

# Nature-Min

## Дълголетие и здраве

Всички дълголетници по света живеят във високопланински зони, на височина от 2500 до 4500 м. над морското равнище. Това са сухи области с много малко валежи през годината. Любопитно е как местните жители си набавят вода за пиене и напояване - от топенето на ледниците. Водата от ледниците е жълто-бяла или бяло-синкава. Тя съдържа над 60 минерала. Жителите на Тибет я наричат "мляко от лед". Тя е не само богата на колоидни минерали, но е и структурирана. От над 2000 години тази вода се използва не само за пиене, но и за поливане. Изследванията на жителите на тези високопланински зони показват, че те не страдат от диабет, сърдечносъдови заболявания, високо кръвно налягане, артрит, остеопороза, рак, болести на очите, нямат вродени дефекти и живеят над 100 години. Как мислите, колко са важни минералите за здравето и дълголетие то ни?

Всеки път, когато пропуснете да вземете минералите си за деня, вие съкращавате живота си, а за здравето ще поговорим сега.

Във всички здрави тъкани на човешкото тяло откриваме 19 незаменими елемента и осем, без които животът е възможен, но е в гранично състояние и не би могъл да се нарече здравословен. В допълнение, във всички тъкани се откриват още около 30 елемента в различни концентрации. Физиологичните функции на

много от тях все още не са напълно изяснени. Тук ви предлагам процентното съдържание на най-важните елементи в здравето човешко тяло. Първите три елемента получаваме от дишането (кислород, водород и азот), а четвъртия от храненето (въглерод).

Към елементите, които се срещат в организма в променливи количества, но обикновено по-малко от 50 мг, спадат ванадий, йод, манган, селен, силиций, молибден, хром, кобалт и никел.

Що се отнася до проблема кои елементи са незаменими и кои не, все още предстои много да се научи. Но като имаме предвид, че повечето от тях се намират, макар и в малки количества, в земната кора, би било изненадващо, ако такъв сложен организъм, какъвто е човекът, не е намерил начин за оползотворяването на всеки наличен елемент. Така че по-разумно би било вместо категорично да твърдим, че даден елемент определено няма съществена или полезна функция в организма, да кажем просто, че ефектът му все още не е доказан.

ФЛП предлага много хранителни добавки, в които минералите са широко застъпени и то в подходящ за усвояване вид – синергично свързани с други вещества. Типична в това отношение е добавката Nature-Min. Тя има биологично активна мултиминерална формула с висока степен на усвояемост. За създаването ѝ са използвани неизчерпаемите залежи на морското дъно. Съдържанието ѝ е балансирано и с висок потенциал. Съставът от калций, фосфор, йод, желязо, магнезий, манган, мед, цинк, хром, ванадий, молибден и др. осигурява дневното количество от най-важните елементи, като ви дава сигурност, че вашето тяло ще получи минералите и микроелементите, от които се нуждае, за да бъде здраво.

Тук бих искал да цитирам някои от изводите на д-р Уолък, който има над 75 статии и трудове по въпроса за причините, водещи до естествена смърт. Той стига до извода, че хората, за които се смята, че са умрели от естествена смърт, всъщност умират от непълноценно хранене или, с други думи, от дефицит на хранителни вещества. Вторият извод от проучванията му е, че ако искате да попаднете в числото на дълголетниците, трябва да допълвате храненето си с 90 елемента: 60 минерала, 16 витамина, 12 незаменими аминокиселини и 3 незаменими мастни киселини. Как ви се струва? Май Хипократ е бил напълно прав, като е казал, че „Храната трябва да бъде вашето лекарство и лекарството – ваша храна.”

### СЪДЪРЖАНИЕ НА НАЙ-ВАЖНИТЕ ЕЛЕМЕНТИ В ОРГАНИЗМА

62,21%	кислород
17,99%	въглерод
9,40%	водород
2,59%	азот
2,43%	калций
0,97%	фосфор
0,36%	калий
0,16%	хлор
0,14%	сяра
0,001%	натрий
0,0006%	магнезий
0,00009%	желязо
0,00004%	цинк
0,000014%	флуор
0,0000017%	мед



Димитър Николов, Сеньор Мениджър

Ще разгледам накратко до какво води недостигът на елементите, съдържащи се в Nature-Min, поотделно. Дефицитът на калций е причина за приблизително 150 различни заболявания, като някои от тях са: пареза на лицеви нерв, остеопороза, пародонтоза, артрит, артериална хипертония, схващания, болки в кръста, камъни в бъбреците и др. От друга страна, калцият и фосфорът са важни за здрави кости и зъби. Калцият и магнезият заедно участват в нормалната работа на сърдечния мускул и кръвообращението. Калцият също участва в абсорбцията на желязото и подпомага функционирането на нервната система.

Магнезият е важен за ефективната работа на мускулите и нервите. Той играе съществена роля при трансформацията на кръвната захар в енергия. Участва в работата на повече от 300 жизненоважни ензими или, с други думи, е особено важен за метаболизма. Магнезият забавя стареенето, предотвратява запушването на вените, намалява и нормализира нивото на холестерола, повишава устойчивостта на организма срещу инфекции, подпомага преодоляването на депресията и стреса.

Магнезият е необходим за нормалния калиев, натриев, калциев и фосфорен баланс и йонообмен, както и за усвояването на витамин С. Употребяващите алкохол и диуретици имат по-големи потребности от магнезий.

Липсата на хром и ванадий води до понижено съдържание на захар в кръвта, а от там и до увеличен апетит към сладките неща. Ако не се обърне внимание навреме, може да се развие и диабет. Без хром е невъзможен адекватен въглехидратен метаболизъм. Трябва да се има предвид, че количеството хром в организма намалява при остаряване и след физически натоварвания. Дефицитът може да доведе още и до високо ниво на холестерол и сърдечни заболявания. При спортистите може да доведе до намаляване на мускулната маса. Недостигът на хром може да причини и забавяне на растежа, скъсяване на живота и импотентност.

Желязото е жизненоважно, защото е необходимо за

формирането на хемоглобина, а оттам определя и количеството кислород, който достига до органите и системите. То подпомага растежа, повишава устойчивостта срещу заболявания, намалява умората, лекува анемията и възвръща добрия цвят на кожата. Липсата на желязо може да доведе до чупливост на ноктите и косата, умора и световъртеж, намаляване способността за учене, вниманието, концентрацията, координацията и интелигентността. Усвояването на желязо е намалено при ревматични заболявания, гъбични инфекции, хроничен херпес и при употребата на кафе. То не може да бъде включено в хемоглобина без наличието на мед. Това отново показва научния подход при създаването на хранителни добавки на ФЛП, в които съставките са в балансирано и синергично съчетание. Липсата на мед води още и до разрушаване на дисковете на гръбначния стълб, ранно побеляване, варикозни сплитове, но най-тежки последици има при аневризъм на аортата, който обикновено има летален изход.

Йодът е важен за адекватното функциониране на щитовидната жлеза, а манганът играе важна роля в синтезирането на нейните хормони. Той е важен и при синтезирането на определени храносмилателни ензими. Молибденът подпомага метаболизма на въглехидратите и мастите и е важна съставка на ензима, отговорен за усвояване на желязото. Заедно с калия, натрият регулира баланса на солите и водата в организма (калиево-натриевата помпа). Те нормализират сърдечния ритъм и подпомагат изхвърлянето на ненужните продукти от тялото. Цинкът контролира и управлява метаболитните процеси и работата на ензимните системи. Той поддържа клетъчния състав и е важен при синтеза на белтъците. При дефицит се забавя развитието на мускулите и имунната система, намалява тестостерона. Цинкът подобрява синтеза на инсулин и има важна роля в поддържане стабилността на кръвта и запазване на нейния рН баланс. Необходим е за развитието на гениталиите. Простатната жлеза функционира нормално, само ако е налице достатъчно количество цинк в тялото на мъжа. Цинкът има голяма роля за мозъчната активност и при лечението на шизофренията, ускорява зарастването на раните и е приложим при случаите на стерилитет. Особено е необходим при липса на вкусови усещания, нередовен цикъл при жените и деменция.

Дневната доза Nature-Min е 3 пъти по 2 таблетки по време на хранене. Редовният прием е гаранция за вашето здраве и дълголетие. Пожелавам ви го!

