

vitaMED

GYÓGNÖVÉNYEK FELHASZNÁLÁSUK ÉS HATÁSAIK



NUTRIMED ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐ KFT.
4026 Debrecen, Simonffy 4-6. 1. em. 123.
E-mail: info@vitamed.life
<https://www.vitamed.life/>



VITAMED ISMERETTERJESZTŐ FÜZETEK

„Hiszek abban, hogy a legnagyobb ajándék
amit a családnak és a világnak adhatsz,
az az egészséges önmagad.”

Foyce Meyer



FEKETE FOKHAGYMA

A fekete fokhagyma a hagyományos fokhagymából (*Allium sativum*) fermentálásával készülő termék. Az eljárás során a fokhagymában található hasznos anyagok koncentráltabban jelennek meg. A koreaiak ezeltől 5 évvel kezdtek exportálni a fekete fokhagymát a világ piacaira. A hagymakülönlegességet úgy állítják elő, hogy egy hónapig egy különleges fermentálási (erjesztési) eljárás alá vetik a hagyományos fokhagymát. Ez idő alatt melanoidin termelődik, amely egy sötét színű anyag, ezért is feketedik be a fokhagyma, és ennek az anyagnak (is) köszönhetően válik rendkívül egészségessé. A távol-keleti orvosok ezen eljárást azért fejlesztették ki, hogy így a fokhagyma leegészségesebb alkotóelemeit tudják kivonni. Emellett azt is sikerült elérni az erjesztéssel, hogy könnyebben emészthető legyen és ezáltal a szaga is enyhébb lett, így az is bátran fogyaszthatja, aki amúgy nem rajong illatáért.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A FEKETE FOKHAGYMÁHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- A VÉRCUKOR HÁZTARTÁS KARBANTARTÁSA
- ANTIOXIDÁNS
- JAVÍTTJA A „JÓ” KOLESZTERIN (HDL) SZINTET
- JÓ HATÁSSAL VAN A MEMÓRIÁRA
- SEGÍT A FOGYÁSBAN

Forrás:

1. Ae Wha Ha, Woo Kyong Kim (2017): Antioxidant mechanism of black garlic extract involving nuclear factor erythroid 2-like factor 2 pathway. *Nutrition Research and Practice* 2017;11(3):206-213. p.
2. Ji Hyeon Ryu, Dawon Kang (2017): Physicochemical Properties, Biological Activity, Health Benefits, and General Limitations of Aged Black Garlic: A Review. *Molecules* 2017, 22, 919; doi:10.3390/molecules22060919
3. Shunsuke Kimura, Yen-Chen Tung, Min-Hsiung Pan, Nan-Wei Su, Ying-Jang Lai, Kuan-Chen Cheng (2017): Black garlic: A critical review of its production, bioactivity, and application. *Journal of Food and Drug Analysis* 25 (2017) 62-70. p.

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

SPIRULINA ALGA

A spirulina platensis mikroalga a chlorella algával karöltve napjaink egyik legfelkapottabb szuperélelmiszere, melyet az egész világon termelnek. Ezt a zöldeské édesvízi növényt előszeretettel fogyasztják intenzív íze és rendkívül magas beltartalmi értékei miatt, melyet több mint 1200 lektorált kiadványban megjelent kutatás is alátámaszt. A spirulina a benne található több mint 2000 enzimnek és 60-70% tömegszázaléknyi növényi fehérjének köszönhetően méltán része a szuperélelmiszerek csoportjának, hiszen azon túl hogy gyakorlatilag az összes, emberi szervezet számára szükséges és nélkülözhetetlen vitamint, ásványi anyagot, aminosavat, enzimet és fehérjét könnyen emészthető, természetes formában tartalmazza, számos pozitív hatással is rendelkezik.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A SPIRULINA ALGÁHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- SEGÍT A NEHÉZFÉM-MÉREGTELENÍTÉSBEN
- CANDIDA ELLENI MIKROBIÁLIS HATÁSSAL BÍR
- CSÖKKENTI A VÉRNYOMÁST
- CSÖKKENTI A KÁROS LDL KOLESZTERINSZINTET, NÖVELI AZ ÉRVÉDŐ HATÁSÚ HDL KOLESZTERINSZINTET
- ENERGIÁVAL TÖLTI FEL A SZERVEZETET
- SEGÍT A FOGYÁSBAN

Forrás:

1. Hernández Lepe MA, Wall-Medrano A, Juárez-Oropeza MA, Ramos-Jiménez A, Hernández-Torres RP (2015): [SPIRULINA AND ITS HYPOLIPEMIC AND ANTIOXIDANT EFFECTS IN HUMANS: A SYSTEMATIC REVIEW]. *Nutr Hosp.* 2015; 32(2): 494–500. Published online 2015 Aug 1. doi: 10.3305/nh.2015.32.2.9100
2. Gutiérrez-Salmán G, Fabila-Castillo L, Chamorro-Cevallos G (2015): NUTRITIONAL AND TOXICOLOGICAL ASPECTS OF SPIRULINA (ARTHROSPIRA). *Nutr Hosp.* 2015 Jul 1;32(1):34-40. doi: 10.3305/nh.2015.32.1.9001.
3. Hosseini SM, Khosravi-Darani K, Mozafari MR. (2013): Nutritional and medical applications of spirulina microalgae. *Mini Rev Med Chem.* 2013 Jun 1;13(8):1231-7.
4. Ismail M, Hossain MF, Tanu AR, Shekhar HU (2015): Effect of spirulina intervention on oxidative stress, antioxidant status, and lipid profile in chronic obstructive pulmonary disease patients. *Biomed Res Int.* 2015;2015:486120. doi: 10.1155/2015/486120. Epub 2015 Jan 22.

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

GOJI BOGYÓ

A szuperélelmiszerek közé tartozó, kína északnyugati tartományában termő goji bogyó (*Lycium chinense* és *Lycium barbarum*) a természet egyik legtápanyagdúsabb gyümölcse, rendkívül gazdag vitamin- és ásványianyag, poliszacharid, aminosav és omega olaj forrás. Több mint 21% rostot, közel 20 féle aminosavat és esszenciális zsírsavat tartalmaz, és antioxidáns tartalma az egyik legmagasabb az élelmiszerek között, közel 10-szerese a narancsnénak.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTNAK A GOJI BOGYÓHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- ERŐSÍTI AZ IMMUNRENDSZERT ÉS SEGÍT AZ INFLUENZA ELLENI VÉDEKEZÉSBEN
- SEGÍT A FOGYÁSBAN, FOKOZZA A ZSÍRBONTÁST ÉS ENERGIATERMELÉST
- A BENNE TALÁLHATÓ ANTIOXIDÁNSOK KÖZÜL A ZEAXANTINNAK KÖSZÖNHETŐEN SEGÍT A SZEM ÉS BŐR EGÉSZSÉGÉNEK MEGŐRZÉSÉBEN
- HOZZÁJÁRUL A VÉRCUKORSZINT SZABÁLYOZÁSÁHOZ
- NÖVELI A TESZTOSZTERONSZINTET
- HOZZÁJÁRUL AZ AGY ÉS IDEGRENSZER MŰKÖDÉSÉHEZ
- VÉDI A MÁJAT ÉS A LÉPET

Forrás:

1. Bucheli P, Gao Q, Redgwell R, et al. (2011): Biomolecular and Clinical Aspects of Chinese Wolfberry. In: Benzie IFF, Wachtel-Galor S, editors. Herbal Medicine: Biomolecular and Clinical Aspects. 2nd edition. Boca Raton (FL): CRC Press/Taylor & Francis; 2011. Chapter 14. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK92756/>
2. Amagase H, Nance DM (2008): A randomized, double-blind, placebo-controlled, clinical study of the general effects of a standardized *Lycium barbarum* (Goji) Juice. *GoChI*. *J Altern Complement Med*. 2008 May;14(4):403-12. doi: 10.1089/acm.2008.0004.
3. Kulczyński, B., & Gramza-Michałowska, A. (2016): Goji Berry (*Lycium barbarum*): Composition and Health Effects – a Review, *Polish Journal of Food and Nutrition Sciences*, 66(2), 67-76. doi: <https://doi.org/10.1515/pjfn-2015-0040>
4. Islam, T., Yu, X., Badwal, T.S. et al. (2017): Comparative studies on phenolic profiles, antioxidant capacities and carotenoid contents of red goji berry (*Lycium barbarum*) and black goji berry (*Lycium ruthenicum*) *Chemistry Central Journal* (2017) 11: 59. <https://doi.org/10.1186/s13065-017-0287-z>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

GINSENG

A Távol-Keleten már évszázadok óta fogyasztott ázsiai ginseng (*Panax ginseng*) számos egészségre pozitív hatással bíró összetevőt tartalmaz. Általában porrá őrölt gyökerében a növény 6-7 éves korára alakul ki az ideális koncentráció a különböző összetevőből, úgy mint ásványi anyagok és vitaminok, ginzengoidok, panaxonok, poliszacharidok és szaponinok.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTNAK A GINSENGHEZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- JAVÍTJA A MEMÓRIÁT
- SEGÍT A STRESSZ TÜNETEINEK LEGYŐZÉSÉBEN
- NÖVELI A FIZIKAI ÉS SZELLEMI TELJESÍTŐKÉPESSÉGET
- SEGÍT AZ EGÉSZSÉGES VÉRCUKORSZINT ELÉRÉSBN
- ERŐSÍTI AZ IMMUNRENDSZERT
- POTENCIANÖVELŐ

Forrás:

1. Soowon Kang and Hyeyoung Min (2012): Ginseng, the 'Immunity Boost': The Effects of Panax ginseng on Immune System. *J Ginseng Res*. 2012 Oct; 36(4): 354-368. doi: 10.5142/jgr.2012.36.4.354
2. Nguyen Huu Tung, Takuhiro Uto, Osamu Morinaga, Young Ho Kim, Yukihiko Shoyama (2012): Pharmacological Effects of Ginseng on Liver Functions and Diseases: A Minireview. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine Volume 2012*, Article ID 173297, 7 pages <http://dx.doi.org/10.1155/2012/173297>
3. Choi J, Kim TH, Choi TY, Lee MS (2013) Ginseng for Health Care: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials in Korean Literature. *PLOS ONE* 8(4): e59978. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0059978>
4. Elena Jovanovski, Alexandra Jenkins, Andre G. Dias, Valentina Peeva, John Sievenpiper, John Thor Arnason, Dario Rahelec, Robert G. Josse, Vladimir Vuksan (2010): Effects of Korean Red Ginseng (*Panax ginseng* C.A. Mayer) and Its Isolated Ginsenosides and Polysaccharides on Arterial Stiffness in Healthy Individuals, *American Journal of Hypertension*, Volume 23, Issue 5, 1 May 2010, Pages 469-472, <https://doi.org/10.1038/ajh.2010.5>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

GÖRÖGSZÉNA MAG

A görögszéna (*Trigonella foenum-graecum* L.) más néven: görög lepkeszeg, fenő grék (*fenureek*) a legrégebbi korok óta (Ebers papiruszok, i. e. 2000–3000) ismert gyógynövények egyike, számos vitamint és ásványi anyagot tartalmaz, azonban gyógyhatásainak zöme a benne található aktív vegyületeknek, mint a szteroid jellegű szaponinok, az antioxidáns hatású flavonoidok, illetve a trigonellin és további alkaloidoknak köszönheti.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A GÖRÖGSZÉNA MAGHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- SEGÍT AZ INZULINSZINT SZABÁLYOZÁSÁBAN
- CSÖKKENTI AZ LDL KOLESZTERINSZINTET
- HATÁSOS A VÉRSEGÉNYSÉG ÉS A CSONTRITKULÁS MEGELŐZÉSÉBEN ÉS KEZELÉSÉBEN
- ÉTVÁGYJAVÍTÓ, FOKOZZA AZ EMÉSZTÉST, SEGÍT A KÜLÖNBÖZŐ EMÉSZTŐSZERVI MEGBETEGEDÉSEK GYÓGYÍTÁSÁBAN
- FITO-ÖSZTROGÉNJEI SEGÍTENEK A HORMONHÁZTARTÁS MŰKÖDÉSÉBEN, SERKENTI A NEMI HORMONOK TERMELÉSÉT
- FOGYASZTÁSA KEDVEZŐEN BEFOLYÁSOLJA A MENSTRUÁCIÓS CIKLUST, ÉS KEDVEZŐEN HAT A SZOPTATÓS KISMAMÁK TEJELVÁLASZTÁSÁRA
- FOGYASZTÁSA SEGÍT AZ EGÉSZSÉGES ÉS DÚS HAJ MEGŐRZÉSÉBEN

Forrás:

1. Kassaian N, Azadbakht L, Forghani B, Amini M. (2009): Effect of fenureek seeds on blood glucose and lipid profiles in type 2 diabetic patients. *Int J Vitam Nutr Res*. 2009 Jan;79(1):34-9. doi: 10.1024/0300-9831.79.1.34.
2. Shiwangi Goyal, Nidhi Gupta, and Sreemoyee Chatterjee (2016): Investigating Therapeutic Potential of *Trigonella foenum-graecum* L. as Our Defense Mechanism against Several Human Diseases. *J Toxicol*. 2016; 2016: 1250387. Published online 2016 Jan 18. doi: 10.1155/2016/1250387
3. Sima Younesy, Sedigheh Amiraliakbari, Somayeh Esmaili, Hamid Alavimajid, and Soheila Nouraei (2014): Effects of Fenureek Seed on the Severity and Systemic Symptoms of Dysmenorrhea. *J Reprod Infertil*. 2014 Jan-Mar; 15(1): 41–48.

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

MÁRIATÖVIS

A máriatövis, népies nevén őszbogáncs, szamárkóró, vagy boldogasszony tövise (*Silybum marianum*) az őszirózsafélék családjába tartozó növényfaj. Már évszázadok óta a májtisztítás egyik leghatásosabb gyógynövényeként tartják számon. Májvédő és májtisztító hatása orvosilag is elismert és bizonyított. A máriatövis mediterrán térségből származik, de világszerte termesztett növény. Gyógyászati célokra természetesen hasznosítják, mely nagy mennyiségű olajat és fehérjét tartalmaz, azonban fő hatóanyaga a májvédő szilimarin nevű flavonoglikán komplex.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A MÁRIATÖVISHEZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- SEGÍT A MÁJ MÉREGTELENÍTÉSÉBEN ÉS EGÉSZSÉGES MŰKÖDÉSÉNEK FENNTARTÁSÁBAN
- CSÖKKENTI A VÉR LDL KOLESZTERINSZINTJÉT
- SEGÍT AZ IDEÁLIS VÉRCUKORSZINT FENNTARTÁSÁBAN
- JAVÍTTJA A BŐR EGÉSZSÉGÉT, ÖREGEDÉSGÁTLÓ HATÁSÚ
- SEGÍT AZ EPEKŐ MEGELŐZÉSÉBEN

Forrás:

1. Mahmood Bahmani, Hedayatollah Shirzad, Samira Rafeian, Mahmoud Rafeian-Kopaei (2015): *Silybum marianum*: Beyond Hepatoprotection. *Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine* Volume: 20 issue: 4, pp: 292-301. <https://doi.org/10.1177/2156587215571116>
2. Janice Post-White, Elena J. Ladas, Kara M. Kelly (2007): Advances in the Use of Milk Thistle (*Silybum marianum*). *Integrative Cancer Therapies* Vol 6, Issue 2, pp. 104 – 109. <https://doi.org/10.1177/1534735407301632>
3. Scott J. Brantley, Nicholas H. Oberlies, David J. Kroll and Mary F. Paine (2010): Two Flavonolignans from Milk Thistle (*Silybum marianum*) Inhibit CYP2C9-Mediated Warfarin Metabolism at Clinically Achievable Concentrations. *Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics* March 1, 2010, 332 (3) 1081-1087; DOI: <https://doi.org/10.1124/jpet.109.161927>
4. Bijak, M. (2017): *Silybin*, a Major Bioactive Component of Milk Thistle (*Silybum marianum* L. Gaertn.)—Chemistry, Bioavailability, and Metabolism. *Molecules* 2017, 22, 1942. <https://doi.org/10.3390/molecules22111942>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztató célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

GINKGO BILOBA

A kínában őshonos Ginkgo biloba, más néven páfrányfenyő, a világ legrégebbi időkből fennmaradt ősi növénye. Míg az ősi kínai gyógyászat mind a növény levelét, mind magját használja, addig a modern orvostudomány a levélből készült kivonatot preferálja. A ginkgolevelek flavonoidokat (kvercetin és kemferul) és terpenoidokat (ginkgolidok, bilobalidok) tartalmaznak. A levélben található, potenciálisan allergizáló és toxikus glinkgolsavat a levélből készült kivonat már nem tartalmazza. Tartós alkalmazás esetén is ritkán okoz mellékhatásokat, értágító hatásának köszönhetően fogyasztásával a következő egészségügyi állítások hozhatók összefüggésbe.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A GINKGO BILOBÁHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- MAGAS ANTIOXIDÁNS TARTALMA MIATT SEGÍT A SZABADGYÖKÖK ELLENI VÉDEKEZÉSBEN
- SEGÍT A GYULLADÁSOK KEZELÉSÉBEN
- JAVÍTTJA A KERINGÉST, SEGÍT A SZÍV EGÉSZSÉGÉNEK MEGŐRZÉSÉBEN A VÉREREK TÁGÍTÁSÁVAL
- KIEGÉSZÍTŐ KEZELÉSKÉNT HATÁSOS IDEGRENSZERI MEGBETEGEDÉSEK KEZELÉSÉBEN
- CSÖKKENTI A SZORONGÁS ÉS DEPRESSZIÓ HATÁSÁT
- SEGÍT A MEREVEDÉSI ZAVAROK KEZELÉSÉBEN

Forrás:

1. Bridi R, Crossetti FP, Steffen VM, Henriques AT. (2001): The antioxidant activity of standardized extract of Ginkgo biloba (Egb 761) in rats. *Phytother Res.* 2001 Aug;15(5):449-51. PubMed PMID: 11507743.
2. Savaskan E, Mueller H, Hoerr R, von Gunten A, Gauthier S. (2018): Treatment effects of Ginkgo biloba extract Egb 761* on the spectrum of behavioral and psychological symptoms of dementia: meta-analysis of randomized controlled trials. *Int Psychogeriatr.* 2018 Mar;30(3):285-293. doi: <https://doi.org/10.1017/S1041610217001892>
3. Woelk H, Arnoldt KH, Kieser M, Hoerr R. (2007): Ginkgo biloba special extract Egb 761 in generalized anxiety disorder and adjustment disorder with anxious mood: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *J Psychiatr Res.* 2007 Sep;41(6):472-80. Epub 2006 Jun 30. PubMed PMID: 16808927
4. Wu YZ, Li SQ, Zu XG, Du J, Wang FF. (2008): Ginkgo biloba extract improves coronary artery circulation in patients with coronary artery disease: contribution of plasma nitric oxide and endothelin-1. *Phytother Res.* 2008 Jun;22(6):734-9. doi:10.1002/ptr.2335. PubMed PMID: 18446847.

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztatói célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

HOMOKTÖVIS

A homoktövis (Hippophae L.), ez az eredetileg a Himalája lejtőin és főként Ázsiában termő növény, amely mára meghódította az egész világot, rendkívül sokrétűen felhasználható egészségünk megőrzésére. E-vitamin és esszenciális zsírsav tartalma jó hatással van a száradt, repedezett bőrre, csökkenti a narancsbőr kialakulását. C-vitamin tartalma tízszerese a citromban találhatóénak, így jól használható megfázás és köhögés ellen. Vitamin-, zsírsav- és bioflavonoid tartalmának köszönhetően számos kedvező tulajdonsággal rendelkezik.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A HOMOKTÖVISHEZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- CSÖKKENTI A VÉR KOLESZTERINSZINTJÉT, LASSÍTTJA AZ ÉRELMESZESÉSI FOLYAMATOK KIALAKULÁSÁT
- ZSÍROLDÓ HATÁSÚ, FOKOZZA AZ ANYAGCSERÉT, SEGÍT AZ OPTIMÁLIS TESTSÚLY MEGTARTÁSÁBAN
- ERŐSÍTI A KÖTŐSZÖVETET, JÓ HATÁSSAL VAN A SZÁRAZ, REPEDEZETT BŐRRE
- HÁMOSÍTÓ ÉS GYULLADÁSCSÖKKENTŐ HATÁSÁVAL SEGÍTI A SEBGYÓGYULÁST
- ERŐSÍTI AZ IMMUNRENDSZERT, SEGÍT FENNTARTANI A SZERVEZET OPTIMÁLIS MŰKÖDÉSÉT

Forrás:

1. H-M Lehtonen, R Järvinen, K Linderborg, M Viitanen, M Venojärvi, H Alanko & H Kallio (2010): Postprandial hyperglycemia and insulin response are affected by sea buckthorn (Hippophae rhamnoides ssp. turkestanica) berry and its ethanol-soluble metabolites. *European Journal of Clinical Nutrition* volume 64, pages 1465–1471 (2010). DOI: <https://doi.org/10.1038/ejcn.2010.173>
2. Kasparaviciene G, Briedis V, Ivanauskas L. (2004): [Influence of sea buckthorn oil production technology on its antioxidant activity]. *Medicina (Kaunas)*. 2004;40(8):753-7. Lithuania. PubMed PMID: 15299993.
3. Puertollano MA, Puertollano E, de Cienfuegos GÁ, de Pablo MA. (2011): Dietary antioxidants: immunity and host defense. *Curr Top Med Chem.* 2011;11(14):1752-66. Review. PubMed PMID: 21506934.
4. S.M. Sabir, H. Maqsood, Imran Hayat, M.Q. Khan, A. Khaliq (2005): Elemental and Nutritional Analysis of Sea Buckthorn (Hippophae rhamnoides ssp. turkestanica) Berries of Pakistani Origin. *Journal of Medicinal Food* Vol. 8, No. 4. DOI: <https://doi.org/10.1089/jmf.2005.8.518>
5. Solcan C, Gogu M, Floristean V, Oprisan B, Solcan G. (2013): The hepatoprotective effect of sea buckthorn (Hippophae rhamnoides) berries on induced aflatoxin B1 poisoning in chickens 1. *Poult Sci.* 2013 Apr;92(4):966-74. DOI: <https://doi.org/10.3382/ps.2012-02572>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztatói célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkoztathatók a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

NONI

A noni (*Morinda citrifolia*) a Csendes-óceán szigeteken, Ausztráliában és Ázsiában őshonos gyümölcs, mely tápanyagtartalmával és szerzteágázó hatásaival egy felbecsülhetetlen értékű növény, melyet már a tradicionális gyógyászatban is megtalálunk: horzsolásokra, fekélyekre, mély sebekre, csonttörésekre külsőleg, leveleiből készült főzetet pedig lázcsillapítóként, fájdalomcsillapítóként alkalmazva. A gyümölcs rendkívül magas hatóanyagtartalommal rendelkezik, a benne levő 23 különböző fitokemikália, 5 féle vitamin, 3 féle ásványi anyag és 18 féle aminosav mellett xeronin és prekuzora, a proxenorin tartalma is kiemelkedő, az ananásznál 800-szor magasabb koncentrációjú.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A NONIHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- KIVÁLÓ FÁJDALOMCSILLAPÍTÓ, ERŐSSÉGE A MORFIUM KÖZEL 70%-A
- JÓTÉKONYAN BEFOLYÁSOLJA A SZÍV ÉS KERINGÉSI RENDSZERT
- GYÓGYÍTTJA A SÉRÜLT SEJTEKET, SEGÍT REGENERÁLNI AZ ÉGÉSI SÉRÜLÉSEKET
- SERKENTI AZ ENDORFIN, AZAZ A BOLDOGSÁGHORMON TERMELŐDÉSÉT
- ÁLTALÁNOS HANGULATJAVÍTÓ HATÁSÚ, AKTIVÁLJA A TOBOZMIRIGY MŰKÖDÉSÉT
- SEGÍT A MEGFELELŐ VÉRCUKORSZINT FENNTARTÁSÁBAN

Forrás:

1. Reem Abou Assi, Yusrida Darwis, Ibrahim M. Abdulbaqi, Arshad A. Khan, Lim Vuanghao, M.H. Laghari (2017): *Morinda citrifolia* (Noni): A comprehensive review on its industrial uses, pharmacological activities, and clinical trials, *Arabian Journal of Chemistry*, Volume 10, Issue 5, 2017, Pages 691-707, ISSN 1878-5352, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.arabjoc.2015.06.018>
2. E. Dussossoy, P. Brat, E. Bony, F. Boudard, P. Poucheret, C. Mertz, J. Gialimis, A. Michel (2011): Characterization, anti-oxidative and anti-inflammatory effects of Costa Rican noni juice (*Morinda citrifolia* L.), *Journal of Ethnopharmacology*, Volume 133, Issue 1, 2011, Pages 108-115, ISSN 0378-8741, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2010.08.063>
3. Yi-Ling Lin, Yuan-Yen Chang, Deng-Jye Yang, Bor-Show Tzang, Yi-Chen Chen (2013): Beneficial effects of noni (*Morinda citrifolia* L.) juice on livers of high-fat dietary hamsters, *Food Chemistry*, Volume 140, Issues 1-2, 2013, Pages 31-38, ISSN 0308-8146, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2013.02.035>
4. Émilie Dussossoy, Florence Bichon, Emilie Bony, Karine Portet, Pierre Brat, Fabrice Vaillant, Alain Michel, Patrick Poucheret (2016): Pulmonary anti-inflammatory effects and spasmolytic properties of Costa Rican noni juice (*Morinda citrifolia* L.), *Journal of Ethnopharmacology*, Volume 192, 2016, Pages 264-272, ISSN 0378-8741, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2016.07.038>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztatói célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkozhatnak a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.

SZŐLŐMAG

A vörös és kék szőlő magjából készült kivonat rendkívül magas flavonoid, azaz növényi antioxidáns tartalmú, segít a szabadgyökök elleni védekezésben. Fő hatóanyagai továbbá a proantocianidinek (PAC), amelyeket rák ellenes, gyulladásgátló és értágító anyagokként tartanak számon. Ezen belül az oligomer proantocianidinek (OPC) hatása kiemelkedő, mely percek alatt felszívódik a vérben a száj és gyomor nyálkahártyáján keresztül.



POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A SZŐLŐMAGHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- KÉPES ÁTHALADNI A VÉR-AGY GÁTON, ÍGY SEGÍTHET MEGVÉDENI AZ AGYAT ÉS IDEGRENDSZERT A KÁROSODÁSTÓL
- JAVÍTTJA AZ EREK ÁLLAPOTÁT, CSÖKKENTVE EZZEL A SZÍVBETEGSÉGEK ÉS SZÉLÜTÉS KOCKÁZATÁT
- ERŐSÍTI A HAJSZÁLEREKET, FOKOZZA A VÉRÁRAMLÁST
- MEGERŐSÍTI A KOLLAGÉN MÁTRIXOT A KÖTŐSZÖVEKTEKBEIN, ÍGY HOZZÁJÁRUL A BŐR RUGALMÁSÁGÁNAK MEGŐRZÉSÉBEN
- GÁTOLJA A HISZTAMIN TERMELŐDÉSÉT, ÍGY JÓTÉKONYAN HAT AZ ALLERGIÁS TÜNETEKRE
- TÁMOGATJA AZ EGÉSZSÉGES LÁTÁS MEGŐRZÉSÉT, SZEREPET JÁTSZIK A SZARUHÁRTYA ÉLETTANI FUNKCIÓIBAN

Forrás:

1. Mokhtar Ibrahim Yousef, Dina K.A.M. Khalil, Heba M. Abdou (2018): Neuro- and nephroprotective effect of grape seed proanthocyanidin extract against carboplatin and thalidomide through modulation of inflammation, tumor suppressor protein p53, neurotransmitters, oxidative stress and histology, *Toxicology Reports*, Volume 5, 2018, Pages 568-578, ISSN 2214-7500, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.toxrep.2018.04.006>
2. Michal Bijak, Joanna Kolodziejczyk-Czepas, Michal Blazej Ponczek, Joanna Saluk, Pawel Nowak (2012): Protective effects of grape seed extract against oxidative and nitritive damage of plasma proteins, *International Journal of Biological Macromolecules*, Volume 51, Issue 3, 2012, Pages 183-187, ISSN 0141-8130, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbiomac.2012.05.009>
3. Atsushi Sano (2017): Safety assessment of 4-week oral intake of proanthocyanidin-rich grape seed extract in healthy subjects, *Food and Chemical Toxicology*, Volume 108, Part B, 2017, Pages 519-523, ISSN 0278-6915, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.fct.2016.11.021>
4. Michelangelo Iannone, Rosario Mare, Donatella Paolino, Agnese Gagliardi, Francesca Froilo, Donato Cosco, Massimo Fresta (2017): Characterization and in vitro anticancer properties of chitosan-microencapsulated flavan-3-ols-rich grape seed extracts, *International Journal of Biological Macromolecules*, Volume 104, Part A, 2017, Pages 1039-1045, ISSN 0141-8130, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbiomac.2017.07.022>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztatói célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkozhatnak a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyénenként eltérő lehet.



TŐZEGÁFONYA

Az hangafélék családjába tartozó amerikai tőzegáfonya (*Vaccinium macrocarpon*) Észak-Amerika keleti részén, savas pH-jú talajokon termő törpecserje, melyet gyógyhatásai miatt már régóta használnak, azonban manapság vált egyre népszerűbbé az alternatív gyógymódok virágzásának köszönhetően. Rendkívül magas vitamin és ásványi anyag tartalmán kívül kiemelkedően gazdag flavonoidokban és antioxidánsokban.

POZITÍV HATÁST TULAJDONÍTANAK A TŐZEGÁFONYÁHOZ AZ ALÁBBI TERÜLETEKEN:

- SEGÍT A KÜLÖNFÉLE SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI MEGBETEGEDÉSEK MEGELŐZÉSÉBEN
- ANTIBAKTERIÁLIS HATÁSÚ, KEDVEZŐEN BEFOLYÁSOLJA A GYULLADÁSOS FERTŐZÉSEK LEFOLYÁSÁT
- MAGAS ROSTTARTALMÁNAK ÉS ALACSONY KALÓRIATARTALMÁNAK KÖSZÖNHETŐEN SEGÍTHET A FOGYÁSBAN
- RENDKÍVÜL MAGAS ANTIOXIDÁNS ILLETVE B3-, B5- ÉS C-VITAMIN TARTALMÁNAK KÖSZÖNHETŐEN SEGÍT A SZABADGYÖKÖK ELLENI VÉDEKEZÉSBEN, LASSÍTJA AZ ÖREGEDÉST
- ANTIBAKTERIÁLIS HATÁSÚ, MELY FŐKÉNT A HÚGYÚTI FERTŐZÉSEK KAPCSÁN FELMERÜLŐ E. COLI BAKTÉRIUMOKKAL SZEMBEN JELENTŐS, ÍGY SEGÍTHET A NŐKNÉL JELENTKEZŐ „FELFÁZÁS” MEGELŐZÉSÉBEN
- ELŐSEGÍTI A HAJNÖVEKEDÉST, SEGÍT A BŐR ÉS HAJ EGÉSZSÉGÉNEK MEGŐRZÉSÉBEN

Forrás:

1. Katarzyna Kowalska, Anna Olejnik (2016): Beneficial effects of cranberry in the prevention of obesity and related complications: Metabolic syndrome and diabetes – A review, *Journal of Functional Foods*, Volume 20, pages 171-181, ISSN 1756-4646, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jff.2015.11.001>
2. Ioanna Vasileiou, Athanasios Katsargyris, Stamatios Theocharis, Constantinos Giaginis (2013): Current clinical status on the preventive effects of cranberry consumption against urinary tract infections, *Nutrition Research*, Volume 33, Issue 8, 2013, Pages 595-607, ISSN 0271-5317, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nutres.2013.05.018>
3. Kiyah J. Duffey, Lisa A. Sutherland (2015): Adult consumers of cranberry juice cocktail have lower C-reactive protein levels compared with nonconsumers, *Nutrition Research*, Volume 35, Issue 2, 2015, Pages 118-126, ISSN 0271-5317, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nutres.2014.11.005>
4. O.S. Barnoiu, J. Sequeira-García del Moral, N. Sanchez-Martínez, P. Diaz-Molina, L. Flores-Sirvent, V. Baena-González, American cranberry (proanthocyanidin 120mg): Its value for the prevention of urinary tract infections after ureteral catheter placement, *Actas Urológicas Españolas (English Edition)*, Volume 39, Issue 2, 2015, Pages 112-117, ISSN 2173-5786, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.acuroe.2015.01.008>

FIGYELMEZTETÉS: Ezek a termékek étrend-kiegészítők, gyógyító hatással nem rendelkeznek. Ne használja a készítményeket terhesség és szoptatás ideje alatt! Használat előtt kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét. Hosszú ideig tartó használatra nem javallott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot! Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl! Gyermekektől elzárva tartandó! A leírás kizárólag tájékoztatási célra szolgál, nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, gyógyítására, megelőzésére és nem helyettesíti az orvosi szolgáltatásokat! A leírásban szereplő megállapítások nem vonatkozhatnak a NutriMed Étrendkiegészítő Kft. termékeire. A VitaMed márkanév nem értelmezhető az egészségre vonatkozó állításként, az csupán a termék azonosítására szolgál. A tájékoztató által bemutatott hatások bekövetkezése nem garantált, illetve egyenként eltérő lehet.



NUTRIMED ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐ KFT.
4026 Debrecen, Simonffy 4-6. 1. em. 123.
E-mail: info@vitamed.life
<https://www.vitamed.life/>