Улучшаем жизнь благодаря природе

Будь здоров

Иммуннитет снова важнее всего

Что стимулирует иммунитет?

Цинк против вирусов.

Витамин D

Самый важный витамин в осенне-зимний период.

Биодобавки выграли у солнца.

Как связан с иммунитетом?

Кордицепс-волшебный гриб из Тибета

Как он влияет на иммуную систему?

ОКТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2020

NATURES SUNSHINE

Что стимулирует иммунитет?

Пищевые микроэлементы для поддержки иммунитета

Внимание фармацевтических корпораций, направленное в сторону нутрицевтиков, приняло недавно форму артикула, в котором были проанализированы связи между микроэлементами диеты и правильным функционированием иммуной системы.

О связи диеты и иммунитета не говорят так часто, как например о диете и метаболизме, эта связь сама приходит в голову. В то же время, хотя о иммуной системе, нашим главным охранником в борьбе с инфекциями, мы знаем с каждым днем все больше, это еще не полные и исчерпывающие знания.

К микроэлементам диеты, клиническая связь с гармоничной работой имунной системы которых лучше всего задокументирована, авторы относят **витамин C, витамин D и цинк**. Это не окончательный список, как известно на иммунитет влияют, среди прочего, витамин A, E, B6, B12, фолиевая кислота, цинк, железо, медь и селен (и это еще не все).

Некоторые из перечисленных веществ действуют на уровне иммунного ответа, например, влияя на секрецию противовирусного интерферона или активность системы комплемента, другие могут стимулировать отдельные клетки иммунной системы, например лимфоциты NK или микрофаги (для более интенсивного фагоцитоза и выделения антибактериальных факторов), некоторые металы могут побеждать микроорганизмы в прямом механизме. Также приобретенный иммунный ответ изменяется в зависимости от присутствия витаминов и микроэлементов: исследовано их влияние на процессы презентации антигенов, цитотоксических реакций со стороны лимфоцитов, пролиферация лимфоцитов B (один из ключевых этапов гуморального иммунитета, то есть выработки иммунных антител). Имеются также результаты кинических исследований связывающих иммунитет с наличием основных компонентов - как уже было упомянуто, лучше всего удокументировано действие цинка и витаминов C и D.

Если говорить о других микроэлементах диеты, необходимо брать во внимание относительно небольшое число клинических исследований на эту тему, особенно в контексте не огромной нехватки, такой как цинга или голод, а неоптимальных запасов необходимых веществ, что всречается в западных странах. Существуют также особые ситуации и явления, которые становятся поводом для новых исследований тонких взаимосвязей между диетой и иммунитетом, например:

- то, что не все имеют идентичный рацион, более того, разные люди могут иметь разные потребности микроэлементов;
- в некоторых ситуациях потребность может возрасти - к таким относиться загрязнение окружающей среды, стресс, недостаточная физическая активность или инфекция-истощение ресурсов витаминов и минералов может подействовать вдвойне неблагоприятно - как на риск, так и на течение инфекции;
- в некоторых случаях даже небольшой дефицит какого-то микроэлемента может существенно влиять на иммунитет;
- уровень некоторых микроэлементов колеблеться в зависимости от поры года.

На основании
Nutrients. 2020 Jan 16;12(1). A Review of Micronutrients and the Immune System-Working in Harmony to Reduce the Risk of Infection. Gombart AF, Pierre A, Maggini S.

Цинк против вирусов

Цинк обладает множеством противовирусных эффектов, поэтому дефицит этого элемента может негативно сказываться на иммунитете.

Конечно, роль цинка в борьбе с вирусами - это только часть противоинфекционного иммунитета - но и в остальном цинк играет не последнюю роль роль (например, используется клетками иммунной системы для борьбы с бактериями). Недавняя научная работа ученых из Австралии, однако, позволяет нам ближе присмотреться к сложным взаимодействиям между иммунной системой, цинком и вирусами.

- в ответ на вирусную инфекцию клетки выделяют интерферон, который включает много защитных механизмов: один из них - это синтез металлотионеинов, белков, связывающих в т.ч. цинк, которые неизвестным пока науке способом, подавляют репликацию некоторых вирусов в клетках;
- цинк в свою очередь значительно увеличивает противовирусную активность интерферона;
- цинк не действует универсально против всех вирусов, но это важное оружие против определенных типов - например, затрудняет практически каждый этап репликация вируса герпеса: подавляет полимеразу, которая отвечает за копирование генетического материала вируса, подавляет соединения вирусных белков, наконец у цинка есть способность повреждения вируса герпеса (аналогично как и вируса гриппа и оспы);
- аналогично цинк подавляет распространение риновирусов и пикорнавирусов (частые причины простуды), вируса полиомиелита и вируса вызывающего Бостонскую болезнь; это наблюдение было основой клинических испытаний при лечении простуды помощью цинка-наблюдалось снижение длительности заболевания даже до 40%!;
- исследуется также влияние различных цинкосодержащих препаратов на течение вирусного гепатита С (в некоторых исследованиях получено уменьшение повреждения печени, а многолетний прием цинка тормозит развитие гепатоцеллюлярной карциномы, которая является следствием многолетнего заражения) – механизм действия цинка на вирус HCV остается, однако, неясен; пробуют также, с хорошим результатом, прием цинка для улучшения состояния пациентов, зараженных HIV (конечно совместно со стандартным антивирусным лечением);
- наблюдается эффективность местного применения цинка при кожных изменениях вирусного происхождения (не только герпес, но и остроконечные кондиломы,вызванные вирусом папилломы ВПЧ);
- также подтверждено терапевтическое значение в сокращении ротавирусной диареи;
- все эти действия показывают, что люди с дефицитом цинка имеют одновременно повышенный риск тяжелой вирусной инфекции- к таким относятся люди в пожилом возрасте, злоупотребляющие алкоголем, люди с хроническими заболеваниями (хронические вирусные заболевания истощают запасы цинка, что облегчает репликацию вирусов и утрудняет лечение болезни).

Как мы видим действие цинка минимум трехуровневое:

- улучшает иммунный ответ;
- тормозит репликацию вирусов;
- повреждает вирусы при непосредственном контакте.

Более того, эффективность приема цинка подтверждается научными исследованиями. Важное практическое замечание: цинк, принимаемый во время еды трудно всасывается, поэтому лучше его принимать натощак!

На основании
Adv Nutr. 2019 Jul 1;10(4):696-710. The Role of Zinc in Antiviral Immunity. Read SA, Obeid S, Ahlenstiel C, Ahlenstiel G

Арабиногалактан – чистый нутрицевтик из лиственницы

Лиственница, особенно американская (Larix laricina) и западная (Larix occidentalis) –источники арабиногалактана ,который является полисахаридом (гемицеллюлоза) с иммуностимулирующими свойствами.

Арабиногалактаны можно найти не только в лиственнице,можно их также найти ежедневном рационе (лук-порей,морковь, редис, томат, кукуруза) и в лекарственных растениях (эхинацея, Дягиль лекарственный, куркума). Однако в растительном мире он чаще всего встречается в связи с белками(протеогликаны) –в то же время те, которые получены из лиственницы – в чистом виде[1]. Арабиногалактан считается частью пищевых волокон из-за химического строения и устойчивости к перевариванию. В связи с этим он имеет пробиотические свойства.

Название «арабиногалактан» происходит от двух сахаров ,которые являются основными мономерами целого полимера (то есть «кирпичиками» создающими этот полисахарид): арабинозы и галактозы.

Влияние арабиногалактана на иммунную систему

Неизвестно, в каком именно механизме, арабиногалактан влияет на иммунную систему, по результатам исследований, предполагается, что он может стимулировать выделение цитокинов(TNFa) и изменять пропорции отдельных видов белых кровяных телец(увеличение Т-супрессоров CD8+ и моноцитов).

В экспериментальных исследованиях установлено, что стимуляция арабиногалактаном:

- повышает защитные свойства макрофагов;
- повышает цитотоксичность лимфоцитов NK (то есть улучшает их способность к спонтанному уничтожению раковых ,или зараженных вирусом клеток),вероятно благодаря стимуляции выработки гамма-интерферона[2];
- увеличивает количество белых кровяных телец в кровотоке.

После попадания в толстый кишечник арабиногалактан:

- метаболизирован бифидобактериями и молочной кислотой, с производствомкороткоцепочных жирных кислот – они ,в свою очередь, регулируют действия лейкоцитов(влияя на выделение провоспалительных цитокинов ,эйкозаноидов и хемокинов);
- полностью всасывается клетками М и передается дендритным клеткам, которые его делят и выставляют виде анти -генов, стимулирующих лимфоциты Th. Предполагается, что благодаря сходству частичек, происходящих из арабиногалактана к бактерийным анти -генам иммунная система находится «в постоянной готовности» против бактерий (лимфоциты Th2 благодаря этому постоянно стимулируют лимфоциты В к выработке антител). Это подтверждают описанные далее результаты клинических исследований вакцины против пневмококков.

Клинические исследования

Клинические исследования показывают, что прием 4,5 г арабиногалактана в течение трёх месяцев может снизить риск простуды на около 20 %, однако ценой более сильного иммунного ответа – те, которые несмотря на прием заболели, имели более тяжелые симптомы(отек,лихорадка, боль) в первые дни инфекции[5]. О стимуляции иммунной системы арабиногалактаном свидетельствуют результаты рандомизированных клинических исследований с контрольной группой, в которых арабиногалактан увеличивал выработку двух типов антител IgG после вакцинации поливалентный анти -пневмококковой вакциной и антител против столбняка. В тоже время не усиливал ответ на вакцину против гриппа[6,7]. В исследовании пациентов с воспалительным заболеванием кишечника приём арабиногалактана, бактерий молочной кислоты(Lactobacillus) и молозива улучшил клиническое состояние у 2/3-3/4 пациентов и полностью исчезновения симптомов у 1/4[8].

Литература на www.integmed.pl

Витамин D

Самый важный витамин в осенне-зимний период

Прием витамина эффективнее солнца

Интересная идея появилась у врачей из National University College of Medicine в Сеуле (Южная Корея). Они решили проверить, что эффективнее повысит уровень витамина D - рекомендация солнечных ванн или прием биодобавки. Оба способа были эффективны, но биодобавки более эффективны.

На протяжении нескольких, несколько десятков лет, все чаще говорят о необходимости поддержания соответствующих запасов витамина D в организме, появляются сомнения, обязателен ли прием витамина D, особенно в летние месяцы. Польские специалисты уже в прошлом году порекомендовали серьезно задуматься о приеме этого витамина даже в период солнечных дней, потому что нет гарантии выработки витамина D в нашей коже летом (по многим причинам).

Корейцы решили проверить, как будет изменяться уровень витамина D после восьми недель и в каждом из двух вмешательств:

- 50 здоровым людям с дефицитом витамина D рекомендовано пребывать на солнце в течении 20-30 минут в полдень;
- другие 50 похожих людей принимали витамин D в виде биодобавки дозой 500 ед. в день;
- следующие 50 человек были контрольной группой.

Солнце - это серьезный генератор витамина D в нашей коже. Эти 20–30 минут воздействия ультрафиолета вырабатывают несколько десятков тысяч единиц витамина D, в теории этого должно быть достаточно и заменить прием.

В то же время результаты оказались неожиданными. В двух группах вмешательство привело к повышению уровня витамина D, однако в группе, принимающей биодобавку рост был значительно большим ,почти на 6 нг/мл. Уровень витамина выше 20 нг/мл достигнул больший процент людей в группе принимающей биодобавку (больше половины) чем в солнечной группе (около 12 %).

Интересна причина такого положения вещей. Это не вина солнца, а... самих участников. Не каждый прислушался к рекомендации находиться на солнце. Конечно, те, которые выполняли рекомендации, отметили существенное повышение витамина D, но в целой группе это была малая часть. Намного легче помнить о таблетке и поэтому здесь большая эффективность.

На основании
Clin Nutr. 2019 Mar 21. Effect of sun exposure versus oral vitamin D supplementation on serum 25-hydroxyvitamin D concentrations in young adults: A randomized clinical trial. Joh HK, Hwang SS, Cho B, Lim CS, Jung SE.

Витамин D настолько важен, что... Его хотят добавлять к пище

Учёные из 30 медицинских учреждений в целом мире считают, что самое время начать обогащение продуктов питания витамином D, чтобы целые популяции могли избежать последствий его дефицита.

Прием витамина D – пишут учёные – может помочь избежать множества заболеваний, не только костей – научные исследования указывают на его значение при болезнях дыхательной системы, для нормального течения беременности, а также для дол-

гой жизни (серьезный дефицит витамина Д в два – три раза увеличивает риск смерти).

Авторы обращают внимание, что в большинстве случаев нам не удается удерживать нормальный уровень витамина D в крови. Причиной тому недостаток солнца, питание, необеспечивающее достаточного количества витамина Д. Обучающая деятельность и распространение идей здорового образа жизни не устранят, по мнению авторов, дефицита витамина D в обществе. С дополнительным приемом, в свою очередь, связана проблема не регулярного приема, слишком мало людей соблюдают дозировку. Что интересно, в истории были случаи добавления витамина D к пище. Так было в Великобритании в 50-х гг. прошлого века, когда витамин D в целях профилактики рахита добавляли в молоко, пиво, хот -доги или десерты. Этот процесс был прекращен в связи со случаями гиперкальциемии (слишком высокого уровня кальция в крови), которую посчитали следствием передозировки витамина D из разных источников. Однако нет уверенности, что это именно витамин D был «виновником». Программы массового обогащения питания (например, масла, маргарина и других масел к хлебу) действуют в Финляндии, Индии и Канаде с хорошим результатом (уменьшение процента людей с дефицитом витамина D).

Решится ли Евросоюз на такой шаг покажет время. Пока нужно помнить, что в осенне-зимний период у нас почти нет возможности вырабатывать витамин D в коже и его прием является обязательным. Для долгой жизни в хорошем здравии.

На основании
Front Endocrinol (Lausanne). 2018 Jul 17;9:373. Rationale and Plan for Vitamin D Food Fortification: A Review and Guidance Paper. Pilz S, März W, Cashman KD, Kiely ME, Whiting SJ, Holick MF, Grant WB, Pludowski P, Hiligsmann M, Trummer C, Schwetz V, Lerchbaum E, Pandis M, Tomaschitz A, Grübler MR, Gaksch M, Verheyen N, Hollis BW, Rejnmark L, Karras SN, Hahn A, Bischoff-Ferrari HA, Reichrath J, Jorde R, Elmadfa I, Vieth R, Scragg R, Calvo MS, van Schoor NM, Bouillon R, Lips P, Itkonen ST, Martineau AR, Lamberg-Allardt C, Zittermann A.

Витамин D и иммунная система

Витамин D воздействует практически на все ткани и системы организма. Он имеет свой рецептор в ядрах клеток и регулирует действия тысячи генов. Мы знаем все больше о его влиянии , но этого и так мало. Вот (очень кратко) что учёные установили о связи витамина D с иммунной системой и иммунитетом. Конечно немногие из молодёжи знают о туберкулёзе – послевоенном море, знаменитом массовом убийце 19-го века (в том числе Фредерика Шопена). Перед открытием антибиотиков эффективным в отношении палочки Коха(очень труднопобеждаемой бактерии ,вызывающей эту болезнь) туберкулёзником рекомендовано отдыхать на солнце и свежем воздухе в санаториях. Интенсивные солнечные ванны помогали в борьбе с болезнью, хотя никто не знал почему. Вторым популярным средством против туберкулёза был рыбий жир. Когда открыли витамин D и его богатство в рыбьем жире и синтезе в коже под влиянием солнечных лучей, стало логичным подозрение, что это витамин D отвечает за облегчение туберкулёза.

Витамин D стимулирует врождённый иммунитет и тормозит воспалительный процессы.

Рецепторы витамина D находятся во многих клетках иммунной системы, в связи с этим действие этого витамина многоуровневое.

Влияние витамина D на врождённый иммунитет (неспецифический)

Под этим названием подразумевается первая и вторая линия обороны от микроорганизмов. Определённые механизмы отвечают за то, что большинство патогенов побеждаются ещё перед вызовом специальных сил, то есть высокоорганизованные клетки иммунной системы, умеющие распознать и победить конкретные бактерии или вирусы.

Витамин D улучшает настроение

Распространяющаяся в интернете информация о неоптимальной эффективности препаратов против депрессиитакже заставляет задуматься и ученых. Результатом этого является поиск новых веществ, которые могли бы помочь улучшить настроение- особенно натуральных и безопасных.

Авторы последнего метаанализа указывают на эффективность...витамина D. В своих работах они брали во внимание клинические исследования, проводимые с участием больных эндогенной депрессией, которые принимали (или нет) витамин D.

Было проведено 4 таких исследования, с участием 948 человек. В одном- витамин D вводили внутривенно, в остальных- был пероральный прием. Авторы, для сравнения, использовали так называемый индикатор эффекта, параметр, который любят статистики, но который является трудным для понимания обычному человеку-его рассчитали на 0,58, что означает около 2/3 вероятности, что человек, принимающий витамин D будет иметь лучшее настроение, чем человек из контрольной группы.

Авторы метаанализа описывают этот эффект как умеренно выгодный и обращают внимание на необходимость дальнейших исследований влияния витамина D на течение депрессии.

На основании
J Postgrad Med. 2018 Jun 21. Efficacy of vitamin D supplementation in major depression: A meta-analysis of randomized controlled trials. Vellekkatt F, Menon V.

К первой линии относятся например, кислая реакция кожи и слизистых оболочек (большинство грибов и бактерий плохо переносят кислую pH, чем основную) или постоянную, например медленное движение мочи и по мочеточникам (это мешает бактериям прикрепляться к слизистой). Второй линией обороны являются неспециализированные клетки, которые когда получают сигнал «в бой» отвечают «вперёд, ура!» и в месте проблемы уничтожают всё. Конечно, с большим упрощением, но результатом этого боя и распространения границ действия этих клеток (макрофагов ,нейтрофилов) является масло. Одними из наиболее важных защитников от туберкулёза являются макрофаги, имеющие спо-

собность фагоцитоза микроорганизмов (то есть поглощение их и уничтожения в результате пищеварения ферментами).

Витамин D усиливает эту способность макрофагов, но не только-он также способствует выделению ими двух наших натуральных антибиотиков - кателицидина и дефензина бета 2, которые, среди прочего, уничтожают клеточную оболочку бактерии и обезвреживают вирусы [37,41] (N.B. множество дефензинов находятся также в коже и играют защитную роль в борьбе с грамм-отрицательными бактериями и грибами, например Candida [38]). Известно также, что витамин D используется клетками представляющими антиген (дендритные клетки) для регуляции воспалительной реакции- другими словами, эти клетки могут активировать витамин D и с его помощью погасить воспаление, тем самым минимизируя симптомы болезни [39,40].

Влияние витамина D на специфический иммунитет

Рецептор для витамина D находится также в лимфоцитах T и B, отвечающих, среди прочего, а за регуляцию иммунной реакции, устранение больных клеток и выработку антител. Что интересно, после активации лимфоцитов, они начинают вырабатывать большое количество рецепторов для витамина и одновременно активируют витамин D для своих нужд -выглядит так, как бы лимфоциты использовали витамин D для своего пробуждения и пробуждения других лимфоцитов. Важным результатом активации витамина D лимфоцитами D является подавление воспалительной реакции [41]. Это может иметь большое значение при заболеваниях, в которых важным очагом являются хронические воспалительные состояния в какой-либо системе (так происходит например, при астме, ревматическом воспалении суставов).

Такой оказалась роль солнца и рыбьего жира в улучшении здоровья больных туберкулёзом – солнце генерировало значительную дозу витамина D, который активировал клетки иммунной системы к борьбе с бактериями (как сегодня известно, не только с палочкой Коха, но и с множеством других микроорганизмов).

Литература доступна на www.integmed.pl

Кордицепс – таинственный гриб из Тибета

NATURE'S SUNSHINE

Кордицепс – это специфический гриб-паразит. Существует их сотни видов, а паразитируют они в основном на ...насекомых. С виду они напоминают палицу, оттуда название cordyceps, по-латински значит «голова палицы», оттуда и польское название. Лучше всего научно изучено два вида: кордицепс военный (C.militaris) и кордицепс китайский (C.sinensis).

Кордицепс – это внешний паразит. Когда он нападает на насекомое а его грибница разрастается, захватывая органы насекомого. Затем создает выступающие снаружи отростки (заразные), в которых находятся споры. Чаще всего один вид кордицепса может развиваться только в одном насекомом, часть – может атаковать разные виды, а некоторые кордицепсы растут не на насекомых, а на других грибах [1].

Кордицепсы (DongChongXiaCao) используются в традиционной китайской медицине и им приписывают множество оздоравливающих свойств, его считают одним из «четверки древних понацей» (вместе с горцем, трутовиком лакированным[гриб рейши] и женьшенем[2]). Легенда гласит, что его свойства открыты 1500 лет тому назад пастухами яков, которые заметили, что животные набирались энергии после съедения гусениц зараженных этими паразитами[3].

Кордицепс китайский паразитирует на гусенице мотылька – Тонкопряда Хмелевого. Происходит из Тибета, где его называют «зимним червём»; зимой он развивается в теле гусеницы, а весной её полностью уничтожает и мимифицирует, создавая характерные палицы, которые собирают как «волшебное зелье».

Как можно догадаться, кордицепс было найти не легко (Кордицепс китайский встречается только на Тибетском нагорье и очень мал, размер спички),поэтому эти грибы были очень ценны – в определённом периоде их резервировали для лечения цезаря и его семьи, а также высоких санов. Что интересно, традиционный способ употребления кордицепса – фарширование им утки,а затем приготовление её на медленном огне. Сила кордицепса должна была этим способом перейти в мясо, которое потом употреблялось в лечебных целях в течение нескольких следующих дней. Другой способ – приготовление рассола из пораженных насекомых (съедался и рассол и его содержимое)[3]. Кордицепс даже называли «китайским лекарством вечной молодости « и использовали для восстановления сил после тяжелой болезни,а также для укрепления почек и лёгких; здесь нужно отметить, что наше понимание почек и лёгких сильно отличается от китайской традиции. Почки, согласно ей, накапливают и управляют энергией yin, которая отвечает, среди прочего, за деторождение, развитие и рост (в том числе костей) и дает возможность глубокому проникновению тела через жизненную энергию chi, этому помогают лёгкие. Лёгкие, в свою очередь, регулируют chi, не допуская к её перебору или недобору. Сильное влияние грибов на человеческий организм известно давно; к их метаболитом/биологически активным веществам относятся, среди прочего, этиловый спирт, пенициллин или канцерогенные афлатоксины. Минимум несколько десятков видов кордицепсов были научно исследованы, выявлено около 200 соединений со свойствами:

- иммуномодулирующими (противовоспалительными, противоаллергическими, антиоксидантными);
- противораковыми;
- антиагрегационными, антиаритмический;
- антидиабетическими;
- обезболивающими,нейропротекторными;
- нефропротекторными;
- снижающими усталость;
- гастропротекторными;
- противоинфекционными (противовирусными, противобактерийными, антималярийными, противогрибковым);
- а даже действующими как афродизиак.

Возможно, что многочисленность уникальных связей в кордицепсах следует из того, что ,для того чтобы незаметно развиваться, они должны на раннем этапе заражения избежать ликвидации защитными механизмами атакованных организмов. Спрос на китайские кордицепсы (C.sinensis) под конец 20-го века был так огромен, что это привело практически к исчезновению этого вида (это единственный из кордицепсов, который считается в китайской фар-

макопеи как обладающий лекарственными свойствами [4]). Сохранился потому, что его наконец научились выращивать. Кроме того, в 2012-м году он внесён и особо охраняемых согласно с конвенцией CITES (Convention on International Trade in Endangered Species).

Тысячи лет кордицепс оставался китайской экзотической секретной спецификой «натуральной медицины «, а мир узнал о нём только в 1993-м году, когда во время чемпионата Китая в легкой атлетике китайская бегунья Wang Junxia побила рекорд мира на 42 секунды в беге на 3 и 10 тыс. метров ,а а её четыре коллеги в тот самый период установили следующие 6 рекордов. Возникли подозрения о нелегальном допинге, которые быстро развеял тренер китайской команды Ma Zunren, приписывая эти впечатляющие результаты тренировкам на большой высоте и ...напитком с экстрактом из кордицепса[3]. Это должно было сделать возможным бег марафона ежедневным и в течение 6 месяцев в году!

Западная наука (также фармацевтическая промышленность)стараются изолировать отдельные субстанции, которые имеют терапевтическое действия (и которые можно запатентовать и зарегистрировать как лекарство). Также и в этом случае. К самым интересным действующим веществам с лекарственным потенциалом, полученных из кордицепса относятся :

- нуклеозиды (кордицепин);
- офиокордин;
- глюканы (корд глюканы, манноглюканы);
- галактоманнаны;
- стеролы;
- аминокислоты (кордимин).

Интересен факт, что кордицепин (с множеством свойств, в том числе антираковых и антибактериальных, активен против патогенных бактери.

Влияние кордицепса на иммунную систему

ККордицепс усиливает функции макрофагов, скорее всего благодаря содержанию полисахаридов и это действия зависит от дозировки. Однако это не действует одностороннее – на уже активные белые кровяные тельца кордицепс оказывает не стимулирующие ,а тормозящее действие. [6]. Это тормозящее действие можно было наблюдать в экспериментальных исследованиях, в кото-

рых изучалась противовоспалительное действие кордицепса, а стимулирующее – в исследованиях, в которых выявлены более редкие инфекции в некоторых специфических группах. Однако мы не знаем, откуда берётся противовоспалительное действие кордицепса и почему в одной ситуации он действует так, а в другой – по-другому, и как этим управлять.

Макрофаги, после приема кордицепса выделяют провоспалительные цитокины, что может усиливать воспалительную реакцию. Они могут видоизмениться в клетке похожие на дендритные. В свою очередь дендритные клетки под влиянием кордицепса активируются в и ускоряется их созревание[7]. Стимуляции,под влиянием кордицепса ,подвергаются также лимфоциты NKотвечающие за борьбу с новообразованиями, хотя и в этом случае некоторые изолированные фракции кордицепса могут действовать тормозяще[6]. Кордицепс увеличивает также количество Т -лимфоцитов и стимулирует выработку провоспалительных цитокинов и делает Т-хелперы восприимчивыми на действия цитокин. Замечено также, что Кордицепс увеличивает выделение антител.

За иммуномодулирующее действие кордицепса в наибольшей степени отвечают полисахариды, затем нуклеотиды[7].

Усталость, отсутствие жизненных сил, проблемы старости

Было замечено снижение усталости, отдышки, улучшение толерантности к холоду (очень выраженный эффект!),головокружения,шума в ушах, проблем с памятью и частоты мочеиспускания. В другом исследовании четыре из пяти пожилых людей с заболеваниями лёгких, которые принимали кордицепс, почувствовали общее улучшение после месяца приема кордицепса. Много внимания также привлекло улучшение сексуальной функции под влиянием кордицепса – наблюдается как у женщин, так и у мужчин,кордицепс повысил либидо, вероятно в гормональных механизмах (среди прочего увеличивает выработку тестостерона)[9]; также увеличивает выработку спермы, что доказывает его традиционное применение при бесплодии. Один из компонентов кордицепса приводит к расширению вен полового члена ,тем самым улучшая эрекцию[4].

В сочетании с радиолой розовой кордицепс улучшил физическую выносливость мужчин на тренингах на большой высоте, увеличил время до исчерпания сил и улучшил аэробную способность[10].

В двух других исследованиях наблюдалось после приема кордицепса устойчивость мышц к усталости и лучшая реакция сосудистой системы у тренирующихся людей, которые ведут сидячий образ жизни и бегают [11,12].

Литература доступна на www.integmed.pl

Нов

Defense Maintenance

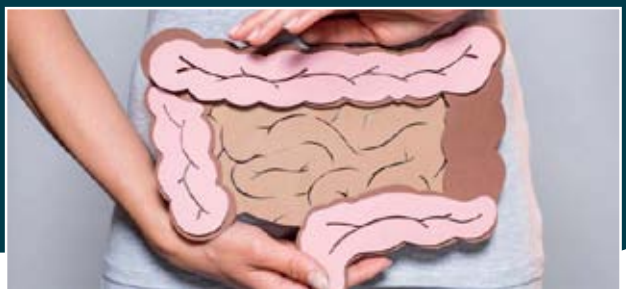
БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА – 120 капсул

Можно ли себе представить лучшую композицию для укрепления иммунитета, чем соединение витамин A,E и C с цинком и селеном? Defense Maintenance восполняет диету этими этими компонентами, оказывая огромную поддержку иммунной системе.
Также достойны внимания дополняющие состав продукта травы. Корень женьшеня, концентрат ягод Асаи, куркума и лимонник китайский, а также трутовик лакированный отлично вписываются в современные пищевые тренды и поддерживают наш организм на многих уровнях.

Bacillus Coagulans

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА - 90 капсул

Продукт дополняет рацион бактериями Bacillus coagulans (MTCC5856), обогащая таким образом кишечную бактериальную флору.



Pro B11

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА - 100 капсул

Продукт дополняет рацион 11 штаммами пробиотических бактерий, обогащая таким образом кишечную бактериальную флору.Биологически активные добавки для восполнения бактериальной флоры кишечника все более популярны, а люди все более осознанно относятся к состоянию кишечника и пищеварительной системы замечая, что самое важное для здоровья-то, что мы ед

инки

Liver Health Formula

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА - 100 капсул

Печень в хорошей форме чрезвычайно важна для поддержания здоровья. Это один из важнейших органов нашего организма, который отвечает за многие ключевые процессы. Прежде всего, печень отвечает за выведение токсинов из организма (она играет ключевую роль в процессе детоксикации), участвует в процессе усваивания питательных веществ и очень важна для правильного метаболизма жиров.
Нет никаких сомнений в том, что за печенью следует ухаживать особенно внимательно. Как? Изменение привычек питания и Liver Health Formula помогут сохранить здоровье печени.
Liver Health Formula - это композиция лекарственных трав, подготовленная специалистами для улучшения пищеварения и здоровья печени.
Ключевым компонентом состава является корень куркумы (Curcuma longa), который поддерживает правильное функционирование печени. В состав также входят корень лопуха большого (Arctium lappa), поддерживающий комфорт пищеварения и правильный уровень глюкозы, корень горечавки желтой (Gentiana lutea), также поддерживающий комфорт пищеварения, а также семена пажитника сенного (Trigonella foenum-graecum L) для правильного липидного обмена и уровня pH и корень одуванчика лекарственного, который участвует в поддержании аппетита и поддерживает правильное функционирование желудка.
Правильное пищеварение, липидный обмен и соответствующий уровень глюкозы - это также задачи печени, как и аспекты, способствующие ее здоровью. Здоровое питание, физическая активность и прием Liver Health Formula могут оказаться самыми лучшими друзьями Вашей печени.

Витамин В Комплекс

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА - 120 капсул

Витамины группы В необходимы нашему организму и участвуют во многих основных жизненных процессах. Состав препарата создан для поддержания правильного энергетического метаболизма и сохранения психологических функций, при этом используются наиболее популярные свойства витаминов группы В, которые, однако, характеризуются гораздо более широким спектром действия.
Витамин В2 (рибофлавин) влияет на здоровье нервной системы, помогает поддерживать хорошее зрение, витамин В6 дополнительно поддерживает иммунную систему, а ниацин помогает сохранить здоровье кожи. Нет никаких сомнений, что ежедневный рацион должен быть составлен таким образом, чтобы обеспечить организм витаминами группы В. Дополнительный прием витаминов этой группы кажется идеальным решением.
Формула Витамин В Комплекса дополняется цитрусовыми биофлавоноидами и травами, такими как розмарин и куркума.

Nature's Sunshine поощряет здоровый образ жизни.
Биологически активные добавки не могут использоваться как заменитель сбалансированного рациона.
Сбалансированный рацион и здоровый образ жизни это основа правильного функционирования организма.

Целевые наборы

Найдите что-то для себя. Это легко с Nature's Sunshine!

Мы отличаемся друг от друга. Мы разные по возрасту, полу, фигуре и образу жизни. Ежедневно мы также боремся с разными проблемами и поэтому нам нужны разные решения.

В Nature's Sunshine мы каждый день стараемся оправдать ожидания наших клиентов, и поэтому мы создали целевые наборы продуктов, которые, благодаря сочетанию лучших ингредиентов идеально подходят для женщин, пожилых людей, людей, которые хотят избавиться от лишних килограммов, а также для сердца и иммунитета.

СУПЕР СТАРТ К ЗДОРОВЬЮ

Набор содержит 6 бестселлеров среди продуктов из нашего предложения. Наиболее часто выбираемые позиции-лучший старт к изменению своих привычек и оздоровлению. Супер Старт к Здоровью доступен в двух вариантах. Решайте сами: хотите начть с Кальцием Плюс Витамин D, либо предпочитаете Солстик Энерджи.

В наборе:

• Самый популярный в мире - **Жидкий Хлорофилл** • микс самых здоровых фруктов мира, сильный антиоксидант - **Замброза** • Необходимые жирные кислоты - **Супер Омега 3 ПНЖК** • **Бифидофилус Флора Форс** • Рекомендованный терапевтами и массажистами **Лосьон для массажа Tei-Fu** • На выбор: Порция натуральной энергии **Солстик** или Здоровые кости - **Кальций Плюс Витамин D**

OPTIMUM

Холистический подход к человеку - это поиск баланса на многих уровнях. Образ жизни, здоровье, диета, физические упражнения, а также ум, искусство и природа объединяются и пронизывают все аспекты жизни, проявляясь в каждом из нас, нашей индивидуальности, которая является частью Вселенной.

Регулярно используйте набор Optimum
Этот набор пищевых добавок Nature's Sunshine был создан, чтобы влиять на баланс, необходимый любому, кто испытывает потребность восстановить его на разных уровнях:

- пищеварения и пищеварительной системы
- энергии и нервной системы
- естественного иммунитета
- детоксикации и нейтрализации свободных радикалов

В составе:
Замброза, Жидкий Хлорофилл, Супер Омега 3 ПНЖК, Сок Алоэ, Оливковый Лист-Экстракт, Цинк ALT, Солстик Энерджи

PRO IMMUNE

Сопротивление наших организмов инфекциям - тема, которая никогда не устареет. От того насколько сильна наша иммунная система зависит наше здоровье, а за этим стоит возможность заниматься своей повседневной деятельностью. Физическая активность, правильное питание, высыпание и избегание стресса - вот основные факторы, влияющие на наш иммунитет, а ключевой является соответствующая диета , которую мы предлагаем дополнить специально подготовленным набором.

Pro Immune- это биологически активные добавки для дополнительной поддержки иммунитета:

-Витамин С
-Витамин D
-Чеснок
-Замброза с облепихой
-Цинк ALT
-Оливковый Лист-Экстракт (2 шт.)
-Юрай с витамином С и Лекарственным Алтейем

PRO KARDIO

Здоровье сердца и кровеносной системы – для нас ключевое. На их состояние влияет огромное количество факторов, из которых большинство связано с нашим стилем жизни. Опять же, диета имеет решающее значение и мы снова рекомендуем вам дополнить его важными питательными веществами.

В наборе:

• Необходимые сердцу жирные кислоты **Супер Омега 3 ПНЖК** (2 уп.) • Укрепляющая сердце облепиха - **Замброза** • Лист артишока и растительные стеролы - **Cholester-Reg** • Для здоровья кровеносных сосудов - **Чеснок** • Поддерживающий кровообращение и давление - **Оливковый Лист-Экстракт** • Стимулирующая всасывание витамин (A,D,E,K) - **Лецитин**

SLIM

Худее - значит здоровее! Соответствующий вес тела влияет почти на все аспекты нашего здоровья. Кровеносная система , имунная система и чрезвычайно перегруженный опорно-двигательный аппарат не могут справляться с ожирением. Физическая активность и диета имеют существенное влияние на вес тела и здесь неважно, есть ли у нас генетическая предрасположенность к набору веса - следует помнить, что они только увеличивают риск, а не выносят приговор. Рынок wellness насыщен диетическими предложениями а дискуссия касается только времени, которое нужно, чтобы сбросить ненужные килограмы. Наше предложение - это дополнение диеты и важное дополнение к физической активности, с которым вы быстро увидите первые эффекты.

В наборе:

Кайенский перец & Чеснок & Петрушка, Loclo, 2 упаковки SmartMeal, 2 упаковки Carbo Grabbers, 3 упаковки Поглотителя жира

PRO SENIOR

На старость мы работаем всю жизнь - также заботясь об отношениях с родителями, бабушками и дедушками и детьми, которым мы подаем пример каждый день. К старости стоит сохранить хорошие отношения со своими близкими, но также стоит сохранить свое здоровье. Ваш организм в пожилом возрасте требует особого обращения. Набор Pro Senior - это поддержка костей и мышц, разума в отличной форме, поддержка для сердца и печени, что-то для тела и ума, и многое, многое другое!

В наборе:

- необходимый для здоровья костей - **Кальций Плюс Витамин D**
- азиатский щитолистник помогает поддерживать мозговые функции - **Готу Кола**
- **Витамин D3** - ключевой для здоровья костей и мышц
- источник пищевой клетчатки-Loclo
- **Хондроитин**

WOMAN

Вы работаете, управляете домом, воспитываете детей, у вас есть много других дел, о которых мужчины не имеют понятия. Ваш организм также совершенно другой и имеет другие потребности. В отличие от большинства мужчин, несмотря на нехватку времени, вы постоянно стараетесь быть красивыми и улыбающимися.
Набор Woman поможет вам задержать молодость на дольше,позаботиться о здоровье мочевых путей, сохранить красивые волосы, кожу и ногти и намного, намного больше!

В составе:
• Источник пищевой клетчатки - **Loclo** • П оддержка при менопаузе - **Красный Клевер** • Комплекс витаминов и минералов - **Супер Комплекс** • Помощь в поддержании физиологических функций - **Юрай** • Поддержание сексуальной функции - **Люцерна** • Сильный антиоксидант - **Замброза** • Улучшение сосудистого кровообращения - **Готу Кола** • Здоровые волосы,кожа и ногти - **Цинк ALT**

SPORT

Набор Sport был создан для людей физически активных. Вы найдете здесь всё, что нужно для улучшения результатов и повышения эффективности тренировок. Если вы активны физически, бегаете, плаваете, ездите на велосипеде или занимаетесь другим видом спорта на любительском или профессиональном уровне- мы гарантируем, что набор Sport позволит вам достигнуть лучших результатов, а тем самым получать ещё больше удовольствия от спорта!
Набор Sport рекомендован Польским Сообществом Спортивной Медицины

В наборе:
• Белок и кладезь микроэлементов - **Смарт Мил**
• Поток энергии,плывущий с семян гуараны, источника, в несколько раз богаче кофеином чем кофе-**Солстик Энерджи** • поддержка иммунитета при интенсивной нагрузке - **Витамин С** • Все более популярны среди спортсменов жирные кислоты - **Супер Омега 3**

НАБОР ДЛЯ ЖИЗНИ

Набор для жизни - это идея наших клиентов. По их просьбе мы создали трио самых популярных продуктов, которые, по мнению наших клиентов, имеют решающее значение в повседневной жизни. В наборе не могло не быть Жидкого Хлорофилла, короля витамин, то есть Витамина С, а также обогащающих бактериальную флору кишечника Бифидофилус Флора Форс.

В наборе:
Жидкий Хлорофилл, Витамин С, Бифидофилус Флора Форс

Природные Эфирные Масла

LAVENDER ORGANIC

Лаванда, которая ценится за свой успокаивающий и расслабляющий аромат, идеально подходит для многих продуктов. Ценится за свой успокаивающее и расслабляющее действие.

- ***Успокоение и релаксация***
- ***Улучшение сна***
- ***Увлажнение***

Компоненты: *Lavandula augustifolia* - узколистная лаванда

PEPPERMINT

Обладающая освежающим мятным ароматом перечная мята имеет уникальные охлаждающие и разогревающие свойства.

- ***Освежающее и питательное действие***
- ***Усиление концентрации***

Компоненты: *Mentha piperita* - мята перечная

TEA TREE

Масло чайного дерева, широко известное как «чудо от антиподов», получают из чайного дерева, растущего в Австралии. Выразительный, чистый аромат чайного дерева часто используется в шампунях и бальзамах.

- ***Питательное и регенерирующее действие***

Компоненты: *Melaleuca alternifolia* - чайное дерево

FRANKINCENSE

Получено из ароматической смолы босвеллии пильчатой индийской. Благовония, характеризующиеся сложным букетом специй, цитрусовых и древесных ароматов, использовались в качестве ароматизатора с библейских времен.

- ***Успокоение и релакс***
- ***Улучшение настроения***

Компоненты: *Boswellia carteri* - босвеллия пильчатая индийская

INSPIRE

Сочные ароматы цитрусовых и прохладная мята пробудят чувства, а ноты специй обеспечат искру, которая оживит вас, будет мотивировать и ВДОХНОВЛЯТЬ!

- ***пробудите креативность***
- ***распыляйте утром, чтобы набраться сил в самом начале дня!***

Компоненты: апельсин, корица, мята, имбирь, ваниль, грейпфрут, лимон, бергамот

RECOVER

Идеально подходит для использования после длительных упражнений или спортивных тренировок. Приносит успокоение натруженным мышцам.

- ***регенерация***
- ***успокоение***

Компоненты: гольтерия, камфора, можжевельник, розмарин, пихта, гвоздика, камфора, корица, босвелия, мята

ESSENTIAL SHIELD

Микс ESSENTIAL SHIELD обволакивает пользователя теплыми, знакомыми ароматами апельсина, корицы и гвоздики, которые обеспечивают комфорт и расслабление в холодное время года.

- ***успокаивающий и глубоко проникающий***
- ***идеально подходит для осеннего и зимнего периода***

Компоненты: грейпфрут, корица, гвоздика, лаванда, сосна, лимон, розмарин, тимьян

CORE

Переполненный древесными нотками дерева и тонких специй аромат поможет вам найти свою середину и восстановить духовное равновесие, подобно медитативной прогулке по густому, ароматному лесу. Восстановите свой внутренний баланс с помощью микса CORE.

- ***идеально подходит для ароматерапии во время медитации, йоги и занятий, требующих концентрации***

Компоненты: атласский кедр, лист хо, канадская сосна, марокканская пижма, босвеллия, римская ромашка

REFUGE

Мягкие, цветочные, сладкие ноты цитрусовых и соблазнительной ванили создают интимную атмосферу там, где нужно спокойствие. Микс REFUGE позволит вам отдохнуть от повседневной суеты и стресса.

- ***успокаивает***
- ***помогает избавиться от стресса***

Компоненты: лаванда, апельсин, кедр атласский, иланг-иланг, пижма обыкновенная, ваниль

Эфирные масла для снижения стресса и повышения иммунитета

Несмотря на отсутствие неопровержимых научных доказательств, во многих странах мира ароматерапия стала частью паллиативного лечения при новообразования. Это нашло применение в том числе в Японии и США. Используется с целью улучшения качества жизни, уменьшения боли, облегчения засыпания и снижения стресса. Японские ученые из университета в Ниигате и Токио проверили можно ли антистрессовое воздействие эфирных масел считать объективными методами. Оказывается, что можно.

Ароматерапия лавандовым маслом существенно повысила количество антител IgA в слюне (до 3,5 раз), в то же время маслом из грейпфрута более 2,5 раз. Это должно, по крайней мере, в теории, сочетаться с лучшей защитой от инфекций дыхательных путей, так как такую роль играют секреторные антитела этого класса. Снижение концентрации s-IgA антител, вероятно, является одним из механизмов, с помощью которого стресс ослабляет иммунитет, поэтому может оказаться, что лавандовое и грейпфрутовое масло может улучшить функции клеток иммунной системы.

Более того, оба масла немного отличались по динамике и похоже, что лавандовое масло будет лучшим выбором в состоянии острого стресса (краткосрочное действие), а грейпфрутовое - в долгосрочной перспективе (хронический стресс). По мнению авторов действие этих эфирных масел на иммунитет оправдывает попытки использовать их при грибковых заражениях дыхательной системы, которые относительно часто вызывают новообразования и ее лечение.

Что касается влияния на уровень норадреналина, то моделирующий эффект наблюдается у масла лаванды. Изначально было отмечено повышение концентрации этого гормона в крови, но через 4 недели был его существенный спад. По мнению авторов это может указывать на изменение действия автономной нервной системы под влиянием масла лаванды, а также способствование снижению соматических и психических признаков стресса.

На основании
J Pharm Health Care Sci. 2019 Aug 14;5:18. Evaluating the effect of aromatherapy on a stress marker in healthy subjects. Takagi C, Nakagawa S, Hirata N, Ohta S, Shimoeda S.

Ароматерапия снижает усталость при гипотиреозе

Американские учёные первыми в мире провели клинические исследования, в которых выявлено, что смесь эфирных масел позитивно влияет на уровень усталости у женщин с гипотиреозом. В им следовании участвовало 54 женщины с гипотиреозом, при этом были исключены лица с раком щитовидной железы в прошлом (по мнению исследователей, в этой ситуации причины и механизмы появления усталости могут быть совершенно другими, что могло бы фальсифицировать результаты).

Исследуемая группа получила смесь эфирных масел для ароматерапии, контрольная группа – масло из авокадо без запаха. Активная смесь включала в основном масло из мяты перечной с небольшим добавлением масла из перца , гвоздики , белого грейпфрута и бергамота. Контрольная группа при таких исследованиях очень важна, так как субъективные ощущения, к которым, без сомнения, относится усталость, очень изменчивы под влиянием плацебо.

Интересен был рекомендуемый способ аппликации масел для ароматерапии. Каждая из женщин ,кроме бутылочки с маслом ,получила также картонку, на которую нужно было накапать масло (три капли на один раз) и вдыхать запах в течении 15 минут. Только один раз в день в течении 14 дней. Во время ароматерапии можно было пить воду, в то же время запрещался прием пищи. Усталость оценивалась при помощи достаточно сложной анкеты Multidimensional Fatigue Symptom Inventory (MFSI),которая состоит почти из 100 вопросов. После двух недель в группе с эфирными маслами было значительное снижение усталости, чем в контрольной группе, хотя не все аспекты оказались существенно статистическими. «Лучше всего» ароматерапия подействовала на общий уровень усталости и его аффективный компонент (насколько усталость влияла на настроение).

В группе активной ароматерапии у одной из участниц появилась головная боль, которая прошла после прекращения ингаляции. Возможно, что это новое, не наблюдаемое ранее побочное действие эфирных масел, но также это может быть случайным явлением, тяжело выяснить. Состав активной смеси для снижения усталости авторы подобрали на основании изучения научных работ: главный компонент – это мятное масло, остальные имеют функцию усиления его действия. Перед учёными появляется большое поле деятельности – можно изучать,будут ли иметь похожее действие другие эфирные масла, а может следует поискать более эффективного средства,не говоря уже о поиске оптимальных смесей помогающих снижение усталости. Следующим целем будут пациенты с другими заболеваниями (например ,онкологическими), у которых истощение жизненных сил является ещё большей проблемой. С уверенностью нас ждёт ещё много исследований применения эфирных масел!

На основании
J Complement Integr Med. 2019 Aug 22. Aromatherapy reduces fatigue among women with hypothyroidism: A randomized placebo-controlled clinical trial. Hawkins J, Hires CY, Dunne EW, Keenan LA.

ОЧИЩАЮЩИЙ И МАТИРУЮЩИЙ ЛОСЬОН ДЛЯ ЛИЦА

Purifying and Mattifying Toner

Легкий тоник мягко очистит кожу от загрязнений, успокоит и освежит ее. Удаляет остатки макияжа. Формула борется с избыточной секрецией кожного сала и быстро матирует цвет кожи. Он защищает от вредного воздействия окружающей среды и усиливает естественную защиту от окислительного стресса, повышая способность кожи к детоксикации. У вас никогда не было ощущения свежести, увлажнения и чистоты, как при использовании этого тоника.

Основные активные ингредиенты:

Экстракт из водорослей Rhodophyta, Экстракт планктона - экзополисахариды, вырабатываемые морским планктоном, Гель алоэ вера, Гидролат гамамелиса, Растительный глицерин.

ДНЕВНОЙ КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА ОТ МОРЩИН SPF15. 40+

Day Anti-age Face Cream SPF 15

Крем сильного действия на основе современных омолаживающих ингредиентов, пептидов, масел, витаминов и розового перца справится с увлажнением даже самых глубоких слоев эпидермиса. Формула основана на инновационном комплексе «Контроль гравитации», борющемся против провисания кожи и повышающем сопротивление силе гравитации.

Основные активные ингредиенты:

Солнцезащитные фильтры, Пептидный комплекс, Экстракт перуанского розового перца, Масло ши, Масло семян граната, Масло из семян вишни, Стабилизированный вит. С, Трегалоза, Растительный глицерин.

ИНТЕНСИВНЫЙ НОЧНОЙ КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА ОТ МОРЩИН 40+

Night Anti-age Face Cream

Фантастический, насыщенный и в то же время нежный ночной крем, созданный специально для ухода за кожей во время сна, когда процесс обновления клеток наиболее интенсивен. Активно борется с морщинами, делает их менее заметными из-за того, что уплотняет и разглаживает их. Сразу же воздействует на уставшее и лишенное блеска лицо.

Основные активные ингредиенты:

Гиалуроновая кислота, Масло ши и подсолнечное масло, Витамин Е, Экстракт из обыкновенных зерен ячменя, Растительный глицерин

КРЕМ ПРОТИВ СТАРЕНИЯ ДЛЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ SPF15. 40+

Anti-age Eye Contour Cream

Крем для кожи вокруг глаз работает в нескольких направлениях: он предотвращает потерю влаги, обновляет и помогает поддерживать здоровый баланс нежной кожи вокруг глаз, защищает от вредного воздействия ультрафиолета и воздействия окружающей среды, стимулирует выработку коллагена, уменьшает глубокие и разглаживает мимические морщины и борется с отечностью и темными кругами под глазами.

Основные активные ингредиенты:

Ксилит, Солнцезащитные фильтры, Эктракт E. crustaceum (ракообразные), Экстракт лотоса, Рисовый крахмал.

УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ ДЛЯ ЛИЦА SPF15

Moisturizing Face Cream

Крем обогащен активным комплексом Mega Moisturizer Active на основе аминокислот (пролин, аланин, серин) и ферментационного экстракта Pseudoalteromonas, который сводит к минимуму испарение влаги из более глубоких слоев эпидермиса и восстанавливает кожу. Обеспечивает отчетливое увлажнение и отличный универсальный уход. Активный ингредиент, полученный из розового перца, выполняет очищающую функцию.

Основные активные ингредиенты:
Гиалуроновая кислота, Солнцезащитные фильтры, Масло иллипе, Рисовый крахмал, Ультра увлажняющие факторы, Экстракт перуанского розового перца.

ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ КРЕМ ДЛЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ SPF15

Revitalizing Eye Contour Cream SPF15

Многофункциональный крем для нежной кожи вокруг глаз на основе настоящих сокровищ прямо из моря не только обеспечивает 24-часовое увлажнение, но и боретсяс потерей упругости, подтягивает кожу, помогает снять отечность и темные круги под глазами и предотвращает потерю влаги.

Основные активные ингредиенты:
Ксилит, Солнцезащитные фильтры, Эктракт E. crustaceum (ракообразные), Экстракт водорослей вакамэ (красные водоросли).

ОСВЕТЛЯЮЩАЯ МАСКА ДЛЯ ЛИЦА „Эффект Золушки"

Radiance Face Mask

Маска Эффект Золушки немедленно придаст вашей коже жизненную силу и ей блеск! Признаки старения «смыты», лицо выглядит отдохнувшим. Цвет лица восстанавливает свое сияние. Основу маски составляет экстракт листьев Haberlea rhodopensis, обеспечивающий однородную структуру кожи. Кроме того, продукт содержит сквален растительного происхождения, известный своими смягчающими свойствами, особенно подходит для чувствительной и сухой кожи. Маска является отличным источником энергии для радикальной трансформации обезвоженной и лишенной блеска кожи, подарит коже настоящий восторг.

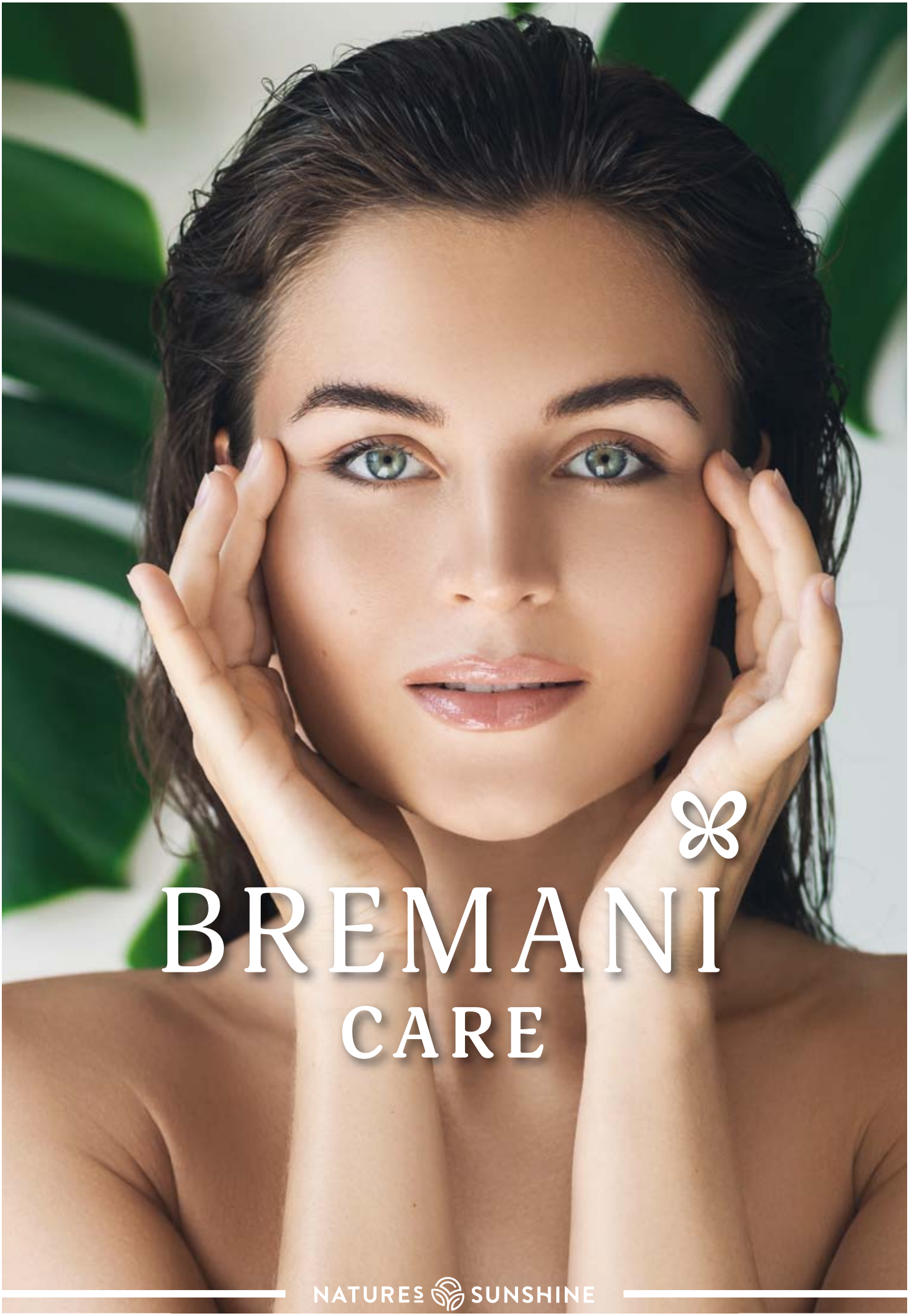
Основные активные ингредиенты:
Масло ши, Сквален, Рисовое масло, Масло семян граната, Рисовый крахмал, Экстракт из листьев Haberlea rhodopensis, Глицерин.

ИНТЕНСИВНЫЙ КРЕМ ДЛЯ НОГ

Intense Foot Cream

Питательный крем на базе омега-комплекса предотвращает появление трещин, покраснений и ломкости ногтей. Формула создает защитный барьер и интенсивно питает сухую кожу. Масла, белки растительного происхождения, витамины и алоэ вера в составе крема сохраняют красоту и молодость ваших ног, придают легкость, приятное ощущение свежести и способствуют улучшению состояния кожи.

Основные активные ингредиенты:
Омега Booster, Biomimetric Polymer (биополимер), Комплекс альфа-кислых кислот, Растительный кератин, Масла из моринги, авокадо, ши, Витамин E, Гель алоэ вера



BREMANI CARE

NATURE'S SUNSHINE

9 вопросов эксперту

Что для кожи важнее всего?

Самое важное для кожи - это то, чтобы мы заботились о ней надлежащим образом, т.е. Соответственно увлажнять , а также использовать препараты против морщин. Если кожа хорошо увлажнена, будет медленнее стареть. Мы должны заботиться о ней с самого начала, это значит в период когда нам около 20 лет, а не только в более позднем возрасте, когда признаки старения уже видны.

Какой компонент Bremani Care имеет самое большое значение для увлажнения кожи?

Для увлажнения нашей кожи самой важной является гиалуроновая кислота. Это очень популярный компонент, который также высоко ценится во многих брендах ввиду того, что в естественных условиях есть в коже. К сожалению, она исчезает очень быстро, и мы должны ее восполнять. Гиалуроновая кислота не только увлажняет кожу, но также действует против морщин, а это значит, что у нее есть два основных действия, которые нам очень нужны.

Почему нужно использовать разные крема: дневной и ночной?

Дневной и ночной крема- это совершенно разные крема. В дневных кремах всегда есть фильтр, чтобы мы могли защитить кожу от вредных солнечных лучей. Эти крема увлажняют кожу и являются прекрасной основой для макияжа. Ночной крем - это всегда крем, который «богаче», «тяжелее», поскольку он должен работать минимум восемь часов.

Что такое тонизация? Зачем нам тонизирующий тоник?

Тоник нам необходим. Как в линии Bremani, так и в других фирмах является важным средством, потому что он регулирует pH нашей кожи. Кроме того, он обладает очень увлажняющим эффектом, а его Дополнительным действием является то, что если он наносится перед кремом- позволяет ингредиентам крема лучше впитываться.

Чем отличается восстанавливающий крем для кожи вокруг глаз от крема против старения для кожи вокруг глаз?

Восстанавливающий крем для кожи вокруг глаз необходимо использовать с самого раннего возраста, даже с 18-20 лет, потому что это он имеет противотечное действие, осветляет тени под глазами. Молодые люди, которые много работают, учатся в университетах, уставшие, много работают на компьютерах, в связи с этим должны кожу вокруг глаз интенсивно регенерировать. В свою очередь крем против старения предназначен более старшим людям, имеет много питательных ингредиентов и против морщин.

Когда кожа начинает стареть?

Факт, что кожа начинает стареть, когда мы достигаем возраста около 20-25 лет, и это очень хороший момент, чтобы начать профилактику. Важно предотвращение и применение соответствующих препаратов, в основном регенеративных.

Почему так важно использовать лопатки для крема?

Используйте лопатки для всех кремов, потому что все мы на наших руках имеем бактерии - это неизбежно. Если мы брать крем пальцем и наносить его, к сожалению бактерии попадут в баночку, там они размножаться (формируются целые структуры бактерий), а мы не хотим этого. Крем с бактериями не не принесет нам пользы, а возможно и вред. Нужно использовать лопатки, это необходимость. Они всегда должны быть чистыми, поэтому их нужно мыть после каждого использования.

Откуда преобладание натуральных ингридиентов над синтетическими?

Преобладание натуральных веществ и их составляющих по сравнению с синтетическими - это важно. Я считаю, что кожа помогает себе определенными натуральными веществами и уж точно не нуждается в синтетических. Конечно, эффекты после воздействия синтетических веществ очень быстрые, но и краткосрочные. Зато при использовании натуральных веществ будут эффекты долгосрочные последствия, хотя это будет видно чуть позже.

Как распознать хороший крем? Bremani- это хорошие крема?

Это очень легко распознать, например, по применению ночного крема. Если нанести крем на ночь и после пробуждения у нас есть ощущение, что наше лицо отдохнуло и сияет, то мы можем быть уверены, что этот крем работает и работал пока мы спали. Хорошие крема, применяемые перед сном заметно регенерируют кожу. Определенно, Bremani хорошие крема.

Бескомпромисная гарантия качества

Компания Nature's Sunshine производит биологические добавки высочайшего качества. Но что на самом деле означает качество? Наше качество включает три основных фактора: чистоту, безопасность и эффективность. Мы можем с уверенностью заявить о чистоте, безопасности и эффективности продуктов, так как мы проверяем все эти показатели на каждом этапе. Фактически мы провели сотни испытаний для того, чтобы убедиться, что наши клиенты получают максимально качественную продукцию.

Четыре шага к высочайшему качеству

КОМПОНЕНТЫ ПРОДУКТЫ NATURE'S SUNSHINE ЧИСТЫЕ

Испытание на чистоту абсолютно необходимо, и один из аспектов этого испытания заключается в том, чтобы убедиться, что мы получаем и предлагаем виды и части растений с наибольшей пользой для здоровья. Несколько лет назад мы провели исследование образца зверобоя, купленного у крупной национальной розничной сети. Наши тесты показали, что на самом деле это был не зверобой, а другое растение из того же семейства. Возможно, этот продукт и был недорогим, но и неэффективным! В Nature's Sunshine есть лаборатории, где тестируется каждая партия материала. Так что вы можете быть уверены, что получите правильный вид и правильную часть растения. Проверка чистоты также гарантирует, что заказчик получит именно то, что указано на этикетке.

В чем опасность менее качественных брендов? Например, они могут содержать грязь, камни или насекомых. Поставщики говорят нам, что если они смогут удовлетворить наши требования, то смогут удовлетворить любого, потому что они самые высокие в отрасли. Мы платим больше нашим поставщикам, потому что мы требуем, чтобы наше сырье было очищено. Очистка является дополнительным этапом в процессе уборки урожая. Однако нашей целью является получение не самого дешевого сырья, а лучше очищенного.

ПРОИЗВОДСТВО НА СОБСТВЕННОЙ СОВРЕМЕННОЙ ФАБРИКЕ NATURE'S SUNSHINE НИКОГДА НЕ ТЕРЯЕТ КОНТРОЛЯ НАД СВОЕЙ ПРОДУКЦИЕЙ.

Мы инвестируем миллионы долларов в развитие производственного процесса и методов исследования, приобретение современного оборудования и квалифицированного персонала. Так как продукция производится на нашем собственном заводе, мы полностью уверены в ее составе и качестве. Благодаря тому, что продукция хранится на собственных складах, мы никогда не теряем контроль над ней.

ИСПЫТАНИЯ ОТ НАЧАЛА И ДО КОНЦА КОНТРОЛЬ, КОНТРОЛЬ И ЕЩЕ РАЗ КОНТРОЛЬ

Кто-то может счесть навязчивой идею проводить сотни тестов продуктов. Мы согласны! Мы одержимы качеством нашей продукции. Мы посылаем миллионы продуктов людям по всему миру и можем сказать, что каждый из этих продуктов чист, эффективен и проверен...Созданный навязчивыми перфекционистами из Nature's Sunshine.

Nature's Sunshine осознает тот факт, что высокое качество не достигается короткими путями. Когда речь идет о проблемах со здоровьем, никто не должен рисковать - и мы тоже. Поэтому мы проверяем наше сырье и готовую продукцию как можно тщательнее с технологической точки зрения.

В общей сложности у нас имеются сотни тестов для определения качества, чистоты и силы действия нашего сырья и продукции.Органолептические тесты используют только органы чувств, в то время как другие тесты могут быть проведены только с помощью сложного, современного оборудования. Некоторые тесты используются для идентификации сырья, другие - для определения количества активных ингредиентов и подтверждения информации на этикетках. Некоторые тесты предназначены для подтверждения отсутствия вредных веществ.

ВНУТРЕННЯЯ РЕЦЕПТУРА ПРОДУКТОВ ПРОДУКТЫ NATURE'S SUNSHINE ЭФФЕКТИВНЫ

Создание новых продуктов изнурительно, трудоемко и дорого. Однако она всегда направлена на создание наиболее эффективного продукта высочайшего качества. Внутренняя разработка продукции позволяет нам контролировать качество каждого продукта от начала до конца. Мы начинаем с нуля, создавая наши продукты с самого начала, и с каждым шагом мы строим их качество.

Отдел исследований и разработок тщательно отбирает ингредиенты и изучает каждый новый состав, устанавливая стандарты для Отдела контроля качества. Обазцы для каждого ингредиента предоставляются нашим поставщикам, чтобы они могли обеспечить качество, которого мы ожидаем.

Еще одним преимуществом внутренней разработки продукта являются знания, которые мы получаем в результате этого процесса. Если возникает вопрос или сомнение по поводу какого-либо из наших продуктов, мы всегда находим ответ. Мы уже знаем все о наших продуктах, потому что мы уже провели все необходимые исследования, прежде чем они были разработаны. Мы проводим внутренние испытания на стабильность, чтобы удостовериться, что продукты останутся неизменны до тех пор, пока не будут готовы к использованию. Мы следуем руководящим принципам Международной конференции по гармонизации, чтобы соответствовать требованиям мировых рынков. Научно-исследовательский отдел ежемесячно в течение 90 дней проводит исследования новых продуктов, как при комнатной температуре, так и в более сложных условиях.

Почти 50-летний опыт работы подтверждает ,что мы используем проверенные техники и услуги лучших экспертов, а это позволяет нам создавать уникальные и прежде всего эффективные продукты. Мы верим, что только такие продукты могут эффективно изменить жизнь людей.

Качество, подтвержденное назависимыми аудитами

Наши производственные процедуры и внешний контроль качества отвечают самым высоким требованиям, поэтому без сомнений приглашаем на нашу фабрику независимых аудитов. Изготавливаем наши продукты в соответствии со стандартом Good Manufacturing Practice (GMP), что подтверждают такие институты как NSF International и TGA (Therapeutic Goods Administration), но и это еще не все.

FDA - сокращение от Food and Drug Administration, то есть государственная организация, которая отвечает за безопасность продуктов питания и биологически активных добавок продаваемых и производимых в США. FDA контролирует и создает нормативы, касающееся биологически активных добавок. Наша регистрация в FDA актуальна и согласно нормам каждые два года подтверждаемая.

Компания NSF International, мировой лидер в разработке стандартов производства и сертификации готовой продукции, наградила Nature's Sunshine сертификатом надлежащей производственной практики. (NSF Good Manufacturing Certification).
NSF - это ведущий аудитор фирм, работающих в секторе охраны здоровья и безопасности общественного здоровья. Сертификация NSF означает, что наш завод прошел строгий контроль, включающий проверку оборудования и оценку наших правил и процедур и производственного процесса.

Australian Government
Department of Health
Therapeutic Goods Administration

Австралийский Департамент Здоровья (Therapeutic Goods Administration) сертифицировал Nature's Sunshine сертификатом хорошей производственной практики GMP для лекарственных продуктов. Сертификат TGA действителен при условии проведения периодического контроля. TGA - это государственный орган, контролирующий терапевтические товары в Австралии. TGA контролирует австралийский рынок для уверенности, что австралийское общество имеет доступ к продуктам высочайшего качества.

Utah Department of Agriculture - это организация охраны потребителей в штате Юта. Аудит UDAF проводится каждые 12 месяцев, но результаты последнего контроля на нашем заводе были настолько хорошими, что эта организация приняла решения изменить для нас частоту проверок на 18 месяцев.

Природные Эфирные Масла

Используйте эфирные масла регулярно
Это здорово! Это выгодно!

ТРЕХМЕСЯЧНАЯ АКЦИОННАЯ ПРОГРАММА

Бесплатные масла, скидки на диффузор и Крем для рук и тела!
Это все ожидает участников трехмесячной акционной программы!
Правила проств течении трех месяцев покупайте специально
подготовленные наборы наших масел и получайте награды!

Essential Oils - Single
LAVENDER, TEA TREE, PEPPERMINT
277,00 zł / 54,00 PV

Essential Oils - Blends
RECOVER, CORE, ESSENTIAL SHIELD
378,00 zł / 73,50 PV

Essential Oils - Mix
REFUGE, FRANKINCENSE, INSPIRE
390,00 zł / 76,00 PV

1 месяц

Покупаете набор Essential Oils – Single

Получаете скидку 50% на Ультразвцковой Диффузор или Крем для рук и тела и возможность получения наград в следующем месяце!

2 месяц

Покупаете набор Essential Oils – Blends

Если Вы учавствовали в промо-акции в 1 месяце - получаете дополнительно масло в подарок - можно выбрать Tea Tree Oil или Inspire Oil, и возможность получения наград в следующем месяце!

3 месяц

Покупаете набор Essential Oils – Mix

Если Вы учавствовали в промо-акции в 1 и во 2 месяце - получаете дополнительное масло в подарок - можно выбрать Peppermint Oil или Core, 50% скидка на Диффузор или Крем для рук и тела и бесплатный каталог наших продуктов!

BREMANI
CARE

Красивая кожа - это результат регулярного ухода косметикой высокого качества.
Мы гарантируем качество.
Вы - позаботьтесь о регулярности.

ШЕСТИМЕСЯЧНАЯ АКЦИОННАЯ ПРОГРАММА

Косметика Bremani Care на 15% дешевле в течении полугода? Почему нет!
Присоединяйтесь к нашей акционной программе!
Промо-акция продолжается на протяжении шести месяцев и к ней можно присоединиться до конца 2020 года!
За регулярные заказы косметики Bremani Care Вы получите дополнительные скидки!

1 месяц
Закажите любой продукт Bremani Care и получите 15% скидки на любой второй косметический продукт.
Присоединяясь к промо-акции Вы получаете дополнительные скидки на следующий месяц!

2 месяц
Если Вы учавствовали в промо-акции в предыдущем месяце,
можно заказывать косметику Bremani Care со скидкой 15% без ограничений.

3 месяц
Если Вы учавствовали в промо-акции в предыдущем месяце,
можно заказать косметику Bremani Care со скидкой 15% без ограничений.

4 месяц
Если Вы учавствовали в промо-акции в предыдущем месяце,
можно заказать косметику Bremani Care со скидкой 15% без ограничений.

5 месяц
Если Вы учавствовали в промо-акции в предыдущем месяце,
можно заказать косметику Bremani Care со скидкой 15% без ограничений.

6 месяц
Если Вы учавствовали в промо-акции во втором/третьем/четвертом/пятом
предыдущем месяце - Вы можете заказывать косметику Bremani Care
со скидкой 15% без ограничений и выбрать любой косметический продукт,
за который заплатите только 1 zł!

-15%

Актуально акции

Программа лояльности

Заказы каждый месяц- это дополнительная выгода. Заказывайте регулярно на минимум баллов и пользуйтесь скидками!

- Любой заказ в сентябре-возможность воспользоваться программой в октябре.
- Любой заказ в октябре-возможность воспользоваться программой в ноябре.
- Любой заказ в ноябре-возможность воспользоваться программой в декабре.

Чтобы использовать программу необходимо сделать заказ на минимум 50 баллов.

В период октябрь-декабрь 2020 можно выбрать из следующих продуктов:

- Витамин D3 со скидкой 50%
- MCM-метилсульфнилметан со скидкой 50%
- Перец, Чеснок, Петрушка со скидкой 50%
- Кофермент Q 10 со скидкой 50%
- 10 каталогов продуктов за 25 zł (скидка 50%)
- 200 продуктовых брошюр за 30 zł (скидка 50%)

Больше чем наборы

Наши целевые наборы это обычно самая простая, потому что готовая дорога к улучшению своего здоровья, но также это самая простая дорога к дополнительным скидкам! Покупая набор можешь выбрать дополнительные продукты за половину стоимости!

Набор Optimum
Бифидофилус Флора Форс за 50% от стоимости

Набор Pro Kardio
Кофермент Q 10 за 50% от стоимости!

Набор Pro Immune
Сок Алоэ за 50% от стоимости!

Набор Slim
Солстик Энерджи за 50% от стоимости!

Набор Woman
Кальций Плюс Витамин D за 50% от стоимости!

НЕ ПЛАТИТЕ ЗА ДОСТАВКУ

Не хотите брать на себя транспортные расходы по заказу? Просто оформите заказ на 200 пунктов.

ДЕШЕВЛЕ В НАБОРЕ ИЗ ЧЕТЫРЕХ ПРОДУКТОВ!

С 1 июля наши продукты доступны в наборах по 4 штуки. На www.e-naturessunshine.com Вы найдете новую категорию «Наборы по 4 шт.».

BREMANI CARE ANTI-AGING COMPLEX

Заботьтесь о красоте кожи комплексно и регулярно. Предложение „Anti-Aging Complex" было создано с мыслью о наиболее требовательных клиентках. Пользуясь набором косметики Bremani Care в сочетании с прекрасно действующем на кожу Цинком и Соком Алоэ Вера Вы обеспечиваете своей коже комплексную поддержку. Забудьте о „бегущем времени"!

Покупая набор косметики „Bremani Care Anti-aging" Extended Вы можете заказать Цинк ALT и Сок Алоэ Вера со скидкой 50%.

Состав косметического набора: Очищающий и матирующий лосьон, Осветляющая маска „Эффект Золушки", Дневной крем для лица от морщин, Интенсивный ночной крем для лица от морщин и Крем против старения для кожи вокруг глаз.

Предложение SPORT ПЛЮС

Покупая набор Sport можешь заказать дополнительно три выбранных продукта за полцены!

В наборе Sport вы найдете 5 продуктов.

Состав набора: Супер Омега 3, Витамин С, 2х Смарт Мил, Солстик Энерджи

Предложение Sport Плюс это:

- Tei-Fu
- Жидкий Хлорофилл
- Витамин D3
- Бифидофилус Флора Форс
- Хондроитин
- Грэпайн с протекторами
- Супер Комплекс
- Кальций Плюс Витамин D

ОДИННАДЦАТЫЙ ПРОДУКТ В ПОДАРОК

Покупая набор 10+1 Вы платите за 10 продуктов, а получаете 11! Промо-акцией можешь пользоваться неограниченное число раз.

Представленное предложение имеет информационный характер и не является торговым предложением в понимании Art. 66 par.1 Kodeksu Cywilnego. Акции и цены в бюллетене "Будь здоров" могут быть изменены.
Nature's Sunshine оставляет себе право изменять или заканчивать акции раньше.

ПРАЙС-ЛИСТ ПРОДУКТА

КОД	НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	ЦЕНА	ЦЕНА РОЗ	ПУНКТЫ
	БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ДОБАВКИ			
6109	Bacillus Coagulans (90 капсул)	20,20 EUR	28,28 EUR	15,39
4100	Бифидофилус Флора Форс (90 капсул)	24,20 EUR	33,80 EUR	18,55
2857	Bowel Build	18,70 EUR	26,10 EUR	14,23
2954	Карбо Гребберз (60 капсул.)	20,20 EUR	28,30 EUR	15,45
1580	Жидкий Хлорофилл (475,6 мг)	17,90 EUR	25,10 EUR	13,55
557	Cholester-Reg	15,70 EUR	22,00 EUR	12,00
22336	Коллаген (510 г)	40,10 EUR	56,20 EUR	30,60
1811	Хондроитин (60 капсул.)	24,70 EUR	34,50 EUR	18,82
1601	Цинк ALT (120 таб.)	8,90 EUR	12,50 EUR	6,78
550	Красный Клевер (100 капсул.)	10,00 EUR	14,00 EUR	7,52
290	ЧЕСНОК	10,50 EUR	14,70 EUR	8,03
4700	Defense Maintenance (120 капсул.)	20,20 EUR	28,28 EUR	15,39
947	EverFlex (60 tabl.)	24,70 EUR	17,64 EUR	13,45
360	Готу Кола (100 капсул.)	12,40 EUR	17,30 EUR	9,51
940	Hops & Valerian with Passionflower (100 капсул.)	16,11 EUR	11,51 EUR	8,77
1750	Грэпайн с протекторами (90 таб.)	25,30 EUR	35,40 EUR	19,29
410	Келп (100 капсул)	10,00 EUR	14,00 EUR	7,52
1796	Кофермент Q10 Плюс (60 капсул)	19,80 EUR	27,80 EUR	15,15
1661	Лецитин (170 капсул)	22,60 EUR	31,60 EUR	17,39
1170	Liver Health Formula (100 kaps.)	12,53 EUR	17,54 EUR	9,55 zł
204	Оливковый лист - Экстракт	12,70 EUR	17,80 EUR	9,66
1346	Локло (344 г)	19,10 EUR	26,80 EUR	14,68
30	Люцерна (100 капсул.)	8,70 EUR	12,10 EUR	6,69
4061	Магний	13,90 EUR	19,40 EUR	10,43
4059	МСМ- метилсульфонилметан	15,90 EUR	22,20 EUR	12,08
832	Перец, Чеснок, Петрушка (100 капсул.)	13,90 EUR	19,40 EUR	10,51
515	Пау Пау	39,90 EUR	55,90 EUR	30,66
2937	Фэт Грабберс (120 капсул)	17,40 EUR	24,30 EUR	13,24
1510	Pro B11 (90 капсул)	27,87 EUR	39,02 EUR	21,24
1839	Immune Formula (90 капсул)	22,30 EUR	31,60 EUR	17,34 zł
3093	Смарт Мил (510 г)	36,40 EUR	50,90 EUR	27,64
1680	Сок Алоэ Вера (946 мл)	19,60 EUR	27,50 EUR	14,93
6501	Солстик Энерджи (30 пакетов)	26,60 EUR	37,20 EUR	20,27
1515	Супер Омега 3 ПНЖК (60 капсул)	28,80 EUR	40,30 EUR	21,98
2879	Юрай (120 капсул)	20,60 EUR	28,80 EUR	15,68
3243	Кальций Плюс Витамин D (150 капсул)	19,80 EUR	27,80 EUR	15,17
1635	Витамин C (60 таб.)	19,30 EUR	27,00 EUR	14,87
1155	Витамин D3	12,70 EUR	17,80 EUR	9,74
4052	Витамины и Минералы - Супер Комплекс (60 таб.)	22,50 EUR	31,50 EUR	17,12
1773	Vitamin B Complex (120 капсул.)	12,53 EUR	17,54 EUR	9,55
4104	Замброза (458 мл)	19,80 EUR	27,70 EUR	15,13
	КОСМЕТИКА			
4276	Коллоидное Серебро (118 мл)	18,20 EUR	25,50 EUR	15,30
2851	Зубная паста Саншайн Брайт (100 г)	7,00 EUR	9,80 EUR	5,75
3538	Лосьон для массажа Tei-Fu (118,3 мл)	12,70 EUR	17,80 EUR	10,58
21575	Крем для рук и тела	19,70 EUR	27,60 EUR	16,60
1551	Концентрат НСП (947 мл)	14,70 EUR	20,60 EUR	12,32
	BREMANI CARE			
21600	Очищающий и матирующий лосьон для лица (125 мл)	10,70 EUR	15,00 EUR	8,87
21601	Дневной крем для лица от морщин - 40+ (50 мл)	26,30 EUR	36,80 EUR	22,17
21602	Интенсивный ночной крем для лица от морщин 40+ (50мл)	25,10 EUR	35,20 EUR	21,06
21603	Крем против старения для кожи вокруг глаз - 40+ (15 мл)	20,10 EUR	28,20 EUR	16,63
21604	Увлажняющий крем для лица (50мл)	23,30 EUR	23,60 EUR	19,22
21605	Восстанавливающий крем для кожи вокруг глаз (15мл)	20,00 EUR	28,00 EUR	16,63
21606	Осветляющая маска для лица "Эффект Золушки" (50 мл)	26,30 EUR	36,80 EUR	22,17
21607	Интенсивный крем для ног (100 мл)	10,70 EUR	15,00 EUR	8,87

ПРИРОДНЫЕ ЭФИРНЫЕ МАСЛА				
3847	Lavender (15ml)	25,40 EUR	35,60 EUR	21,19
3850	Peppermint (15ml)	20,60 EUR	28,80 EUR	17,39
3856	Recover (15ml)	36,50 EUR	51,00 EUR	30,50
3869	Frankincense (15ml)	57,40 EUR	80,40 EUR	48,36
3871	Inspire (15ml)	15,10 EUR	21,20 EUR	12,48
3873	Core (15ml)	21,90 EUR	30,70 EUR	18,42
3876	Refuge (15ml)	18,10 EUR	25,30 EUR	15,15
3877	Tea Tree (15ml)	18,30 EUR	25,60 EUR	15,45
3887	Essential Shield (15ml)	29,30 EUR	41,00 EUR	24,60
СКИДОЧНЫЕ НАБОРЫ				
6417	Набор Супер Старт Солстик	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
6416	Набор Супер Старт Кальций+ Витамин D	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64431	Набор Optimum	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64588	Набор Спорт	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64410	Набор для женщин	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64416	Набор для пожилых	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64418	Набор Pro Immune	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64354	Набор Pro Kardio	116,30 EUR	163,00 EUR	100,00
64364	Набор SLIM	140,70 EUR	197,00 EUR	115,00
21384	Набор для жизни	61,40 EUR	85,90 EUR	50,00
64391	Набор Pro Biznes 500	581,70 EUR	814,30 EUR	500,00
64093	Семейный комплект	581,70 EUR	814,30 EUR	500,00
21609	Набор Bremani Care	117,00 EUR	174,00 EUR	100,00
64639	Набор Природных Эфирных Масел	210,00 EUR	294,00 EUR	180,00

NATURE'S SUNSHINE

Улучшаем жизнь благодаря природе

Nature's Sunshine Products Poland Sp. z o.o.
ul. Olkuska 7, 02-604 Warszawa
e-mail: biuro@nsppolska.pl
www.e-naturessunshine.com

Номера телефонов:

- PL i EU: +48 22 311 21 00
- SK: +421 22 102 14 22
- RO: +40 31 229 74 11
- LT: +370 52 691 300
- EE: +372 609 34 86
- CZ: +420 21 001 26 51
- HU: +36 15 507 670
- BG: +359 24 929 388
- LV: +371 67 660 911
- EU: +44 20 808 99 500