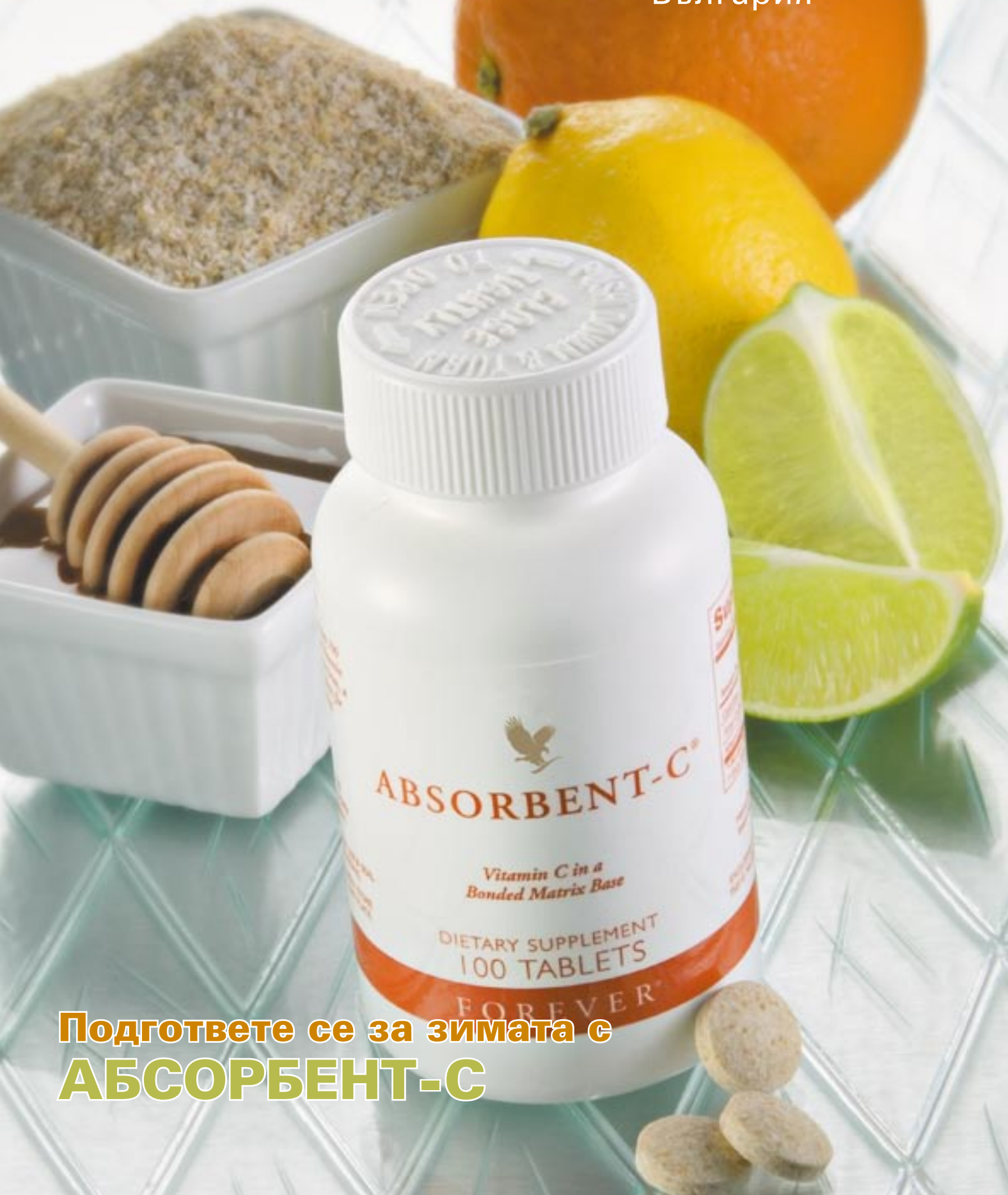


Ноември 2007 | Брой 70

FOREVER



България



Подгответе се за зимата с
АБСОРБЕНТ-С

Подгответе се за зимата с АБСОРБЕНТ - С



Ежедневният прием на витамин С се свързва с добро общо здраве още от годините, когато мореплавателите откриват мощните свойства на цитрусовите плодове в борбата със скорбута при дълги пътешествия. Нуждата от мощния антиоксидант в наши дни е още по-голяма. Напрегнатият ни начин на живот и все по-замърсената околна среда повишават потребностите на организма. Според изследванията, само една цигара унищожава 25 мг витамин С. Известен още като аскорбинова киселина, този водноразтворим витамин участва във всички биохимични реакции в тялото и е част от защитните му механизми. Дефицитът му може да доведе до кървене, най-вече от капилярите по кожата и лигавиците, а също и до по-бавно зараване на рани.

Нека си припомним защо витамин С е толкова полезен.

- **Антиоксидантно действие.** Едно от основните качества на аскорбиновата киселина е нейната антиоксидантна мощ. Дори в малки количества, тя



може да предпазва важни за организма молекули, като протеини, липиди, въглехидрати и нуклеинови киселини (ДНК и РНК) от вредното въздействие на свободните радикали.

- **Имунна система.** Витамин С стимулира белите кръвни телца. Те са част от нашата защита срещу инфекции и болести. Аскорбиновата киселина също така притежава антибактериални и противогъбични свойства и се смята, че има благотворен ефект върху дихателните и пикочните пътища.
- **Образуване на колаген.** Една от най-важните функции на витамин С е участието му в процеса на образуване на колаген в тялото. Колагенът представлява основата, върху която е изградена съединителната тъкан. Той е важен структурен компонент на кръвоносните съдове, сухожилията, хрущяла, кожата, зъбите и костите. Колагенът и респективно витамин С са необходими, за да има нашето тяло форма, за да заздравяват нараняванията по-бързо и за да са здрави кръвоносните ни съдове.
- **Синтез на норепинефрин и карнитин.** Аскорбиновата киселина играе роля за синтеза на невротрансмитера норепинефрин. Невротрансмитерите представляват химикали, които пренасят информация от една нервна клетка до друга или до телесен орган. Те са незаменими за правилното функциониране на мозъка и влияят върху нашето настроение. Витамин С също е необходим за образуването на карнитин в организма. Карнитинът е малка молекула, която участва в процеса на превръщане на мазнините в енергия.
- **Потенциално влияние върху нивото на холестерола.** Според резултатите от най-новите проучвания, аскорбиновата киселина вероятно участва в преработката на „лошия“ холестерол в жлъчни киселини.

Няма съмнение, че витамин С е незаменим за нашето здраве, но малцина знаят, че тялото ни прави всичко възможно да изхвърли мощния антиоксидант по най-бързия възможен начин. Храносмилателната система не обича киселините и ги елиминира бързо, а както вече стана дума, витамин С представлява аскорбинова киселина. Ето защо, когато с мисъл за здравето си приемаме витамин С под формата на таблетки или ампули, ние всъщност не постигаме кой знае какъв



ефект, защото организмът ни усвоява минимална част от поетото количество и изхвърля останалото. Ударните дози са безсмислени, защото тялото не може да абсорбира големи количества наведнъж и неусвоеното се елиминира 3-4 часа след приема.

Витамин С е единственият, който човешкият организъм не произвежда сам. Той трябва да се набавя от храната, напитките или хранителните добавки. Така се изправяме пред следната дилема – за да сме здрави, трябва да пием витамин С, но храносмилателната ни система се опитва да се отърве от него колкото може по-бързо. Тук на помощ идва хранителната добавка на ФЛП **Абсорбент-С**. Нейната формула е уникална, защото съчетава полезния антиоксидант с овесени трици. Макар комбинацията да изглежда малко странна, тя всъщност е гениална. Овесените трици представляват разтворими фибри от нерафиниран овес. Те играят ролята на буфер между храносмилателната ни система и аскорбиновата киселина. Така витамин С преминава през процеса на усвояване значително по-бавно. Като намаляват скоростта, с която антиоксидантът се придвижва в тялото, овесените трици му дават повече време да бъде абсорбиран в кръвообращението преди да стигне до края на храносмилателната система.

Освен че играят ролята на буфер за партньора си в **Абсорбент-С**, овесените трици имат и свои полезни за здравето свойства. Фибрите са важна хранителна съставка с безбройни полезни свойства. Срещани в растителните храни, те представляват въглехидрат, който организмът не разгражда. Доказано е, че

редовният им прием намалява нивото на холестерола, нормализира глюкозата в кръвта и облекчава запеката. Приемането на повече фибри с храната може също да подпомогне отслабването, защото богатите на разтворими фибри храни се разграждат по-бавно и запазват по-дълго чувството на ситост. Овесените трици са силно разтворими влакнини, които могат да допринесат за поддържане на здравословно ниво на холестерола в кръвта, защото са естествен източник на омега-3 незаменими мастни киселини.

Таблетките за дъвчене Абсорбент-С имат вкусен портокалов аромат и са идеален начин да си набавите препоръчителните дневни дози от „най-важния водноразтворим антиоксидант“, както наричат витамин С напоследък. Освен това ще сте сигурни, че този изключително важен за здравето витамин ще бъде усвоен от организма ви максимално. Подгответе себе си и близките си за зимния сезон с **Форевър Абсорбент-С!**

ВИТАМИН С – ОСНОВНИ ФАКТИ

- Добър за имунната система
- Заздравява стените на капилярите
- Антиоксидантно, антибактериално и противогъбично действие
- Добър за кожата

Форевър Абсорбент-С съдържа естествени цитрусови биофлавоноиди от плодове като портокали и папая. Те са съчетани с матрица от полезни овесени трици, за да се осигури максимално усвояване. Вкусна таблетка за дъвчене, която цялото семейство обича!

