkowanej trawy jęczmiennej.

## Koktajl z Green C



### Składniki na 1 porcję:

50 g Green C (str. 57)  
1 mini banan lub ½ banana  
250 ml wody  
opcjonalnie: 2 ły nasion chia (str. 58)

### Przygotowanie:

Wszystkie składniki włożyć do miksera, miksować aż powstanie kremowy koktajl.

## Więcej ciekawych przepisów

w książce kucharskiej **Simply Eat** (str. 7)  
z przepisami wg Metody Dr. Jacob'a.



Zajrzyj także na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl),  
a po słodyczne na  
[VegeSlodkosci.blogspot.com](http://VegeSlodkosci.blogspot.com)



## Przepisy z produktami z przefermentowanego granatu

Spożywanie suplementów diety wcale nie musi być nudne. Dzięki produktom Dr. Jacob's wprowadzisz do swojej kuchni nowe smaki!



### Ketchup z granatem

30 g koncentratu pomidorowego zmieszaj z 20 ml GranaProstanu (str. 32) lub Polifenum Forte (str. 29). Możesz dodać odrobinę oliwy oraz doprawić do smaku. Uzyskasz smaczny ketchup bez dodatku cukru.

Taki ketchup zawiera także odpowiednią ilość potasu by pomóc w utrzymaniu prawidłowego ciśnienia krwi. Podobną mieszankę możesz zrobić z gęstym, naturalnym sokiem pomidorowym.

### Sos do sałat

Składniki na 2 porcje:

2 łyś Polifenum Forte (str. 29)

1 łyś octu balsamicznego

1 łyś oliwy z oliwek

Opcjonalnie: sól niskosodowa i pieprz, ½ owocu granatu

Wymieszaj w misce Polifenum Forte (lub GranaProstan), ocet balsamiczny oraz oliwę. Tę mieszaninę dopraw do smaku pieprzem oraz solą niskosodową. Polej przygotowaną sałatę (mieszankę sałat), rozsyp na nią nasiona granatu.



### Witalny mus sojowy

W miseczce wymieszaj 100 ml mleka sojowego oraz 20 ml Polifenum Forte (str. 29) lub GranaProstanu (str. 32). Wygląda i smakuje świetnie!

Więcej przepisów na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl)



# Przepisy pełne witalności

## Pesto bogate w związki fitochemiczne i polifenole



### Składniki:

- 2 łyżeczki (10g) nasion brokułów Sulfoforte (glukozynolanin)
- 3 łyżeczki (15g) siemienia lnianego (lignany, błonnik, kwasy tłuszczowe omega-3),
- koncentrat pomidorowy 30 g (likopen)
- łyżeczka oleju z oliwek z pierwszego tłoczenia na zimno ( tokoferole, polifenole)
- łyżeczka kurkumy (kurkumina) lub rozsypana 1 kapsułka Kurkumin K<sub>2</sub> (str. 19),
- 10 ml Polifenum Forte (silnie stężone polifenole z granatu, pomidorów i winogron), str. 29.

Polecane przez nas super pesto to bogate źródło ważnych dla zdrowia składników roślinnych. Działają one bardzo korzystnie na spowalnianie procesów starzenia komórek, naczynia krwionośne, serce, mózg i nerwy, oraz odporność.

Granat jest bogatym źródłem naturalnych polifenoli, ma także unikalny, lekko cierpki smak. Koncentrat z granatu poddany żywej fermentacji (Polifenum Forte, GranaProstan, Elik sir z granatu) łączy w sobie aromaty owocowe i delikatnie słodkie kwasy owocowe z nutą cierpkich polifenoli.

Koncentrat taki nie tylko nadaje się świetnie do koktajli, ale nadaje świetny smak różnym sosom sałatkowym i musztardom.

### Przygotowanie:

Ziarna brokuła i siemię lniane należy zmielić dobrze (np. w młynku do kawy). Zmieszać z pozostałymi składnikami aż do momentu uzyskania jednolitej pasty.

Możesz też dodać 5g ostrego chrzanu (glukozynolaniny i myrozynazy), kroplę **D3 Witaminy słońca** (str. 15), natkę pietruszki lub inny ulubiony składnik.

Przygotowane pesto najlepiej zjeść na świeżo lub przechowywać w lodówce, lecz spożyć tego samego dnia.

**W celu uzyskania optymalnego wchłaniania aktywnych polifenoli z koncentratu z granatu, należy unikać spożywania go razem z pokarmami wysokobiałkowymi (mięsa, nabiał).**



# Dr. Jacob's naturalne składniki produktów



## Dziwne nazwy – naturalne składniki

W nazewnictwie składników naszych produktów jesteśmy zobowiązani podawać (szczególnie na etykietach) ich nazwy chemiczne. Wprawdzie mogą one brzmieć dziwnie, jak nazwy sztucznych chemikaliów, ale kryją się pod nimi naturalne składniki. Oto jak opisane byłoby jabłko, gdybyśmy mieli opisać jego skład tak, jak musimy opisywać nasze produkty:

### Jabłko

Składniki: monotlenek diwodoru (aqua), oleje roślinne, fruktoza (zawiera cukry), skrobia, karoten, tokoferol, ryboflawina, kwas nikotynowy, pirydoksyna, kwas pantotenowy, kwas foliowy, kwas askorbinowy, kwas palmitynowy, kwercetyna, retinol, kwas stearynowy, kwas oleinowy, kwas salicylowy, puryny, sól, cytrynian potasu, cytrynian wapnia, mangan, żelazo, miedź, glukonian cynku, fosfor, chlorki, barwniki, przeciwutleniacze, kalcyferol.



## Słowniczek

**RWS** – referencyjne wartości spożycia. Termin określający jaki % zalecanego dziennego spożycia danego składnika zawarty jest w porcji produktu. Np. informacja na naklejce produktu: potas, 1030 mg, 51% oznacza, że porcja produktu zaspokaja 51% dziennego zapotrzebowania na potas. RWS nie oznacza jednak maksymalnej bezpiecznej porcji danego składnika, gdyż w wielu przypadkach zalecane jest spożywanie porcji znacznie przewyższających 100% RWS.

**alantoina** – składnik roślinny stosowany w farmacji i kosmetyce

**alfa-tokoferol** – witamina E

**amid kwasu nikotynowego** – witamina B<sub>3</sub> (postać niacyny)

**biotyna** – witamina B<sub>7</sub>

**chlorek chromu III (chrom)** – przyswajalna forma chromu

**chlorowodorek pirydoksyny** – witamina B<sub>6</sub>

**chlorowodorek tiaminy** – witamina B<sub>1</sub>

**cholekalcyferol** – witamina D<sub>3</sub>

**cyjanokobalamina** – witamina B<sub>12</sub>

**cytrynian cynku** – przyswajalna forma cynku

**D-alfa-tokoferol** – witamina E

**D-biotyna (biotyna)** – witamina B<sub>7</sub>

**D-pantotienian wapnia** – przyswajalna forma wapnia

**DL-alfa-tokoferol** – witamina E

**dwutlenek krzemu** – substancja przeciwbrylająca\*

**ergokalcyferol** – witamina D<sub>2</sub>

**erytrytol** – naturalna substancja słodząca pozyskiwana z porostów i glonów\*

**filochinon** – witamina K

**fosfolipidy** – naturalne związki wchodzące m.in. w skład błon komórkowych

**glukonian cynku** – przyswajalna forma cynku

**glukonian manganu** – przyswajalna forma manganu

**chlorowodorek witaminy B<sub>1</sub> (tiaminy)** – przyswajalna forma witaminy B<sub>1</sub>

**chlorowodorek witaminy B<sub>6</sub> (pirydoksyny)** – przyswajalna forma witaminy B<sub>6</sub>

**hydroksypropylometyloceluloza** – celuloza używana do produkcji kapsułek\*

**ksylitol** – naturalna substancja słodząca pozyskiwana z brzozy (smakuje jak cukier, lecz nie podnosi poziomu cukru we krwi)\*

**kwas askorbinowy** – witamina C

**kwas foliowy** – witamina z grupy witamin B<sub>9</sub>



# Dr. Jacob's naturalne składniki produktów

**kwask L-askorbinowy** – witamina C  
**kwask pantotenowy** – witamina B5  
**kwask pteroiomonoglutaminowy** – jedna z witamin grupy B (B9), przyswajalna forma kwasu foliowego  
**L- glicyna** – jeden z aminokwasów  
**L-karnityna-winian** – związek organiczny pełniący rolę w transporcie kwasów tłuszczowych  
**maltodekstryna** – mieszanina wielocukrów otrzymywana przez częściową hydrolizę skrobi, jest łatwo przyswajalna przez organizm człowieka (wchłaniana jest równie szybko jak glukoza)  
**menachinon (Mena Q 7)** – witamina K2  
**N-acetyl-L-cysteina** – związek naturalny, forma aminokwasu  
**natrium selenit** – selenin sodu, przyswajalna forma selenu  
**niacyna** – witamina B3  
**nikotynamid** (amid kwasu nikotynowego) – witamina B3, przyswajalna forma niacyny  
**octan D-alfa tokoferylu** – forma witaminy E

**octan retinylu** – witamina A  
**pektyna** – węglowodany roślinne  
**ryboflawina** – witamina B2  
**selenian (IV) sodu** – przyswajalna forma selenu  
**siarczan magnezu** – przyswajalna forma magnezu  
**sole magnezowe roślinnych kwasów tłuszczowych** – substancja przeciwzbrylająca\*  
**stearynian magnezu** – substancja przeciwzbrylająca\*  
**tauryna** – jeden z aminokwasów  
**tiamina** – witamina B1  
**ubichinon** – koenzym Q10

**Proces liofilizacji** – usuwanie wody z produktu poprzez zamrażanie, stosuje się ją w przypadkach, gdy podgrzewanie danego produktu powoduje utratę jego właściwości biologicznych (liofilizacja jest stosowana m.in. do produkcji kapsulek z przefermentowanym ekstraktem z granatów).

\* *dozwolona substancja dodatkowa*

## Składniki produktów

Produkty w kolejności alfabetycznej.

Skład na opakowaniu jest zawsze ważniejszy od podanego w folderze.

**AminoBase:** amarantus dmuchany (50%), mąka z ciecioriki, białko z grochu, cytrynian potasu, babka płesznik, cytrynian magnezu, cytrynian wapnia, kwas askorbinowy (witamina C), glukonian żelaza, octan alfa-tokoferolu (witamina E), cytrynian cynku, amid kwasu nikotynowego (B3), jodek potasu, glukonian manganu, alfa-filochinon (witamina K1), D-pantotnian wapnia, molibdenian sodu, glukonian miedzi, octan retinylu (witamina A), witamina B6 chlorowodorek, chlorowodorek witaminy B1, ryboflawina (B2), kwas foliowy, selenian sodu, trójwartościowy chlorek chromu, biotyna, witamina D2, cyjanokobalamina (B12).

**D3 Witamina słońca:** olej słonecznikowy (95%), cholekalcyferol (witamina D3), przeciwutleniacz: tokoferol (witamina E).

**DHA-EPA:** olej z mikroalg *Schizochytrium* bogaty w DHA i EPA (58%), skrobia modyfikowana, substancja utrzymująca wilgotność: glicerol; olej słonecznikowy, zagęstnik: karagen; przeciwutleniacz: ekstrakt bogaty w tokoferol, palmitynian askorbylu; naturalny aromat: ekstrakt z rozmarynu; regulator kwasowości: węglan sodu.

**FizjoBalans:** cytrynian potasu, mleczan wapnia, sole magnezowe kwasu cytrynowego (cytrynian magnezu), siarczan glukozaminy (8%), sproszkowany owoc czarnej porzeczki (5%), węglan magnezu, ekstrakt z owocu żurawiny (3%), ekstrakt z owoców dzikiej róży (3%), regulator kwasowości: kwas jabłkowy, kwas l-askorbinowy (witamina C), substancja przeciwzbrylająca: dwutlenek krzemu, naturalny aromat owocu czarnej porzeczki, substancja słodząca – glikozydy stewiolowe, cytrynian cynku, chlorowodorek tiaminy (witamina B1), ergokalcyferol (witamina D).

# Dr. Jacob's naturalne składniki produktów



**Flavochino:** kakao w proszku o niskiej zawartości tłuszczu (53%), środek słodzący – ksylitol, lecytyna sojowa (9,5%)\*, guma arabska (rozpuszczalne włókna), węglan potasu, węglan magnezu, cynamon.

**GranaCor:** owoc granatu 81% (w tym sok z owoców granatu 84%, ekstrakt z soku z maltodekstryną 16%: prefermentowany, liofilizowany), substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), octan D-alfa-tokoferylu (witamina E), substancja przeciwzbrylająca: dwutlenek krzemu, ekstrakt z winogrona *Vitis vinifera* L. (z całej rośliny, stopień koncentracji 6-12/1, zawiera siarczyny), chlorowodorek pirydoksyny (witamina B<sub>6</sub>), chlorowodorek tiaminy (witamina B<sub>1</sub>), kwas pteroilomonoglutaminowy (folian), selen (selenian (IV) sodu), cholekalcyferol (witamina D), cyjanokobalamina (witamina B<sub>12</sub>).

**GranaForte:** koncentrat z owocu i miąższu granatu *Punica granatum* (81%, częściowo prefermentowany, stopień koncentracji 5:1), L-(+) kwas mlekowy (10%), koncentrat z owocu czarnego bzu (7,8%, stopień koncentracji 5:1), substancja słodząca: glikozydy stewiolowe.

**GranaImun:** koncentrat miąższu z owocu granatów 54% (częściowo prefermentowany), koncentrat z owoców dzikiego bzu 34%, alkohol etylowy 16%, cytrynian cynku, witamina B<sub>2</sub> (ryboflawina), selenian sodu.

**GranaMed:** ekstrakt z soku granatu (prefermentowany, liofilizowany, stopień koncentracji 5-10/1) 53%, hydroksypropylometyloceluloza – substancja do stosowania na powierzchnię (kapsułki roślinne), ekstrakt polifenoli WSTC II z pomidora (6,2%), ekstrakt z liścia oliwy (5,7%), ekstrakt z rozmarynu (5,7%), galangal – proszek (4,9%), ekstrakt z winogron *Vitis vinifera* L. (z całej rośliny, stopień koncentracji 6-12/1) 4,9% (zawiera siarczyny), krzemionka krystaliczna, ekstrakt z kory sosny.

**GranaMore:** owoc dzikiej róży (40%), wyciąg z trzciny cukrowej, koncentrat soku z owocu granatu (koncentrowany próżniowo, częściowo prefermentowany; 20%), woda różana, koncentrat z owocu czarnego bzu, kwas cytrynowy, naturalny aromat waniliowy, substancja żelująca – pektyna owocowa, przyprawy, substancja słodząca – glikozydy stewiolowe.

**GranaProstan płyn:** koncentrat z soku i miąższu owoców granatu *Punica granatum* (95%, częściowo prefermentowany), koncentrat z owoców dzikiego bzu, mleczan potasu, naturalny aromat (ekstrakt waniliowy), stabilizator: pektyna cytrusowa, mieszanka przypraw (0,1 %).

**GranaProstan kapsułki:** ekstrakt z owocu granatu *Punica granatum* 83 % (ekstrakt z soku z granatu 84%, ekstrakt z soku z granatu z maltodekstryną 16% (prefermentowany, liofilizowany, stopień koncentracji 5-10/1)), hydroksypropylometyloceluloza (substancja do stosowania na powierzchnię), ekstrakt z winogrona *Vitis vinifera* L. (z całej rośliny, stopień koncentracji 6-12/1), koncentrat z ryżu (substancja przeciwzbrylająca).

**Green C:** liście pokrzywy, liście herbaty Matcha, zielona trawa orkiszu, acerola.

**Kurkumin K<sub>2</sub>:** kompleks fosfolipidów kurkuminy (zawiera soję), hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), witamina K<sub>2</sub> – naturalny menachinon (MK-7), witamina K<sub>1</sub> – filochinon, sole magnezowe kwasów tłuszczowych (roślinnych) i dwutlenek krzemu jako substancje przeciwzbrylające, witamina D<sub>3</sub> (cholekalcyferol).

**Lactacholin:** L-(+) kwas mlekowy (40%), woda, wodorocytrynian cholicy (20%), substancja słodząca: glikozydy stewiolowe, amid kwasu nikotynowego, ryboflawina, chlorowodorek tiaminy, chlorowodorek pirydoksyny, cyjanokobalamina.

**Lactirelle:** koncentrat z owoców czarnej porzeczki (43%), mleczan potasu, L-(+)-kwas mlekowy (20%), woda, naturalny aromat (korzeń różany, kwiat bzu czarnego), substancja słodząca – glikozydy stewiolowe, chlorowodorek tiaminy (B<sub>1</sub>).

**LactoBifido:** skrobia ziemniaczana, szczepy bakterii: *Lactobacillus helveticus* Rosell-52, *Lactococcus lactis* Rosell-1058, *Lactobacillus rhamnosus* Rosell-11, *Bifidobacterium longum* Rosell-175, *Bifidobacterium breve* Rosell-70, *Bifidobacterium bifidum* Rosell-71, hydroksypropylometyloceluloza (substancja glazurująca), stearynian magnezu (substancja przeciwzbrylająca), kwas askorbinowy (przeciwutleniacz).



# Dr. Jacob's naturalne składniki produktów

**Melatonina + B12:** substancja słodząca ksylitol, naturalny aromat wiśniowy, masa tabletkowa: celuloza mikrokrystaliczna i celuloza zagęszczona, sproszkowany sok z buraków, melatonina, metylkobalamina (witamina B<sub>12</sub>).

**MelissaBalans+ Herbatka Zasadowa:** trawa cytrynowa, melisa (10%), pokrzywa, lukrecja, kawałki jabłka, cynamon kasja, skórka pomarańczowa, koper włoski (fenkuł), imbir, skórki owoców dzikiej róży, szaflwia, miódokrzew, kolendra, czarny pieprz, kardamon, skórka z cytryny, oregano, tymianek, anyż, werbena, lawenda kwiat, hibiskus kwiat, mięta zielona, mięta pieprzowa, rumianek, liść jeżyny, liść maliny.

**MelissaBalans+ Tabletki Zasadowe:** cytrynian potasu, inulina (19%), cytrynian magnezu, węglan magnezu, wodorotlenek magnezu, wyciąg z melisy (5%), liście melisy (5%), sole magnezowe kwasów tłuszczowych (roślinnych) – substancja przeciwbrylająca, kwas L-askorbinowy, maltodekstryna, octan DL-alfa tokoferylu, amid kwasu nikotynowego, D-pantotnian wapnia, chlorowodorek tiaminy, chlorowodorek pirydoksyny, ryboflawina, filochinon, kwas pteroilomonoglutaminowy, D-biotyna, cholekalciferol, cyjanokobalamina.

**Moc Kobiety:** mieszanka sproszkowanych owoców (45% – maliny, czereśnie, żurawina, banany, jagody, jeżyny, zawiera maltodekstrynę), białko sojowe\*, cukier owocowy, koncentrat soi\* (6,5%), węglan magnezu, emulgator: lecytyna sojowa\*, aromat malinowy, regulator kwasowości – kwas jabłkowy, olej z wiesiołka dwuletniego (1,3% mikro kapsułkowany), inulina, ekstrakt aceroli (1,3 %), kwas L-askorbinowy (witamina C), ekstrakt yamu *Dioscorea villosa* (1%), glukonian cynku (cynk), D-alfa-tokoferol (witamina E), drożdże wzbogacone w selen (selen), ekstrakt z pestek winogron (0,4%), substancja przeciwbrylająca dwutlenek krzemu, amid kwasu nikotynowego (niacyna), ekstrakt z cytrusów (0,13%), glukonian manganu, D-pantotnian wapnia, chlorowodorek pirydoksyny (witamina B<sub>6</sub>), chlorowodorek tiaminy (witamina B<sub>1</sub>), filochinon (witamina K – zawiera laktozę), ryboflawina (witamina B<sub>2</sub>), chlorek chromu III (chrom), kwas pteroilomonoglutaminowy (folian), D-biotyna (biotyna), cholekalciferol (witamina D), cyjanokobalamina (witamina B<sub>12</sub>). \* niemodyfikowana genetycznie

**Nasiona Chia:** 100 % nasiona *Salvia hispanica* L.

**Neuracur:** Longvida® zoptymalizowana kurkumina (47% wyciąg z kurkumy *Curcumina longa*, kwas stearynowy, maltodekstryna, lecytyna sojowa, palmitynian askorbylu), wodorocytrynian choliny, hydroksypropylometyloceluloza (substancja do stosowania na powierzchnię – kapsułka roślinna), D-pantotnian wapnia, ditlenek krzemu – substancja przeciwbrylająca, chlorowodorek pirydoksyny (B<sub>6</sub>), kwas pteroilomonoglutaminowy (B<sub>9</sub>), metylkobalamina (B<sub>12</sub>).

**OPC Synergia:** ekstrakt z suszonych owoców wiśni aceroli 1:5 zawierający kwas L-askorbinowy (52%), ekstrakt z winogron 1:5 (25%), celuloza (składnik kapsułki), D-alfa tokoferol (11%), ekstrakt z zielonej herbaty 1:5 (8%), glukonian cynku, ekstrakt z kory sosny 1:5, drożdże wzbogacone w selen, chlorowodorek pirydoksyny, kwas pteroilomonoglutaminowy, cyjanokobalamina.

**pH balans plus:** cytrynian potasu, mleczan wapnia, cytrynian magnezu (sól magnezowa kwasu cytrynowego), włókna akacji (7%), cytryna w proszku (5%), węglan magnezu, kwas cytrynowy (regulator kwasowości), glikozydy stewiolowe (substancja słodząca), cytrynian cynku, chlorowodorek tiaminy (witamina B<sub>1</sub>), cholekalciferol (witamina D<sub>3</sub>).

**pH balans proszek:** cytrynian potasu, cytrynian wapnia, cytrynian magnezu (sól magnezowa kwasu cytrynowego), węglan magnezu, kwas krzemowy, aromat cytrusowy, cytrynian cynku, witamina D<sub>3</sub> (cholekalciferol).

**pH balans tabletki:** cytrynian potasu, cytrynian wapnia, inulina (z cykorii), cytrynian magnezu, węglan magnezu, wodorotlenek magnezu, substancja przeciwbrylająca: sole magnezowe kwasów tłuszczowych i celuloza (roślinna), aromat – ekstrakt z suszonych owoców aceroli (1%; 5:1), kwas l-askorbinowy, ditlenek krzemu, cytrynian cynku, witamina D<sub>3</sub> (cholekalciferol).

**Polifenum Forte:** koncentrat (stopień koncentracji 5:1) z soku i miąższu owoców granatu *Punica granatum* 81% (w tym 30% przefermentowany koncentrat miąższu); koncentrat\* WSTC I z owocu pomidora *Lycopersicon esculentum* zawierający rozpuszczalne w wodzie bioaktywne polifenole: adeno-



# Dr. Jacob's naturalne składniki produktów



zyna, kwas chlorogenowy, rutyna, razem min. 200mg/500ml – 12%; wodny ekstrakt\* z soku i miąższu owocu winogrona *Vitis vinifera* zawierający polifenole – 2% (zawiera siarczyn).

**Q10 Synergia:** substancja słodząca: ksylitol, tauryna (30,5%), emulgator: lecytyna (sojowe), winian L-karnityny (7,9%), koenzym Q10 (3%), luteina z koncentratu z nagietka (3%), amid kwasu nikotynowego, substancja przeciwzbrylająca: dwutlenek krzemu, ryboflawina, metylokobalamina.

**ReiChi Cafe:** mleko kokosowe w proszku (46%), grzyb Reishi (20%), kawa rozpuszczalna (20%), skrobia z tapioki, aromaty naturalne – ekstrakty z guarany i żeńszenia, sole magnezowe kwasu cytrynowego (cytrynian magnezu), cyjanokobalamina (witamina B12). Porcja (5g) zawiera ok. 75 mg naturalnej kofeiny.

**Regenerat immun:** białko grochu (19%), białko ryżu (15,6%), lecytyna słonecznikowa (15,6%), białko dyni (12,5%), L-glutamina (8,4%), olej lniany, chlorowodorek L-lizyny (3,9%), białko kokosowe (3,9%), tauryna, proszek z korzenia lukrecji (2,7%), N-acetylo-L-cysteina (1,9%), wyciąg z kurkumy (1,6%), kwas askorbinowy, ekstrakt bogaty w tokoferol, L-karnitynian-L-winianu, bromelaina, glukonian cynku, aromaty naturalne (ekstrakt z anyżu, olejek z kopru włoskiego, olejek miętowy, olejek z kminku), nikotynamid, substancja słodząca – glikozydy stewiolowe, D-pantotienian wapnia, glukonian manganu, octan retinylu, ergokalcylferol, chlorowodorek pirydoksyny, chlorowodorek tiaminy, ryboflawina, kwas pteroilomonoglutaminowy (B9), chlorek (III) chromu, selenian sodu, molibdenian sodu, biotylna, metylokobalamina (B12).

**Sanacolon:** okrywy nasienne babki płesznik (44%), ksylitol (17%), ziemia okrzemkowa (4,7%), mieszanka jagód (*Embilica officinalis*, *Terminalia chebula*, *Embelia ribes*, *Terminalia bellerica*; 4,2%), mięta pieprzowa, fenkuł (3,5%), węglan magnezu, burak czerwony, babka lancetowata, algi kelp (2,4%), jagoda czarna, mniszek (korzeń), anyż (1,9%), cynamon, lukrecja (korzeń), naturalny aromat jagodowy, kurkumina (0,6%), liść papai, imbir.

**Siła Mężczyzny:** proszek z macy, kakao (21% silnie odtłuszczone), fruktoza, izolat białka sojowego\*, sacharoza, wodorotlenek magnezu, ekstrakt z owocu granatu, lecytyna sojowa (3%)\*, ekstrakt guarany, kwas askorbinowy, glukonian cynku, drożdże selenowe, DL-alfa-tokoferol octanu, amid kwasu nikotynowego, glukonian manganu, D-pantotienian wapnia, chlorowodorek witaminy B<sub>6</sub>, ryboflawina, chlorowodorek witaminy B<sub>1</sub>, octan retinolu, kwas foliowy, chlorek chromu III, witamina K<sub>1</sub>, biotylna, witaminy: D<sub>3</sub>, B<sub>12</sub>. \* *niemodyfikowana genetycznie*

**Sól Niskosodowa:** cytrynian sodu, chlorek potasu, sól krystaliczna (20%), substancja przeciwzbrylająca: węglan magnezu.

**SteviaBase:** substytuty cukru: erytrytol, ksylitol; mleczan wapnia, magnezu, środki słodzące: glikozydy stewiolowe.

**SulfoForte nasiona:** nasiona brokuła *Brassica rapa sylvestris*.

**SulfoForte kapsułki:** mielone nasiona brokuła (80%), substancja glazurująca – hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne).

**TocoProtect:** oliwa z oliwek (90%), olej z pestek dyni (8,5%), ekstrakt bogaty w tokoferol, tokotrienol, ekstrakt tokoferolu Tocomin® (0,3%), ekstrakt z oliwek.

**Witamina D3K2:** olej słonecznikowy (94%), przeciwutleniacz: ekstrakt bogaty w tokoferol (naturalna witamina E), witamina D<sub>3</sub> (cholekalcyferol), menachinon 7 (witamina K<sub>2</sub>).

**Witamina K2:** olej słonecznikowy (94%), przeciwutleniacz: ekstrakt bogaty w tokoferol (naturalna witamina E), menachinon-7 (witamina K<sub>2</sub>).

**VitaColon:** koncentrat soku z owoców aronii\* (34%), koncentrat z bulwy topinambura\* (23%), koncentrat z owocu dzikiej róży\* (16%), L-(+)-kwas mlekowy (13%), koncentrat soku z owoców bzu czarnego\* (6%), mieszanka wyciągów z ziół (5%), koncentrat z owoców wiśni aceroli\* (3%), substancja słodząca – glikozydy stewiolowe, ekstrakt z soku owoców amli (0,1%). \**stopień koncentracji 5:1*

# Dr. Jacob's zdrowie, jakość, ekologia

Firma Dr. Jacob's została założona w 1997r. przez doktorów medycyny L.M. Jacoba i K.O. Jacoba jako firma rodzinna. Od początku kładła nacisk na utrzymanie najwyższej jakości produktów i innowacyjność. Dzięki temu na przestrzeni lat rozwinęła się tworząc naturalne produkty oparte na starych mądrościach i najnowszych zdobyczach wiedzy medycznej.

Dr. Jacob's Medical, jako pierwsza firma w Niemczech, wprowadziła linię produktów odkwaszających opartych na cytrynianach, ze śladową ilością sodu, a bogatych w potas. Od czternastu lat, jako jeden z pierwszych instytutów w Niemczech, Austrii i Szwajcarii, bada właściwości zdrowotne owocu granatu i jest w pierwszej trójce najlepszych europejskich producentów produktów z granatu.

Produkty Dr. Jacob's tworzone są z myślą o przyniesieniu korzyści zarówno ludziom jak i środowisku. Żaden z nich nie był testowany na zwierzętach. Wszystkie składniki użyte w preparatach Dr. Jacob's są pochodzenia roślinnego lub mineralnego. Jeżeli użyty składnik wytwarzany jest jedynie przez organizmy zwierząt, pozyskuje się go w sposób nie przynoszący im cierpienia (np. witamina D<sub>3</sub> pochodzi z owczej wełny). Najwyższej jakości składniki naturalne oraz rygorystyczne normy zapewniają doskonałą jakość, skuteczność i wyjątkowy charakter produktów Dr. Jacob's.

## Dr. Jacob's Poland

ul. Kasprzaka 7 / u 1, 01-211 Warszawa

Informacja i zamówienia telefoniczne:

Tel.: 22 490 94 30

Biuro czynne: pon. – pt. w godz. 9.00 – 16.00.

[biuro@drjacobsmedical.pl](mailto:biuro@drjacobsmedical.pl)

[DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl)

[DrJacobsMedical.pl](http://DrJacobsMedical.pl)



Polub nas na facebook'u:

[Dr. Jacob's Poland, Chi Cafe Polska](#)

