Aktivní život

Aloe Ever-Shield Deodorant poskytuje účinnou celodenní ochranu proti pachu potu v podpaždí a může se aplikovat přímo po sprchovaní či po holení bez pocitu štípání. Společnost Forever Living Products vytvořila výrobek, který maximalizuje přirozené dezodorační vlastnosti aloe vera bez přidání látek, které mohou dlouhodobým užíváním ohrozit vaše zdraví. **Tato jemná formule se stabilizovanou aloe vera neobsahuje žádné drsné nebo škodlivé antiperspirantní hliníkové soli, které se nacházejí v mnoha dalších dezodorantech dostupných na trhu.** Hliník je velmi toxický kov a je rovněž považován za karcinogen a spojován s vyšším rizikem výskytu karcinomu prsu Jsme hrdí na to, že vám přinášíme výrobek, který eliminuje tato rizika bez toho, aby se snížila jeho kvalita. **Díky speciálnímu složení se snadno nanáší na tělo a nezanechává skvrny na oděvu.**

Obsah: 92g!! **Cena: 8,22 euro**

Předcházejme kloubním bolestem a prodlužme si aktivní život !!!!

Jak předcházet bolestem kloubů?

1. · **pravidelným přiměřeným pohybem - v** kloubu, který se hýbe, dochází k pohybu nitrokloubní tekutiny, která kloub promazává, zvlhčuje a vyživuje chrupavku
2. · **redukcí váhy**
3. · **předcházením úrazů a jejich nedostatečného doléčení**
4. · **pestrou stravou obsahující přiměřené množství kvalitních bílkovin** (zejména rostlinných) **a dostatkem vitamínů a minerálních látek**. Kloubům prospívají nenasycené mastné kyseliny (typu Omega 3), ***vápník, hořčík,*** stopové prvky jako mangan a měď a vitamin C
5. · **preventivní konzumací potravinových doplňků kloubní výživy**, které napomáhají regeneraci kloubní chrupavky při zátěži, po úraze i v případě přirozeného opotřebování kloubů, které souvisí s věkem.

Jakou roli hrají potravinové doplňky?

Potravinové doplňky mají úlohu velkou a bohužel stále ještě nedoceněnou. Je podceňována jejich funkce u skupin lidí ohrožených předčasným opotřebením kloubů.

Velký význam mají v počátečních fázích onemocnění, kdy jsou schopny podpořit reparaci chrupavky a zlepšit stavy ranní ztuhlosti. Pomocníkem bývají též v pokročilých stádiích artrózy, kdy zpomalují postup onemocnění. Společným názvem označujeme látky, které příznivě ovlivňují výživu a regeneraci chrupavky jako ***CHONDROPROTEKTIVA.*** *Pro tuto skupinu látek* ***je charakteristické pomalé působení****, dlouhodobé používání (v kůrách tříměsíčních) a dlouhodobý účinek přetrvávající po ukončení kůry.*

Kvalitní potravinové doplňky by měly obsahovat následující složky: **Glukosamin sulfát**, **Chondroitin sulfát**, **MSM (methyl sulfonyl methan)** a **vitamin C** v ideálním poměru.

- **Glukosamin sulfát** je stavebním kamenem kloubního maziva a stimuluje chondrocyty (buňky chrupavky) k produkci kolagenu a proteoglykanů
- **Chondroitin sulfát** je základní stavební složkou při obnově a tvorbě chrupavek. Patří k hlavním součástem mezibuněčné hmoty chrupavky. Má schopnost vázat vodu v tkáních, čímž zabezpečuje optimální elasticitu chrupavky.
- **MSM** (methylsulfonylmethan) je organickou sloučeninou síry. Síra pomáhá udržovat dobrou kvalitu pokožky, vlasů a nehtů a podílí se na tvorbě kostí a pojivových tkání. Umožňuje syntézu kolagenu a regeneraci chrupavky. Má antioxidační a detoxikační účinky, tlumí zánětlivé procesy a snižuje v kloubech hladinu volných peroxidových radikálů a
  tak omezuje degradaci kolagenu a proteoglykanů.
- Význam **vitaminu C** pro syntézu kolagenu je všeobecně znám.

U nesportovců doporučujeme provádět preventivní podávání chondroprotektiv ve formě tříměsíčních kůr 2 krát ročně, vždy na jaře a na podzim. Vždy ale začneme očistnou kúru pitím Aloe Vera Gelu a Aloe čaje a teprve potom nasazujeme Freedom. To je důležité z hlediska naladění organismu a předčištění. V opačném případě se zvětší bolesti kloubů. **U sportovců a lidí přetěžujících klouby** je vhodné tyto preparáty užívat též v zimě a v létě. **Dávkování však upravujeme dle aktuálního zatížení**.
Jsem přesvědčen, že ve věku nad 40 let se tyto preparáty stávají nutností. Konzumace v pozdějším věku má spíše má spíše „krativní“ smysl, ale těžce degenerativní změny již zcela neupraví. V případě přetrvávajících bolestí je vhodné konzumaci chondroprotektiv podpořit rehabilitací (také dvakrát ročně – vždy na jaře a na podzim). Nesteroidní antirevmatika bych doporučoval užívat až při intenzivnější a trvalé bolesti.

Jaké možnosti v oblasti potravinových doplňků nabízí ve svém bohatém programu firma FLP?

Špičkovým produktem, obsahujícím všechna dříve uvedená **chondroprotektiva** je přípravek **Forever Freedom** - **geniálně stavěný preparát vychází z prostředí gelu z aloe vera, který je sám o sobě vynikajícím koktejlem vitamínů, minerálů, enzymů a řady biologicky aktivních látek.** Vlastním složením stabilizovaný aloe gel zasahuje do organizmu na úrovni imunostimulace, detoxikace, regenerace, výživy a působí protizánětlivě. **Vzhledem k velice dobrým penetračním schopnostem je právě aloe tím nejlepším nosičem, který zlepšuje vstřebatelnost a biologickou dostupnost**

chondroprotektiv (Glukokosaminosulfátu, Chondroitin sulfátu a MSM a vitamínu C).

Nápoj FOREVER FREEDOM s pomerančovou příchutí je ideální pro sportovce, těžce fyzicky pracující, pro lidi s nadváhou, pro seniory, osoby trpící chronickými bolestmi zad, bolestmi kloubů, svalů, osteoartrózou , ale také **preventivně !!!** **Je velmi účinný, rychle ulevuje od bolesti.**

Dávkování: individuální, 60 – 120 ml denně, dle aktuálního zdravotního stavu, fyzické zátěže , vhodná je min. 2 – 3 měsíční ozdravná kůra, 2x ročně, u sportovců dle potřeby a tréninkového plánu **Obsah: 1 litr**
Cena: 40,39 euro

Jak bylo dříve řečeno, kloubům prospívá **pestrá strava** s dostatkem vitamínů a minerálních látek. Vzhledem k tomu, že dnešní stravu nelze považovat za pestrou ani za vyváženou, je vhodné ji obohatit stopovými prvky. Ze stopových prvků a jejich vztahu k poruchám pohybového aparátu jsou největší poznatky získány u mědi, selenu, zinku, vápníku a hořčíku. **Měď**

tlumí tvorbu některých zánětlivých madiátorů ze skupiny prostaglandinů, **selen** podporuje imuntní systém a stimuluje fagocytární reakce a podílí se na odstraňování škodlivých peroxidů, **zinek** se účastní celé řady biologických procesů v organizmu. Uvedené prvky doplníme přípravkem **Forever Nature-Min** **(viz. Výživové doplňky).**

Nezastupitelnou roli při zánětlivých reakcích hraje **vitamín E**. Společně se

selenem zlepšuje funkci postižených kloubů a snižuje bolestivost. Předpokládá se, že vitamín E zasahuje do metabolismu prostaglandinů, které sensibilizují receptory na různé mediátory zánětu. Významným přípravkem, který obsahuje antioxidanty – vitamíny A (betakaroten) a E plus stopový prvek selen je **Forever A – BETA – CAR E.** **(viz. Výživové doplňky).**

Pro syntézu kolagenu a udržení kvalitní pojivové tkáně je důležitý **vitamín C**. V přípravku **Forever Absorbent C** je tento vitamín vázaný na ovesné otruby, čímž dochází k pozvolnému uvolňování dávky 60 mg během průchodu zažívacím traktem. Do zánětlivých procesů v kloubech zásadně zasahují **nenasycené mastné kyseliny typu Omega 3**, které brzdí tvorbu prozánětlivých prostaglandinů a leukotrienů. Tyto kyseliny jsou obsaženy v přípravku **Artic Sea Super Omega – 3** **(viz. Výživové doplňky).**

V oblasti zevního ošetření bolestivých kloubů hraje nezastupitelnou roli **Aloe MSM Gel.**

Obsahuje aloe vera gel, MSM, bylinné extrakty. **Je účinný především při:** bolestech kloubů, šlach a svalů, při výronech,, opatrně se dá použít i na kůži – na akné, opakující se infekce kůže, na lupénku

Obsah: 118 ml **Cena:** 28,40 euro

Aloe Heat Lotion – emulze oleje a vody obsahující aloe vera a látky s hřejivými účinky

Užití:

- vynikající při masážích – prohřívá a uvolňuje ztuhlé svaly, zmírňuje stres a napětí
- u sportovců, při svalových bolestech
- **má ale i další vyuižití**: u rýmy – aplikujeme pod nos, u zánětu průdušek - na hrudník, u plísní na nohou – mezi prsty

Obsah: 118 ml **Cena:** 17,2 euro

Svoji „kloubní sestavu“ firma FLP nedávno bohatila o další revoluční preparát, kterým je Forever Active HA - Jedná se o jedinečnou formu kyseliny hyaluronové o nízké molekulární hmotnosti s hydratačními a lubrikačními vlastnostmi spolu se zázvorovým olejem a kurkumou.

V následujícím textu bych vám rád uvedený produkt a jeho jednotlivé složky blíže představil.

Kyselina hyaluronová (KH) je po chemické stránce nesulfatovaný glykosaminoglykan, polymer disacharidových jednotek složených z A-acetyl-D-glukosaminu a kyseliny D-glukuronové, který se nachází v řadě tkáních, ale zvláště ve tkáních pojivových. KH tvoří hlavní součást synoviální tekutiny v mimobuněčné hmotě chrupavky. Má důležitou roli v udržování rovnovážného stavu vody v pojivových tkáních a na její koncentraci závisí viskoelastická funkce synoviální tekutiny. Jednodušeji řečeno **– „lubrikuje a odpružuje naše klouby a svaly“.** Stárnutím náš organizmus produkuje kyseliny hyaluronové méně a méně a tak naše klouby ztrácejí svoji přirozenou lubrikaci. Bylo prokázáno, že u osteoartrózy koncentrace a molekulová hmotnost KH klesají. Po tomto zjištění byla formulována představa, že zevní aplikací kyseliny hyaluronové dojde k normalizaci vlastností synoviální tekutiny.

Kyselina hyaluronová pro terapeutickou aplikaci je u nás dostupná ve 2 formách. Jednak ve formě nativní KH o nižší molekulární hmotnosti 500-730 kDa (preparát Hyalgan), jednak ve formě hylanu G-F 20 (preparát Synvisc). (Oba preparáty jsou na trhu v injekční formě). Protože poločas zevně vpravené KH je po aplikaci do kloubu relativně krátký (asi 17 hodin, v případě zánětu 10-12 hodin), hledal se ještě jiný mechanizmus účinku KH, který by vysvětloval její dlouhodobý účinek. Je zjištěno, že exogenní KH (z vnějšku dopravená) se váže na receptory řady buněk a má mnoho jiných funkcí. Vazbou na zánětlivé buňky snižuje jejich aktivitu, redukuje množství zánětlivých mediátorů, inaktivuje volné kyslíkové radikály. Vazbou na chondrocyty (buňky chrupavky) působí preventivně proti degeneraci chrupavky. Spoučasně strimuluje chondrocyty k vlastní sekreci kyseliny hyaluronové.

Existuje studie v níž byl porovnáván bolest tlumící efekt KH s kortikosteroidy. Oproti kortikosteroidům je analgetický efekt mírně opožděný, ale přetrvává po delší dobu po ukončení léčby.

Kyselina hyaluronová má schopnost mnohonásobně zvětšit ve vodě svoji vlastní hmotnost. Prostřednictvím vodíkové vazby váže molekuly vody a udržuje je v naší pokožce, čímž pokožka vypadá mladší, svěží a zdravější. **Kyselina** hyaluronová je obsažena v řadě produktů firmy FLP, spadajících do oblasti péče o pokožku. Nutno jmenovat pleťový **krém Firming Foundation Lotion, ochranný krém R3 Factor Creme a balzám po holení Gentlemans Pride.**

Další významnou složkou přípravku FOREVER ACTIVE HA je **zázvorový olej**. **Výtažek ze zázvoru tiší osteoartritické bolesti kloubů a působí analgeticky, o čemž přesvědčivě hovoří výsledky odborných studií.**
Třetí důležitou složkou přípravku FOREVER ACTIVE HA je **kořen kurkumy**. Kurkuma neboli indický šafrán se používá k léčebným účelům minimálně 4000 let. Kurkuma dle ajurvédské medicíny **podporuje funkci vnitřních orgánů, čistí krev a pomáhá udržovat kůži před kožními chorobami.** V ajurvédské medicíně byla pokládána za hlavní prostředek **k nastolení dobré funkce jater.. Reguluje činnost mazových žláz, zlepšuje prokrvení a podporuje tvorbu kolagenu, čímž přispívá k regeneraci kůže. Olej z kořene kurkumy je bohatý na draslík, železo a působí blahodárně na klouby.**

Kurkuminoidy- látky zodpovědné za žluté zbarvení kurkumy jsou uznávanými antioxidanty, které mají být 5 krát účinnější než vitamín E.

Závěrem lze říci, že zkombinováním výše uvedených bylin s kyselinou hyaluronovou byl vytvořen jeden z nejrevolučnějších potravinových doplňků na trhu. Pokud jej dále zkombinujeme s přípravkem Forever Freedom a MSM Gelem neulevíme pouze kloubním obtížím, ale vrátíme pokožce její mladistvý vzhled. Současně provedeme detoxikaci organizmu, upravíme funkci jater a posílíme svoji psychiku.

Dávkování: 2 tablety denně (tj. 80mg komplexu KH) **Obsah:** 60 kapslí
Cena: 35,28 euro