



suplement diety

α

ADAPTOGEN ALPHA

SVENSKA VITAMINER PREMIUM SUPPLEMENTS

Adaptogeny to aktywne substancje roślinne, które zwiększają zdolności adaptacyjne organizmu, pomagając mu odzyskać kontrolę i równowagę oraz optymalną formę i wydajność zarówno psychiczną jak i fizyczną. Działając na organizm ludzki **adaptogeny zwiększają bystrość umysłu, wzmagają czujność, koncentrację i koordynację, zwiększają wytrzymałość psychofizyczną, dodają sił witalnych, wspierają libido, pozwalają zniwelować skutki stresu i przeciwdziałają zmęczeniu i znużeniu.** Dlatego Adaptogeny to substancje, które doskonale wpisują się w potrzeby osób aktywnych, narażonych na stres, szybkie zmiany, rosące wymagania i tempo życia.

ADAPTOGENY – TWÓJ KLUCZ DO KARIERY

Większa wydajność psychiczna, fizyczna i intelektualna, działanie energetyzujące i odporność na stres to naturalne wspomaganie w pracy. Adaptogen Alpha to idealne rozwiązanie dla menadżerów, biznesmenów, polityków i młodych osób, stawiających na szybki rozwój kariery zawodowej oraz wszystkich pracujących do późnych godzin wieczornych, odczuwających osłabienie psychiczne i fizyczne oraz ciągłe napięcie i stres spowodowany nadmiarem obowiązków oraz nieregularnym czasem pracy.

ADAPTOGENY – CHŁOŃ WIEDZĘ

Adaptogeny to wsparcie dla wszystkich uczących się, a szczególnie zestresowanych uczniów i studentów odczuwających osłabienie koncentracji i pamięci, związane ze zwiększonym wysiłkiem psychicznym podczas nauki.

ADAPTOGENY – ŁATWIEJSZE KURACJE

Działanie adaptogenów to szczególne wsparcie dla odchudzających się, walczących z nałogami i we wszystkich kuracjach, w których odczuwa się ogólne osłabienie, spadek formy, senność i zmęczenie, przemęczenie, znużenie, złe samopoczucie, nerwowość i stres.

ADAPTOGENY – PEŁNA KONTROLA I CZUJNOŚĆ NA CO DZIEŃ

Miej wszystko pod kontrolą, nie daj się stresowi i zmęczeniu. Adaptogen pomoże Ci nie tylko w pracy, ale także w codziennych obowiązkach domowych, niesprzyjających warunkach otoczenia, depresyjnej pogodzie i wszystkich zmianach wpływających negatywnie na Twoje samopoczucie i organizm.

ADAPTOGENY – TWÓJ LEGALNY I ZDROWY DOPING

Adaptogeny zwiększają odporność organizmu na stres, pomagają przezwyciężyć zmęczenie oraz przyspieszają odzyskanie dobrej formy po wzmószonym wysiłku. Dodają energii, polepszają kondycję i wytrzymałość fizyczną, poprawiają refleks i koncentrację. Adaptogeny, dzięki właściwościom regeneracyjnym, podnoszą wydolność fizyczną i umysłową organizmu. Wspierają zdolność organizmu do maksymalnego wykorzystania tlenu wpływając korzystnie na dotlenienie, kondycję i wytrzymałość mięśni. Systematyczne przyjmowanie adaptogenów zmniejsza ryzyko powstawania zakwasów oraz powoduje szybszą regenerację treningową.

ADAPTOGENY – AKTYWUJ LIBIDO

Adaptogeny to antidotum dla chwilowej niesprawności seksualnej spowodowanej stresem, przemęceniem, złym samopoczuciem psychicznym lub brakiem pożądania.



DZIAŁANIE ADAPTOGENÓW W PORÓWNIANIU DO ŚRODKÓW USPOKAJAJĄCYCH I ANTYDEPRESYJNYCH

	Adaptogeny	Środki uspokajające	Środki przeciwdepresyjne
Nastrój	+	+/-	+
Przyływ energii	+	-	-
Wzrost libido	+	-	-
Świeżość umysłu	+	-	-
Większa wydolność	+	-	-
Odporność na stres	+	-	-
Redukcja zmęczenia	+	-	+
Wzmószona czujność	+	-	+
Odporność na infekcje	+	-	-
Nerwowość	-	-	+
Nadmierne pobudzenie	-	-	+
Senność	-	+	+/-
Przyzwyczajenie	-	-	+

SKŁADNIKI AKTYWNE I ICH DZIAŁANIE

Różeniec górski

Adaptogen stymulujący układ nerwowy, poprawia spostrzegawczość, pamięć i koncentrację, zwiększa odporność na stres i redukuje zmęczenie, ułatwia szybki powrót do normy po ustąpieniu czynników stresujących.¹

Cytryniec chiński

Adaptogen wspomagający dobre samopoczucie i zwiększający odporność na stres. Zwiększa odporność fizyczną i psychiczną organizmu nie będąc jednocześnie środkiem dopingującym.^{2,3}

Żeń-szeń

Adaptogen wspomagający optymalną witalność i energię. Przeciwdziała uczuciu zmęczenia, poprawia kondycję umysłową i fizyczną, wspomaga zdrowie seksualne i wspiera potencję.^{2,3}

AlphaWave® Purified L-Theanine



Pobudza wytwarzanie fal mózgowych alfa, dzięki czemu prowadzi do stanu głębokiego odprężenia i czujności bez wywołania nadmiernego uspokojenia.⁴ Jest źródłem zawartej w herbacie L-teaniny, aminokwasu, który pomaga jednocześnie zrelaksować się i zachować jasność umysłu.

Bioperine®



Opatentowany ekstrakt z pieprzu czarnego zwiększa wchłanianie witamin i minerałów oraz podnosi skuteczność składników roślinnych obecnych w preparacie.⁵

Witamina B1

Tiamina jest niezbędna do wytwarzania energii, do prawidłowej pracy serca i układu nerwowego.

Witamina B5

Kwas pantotenowy redukuje zmęczenie i wspiera sprawność umysłu, zapewnia prawidłowe funkcjonowanie mózgu i komórek nerwowych.

Witamina B6

Pirydoksyna pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych czyli myślenia, uczuć, percepcji.

Witamina B12

Cyjanokobalamina przeciwdziała zmęczeniu i wzmacnia układ odpornościowy.

Kwas foliowy

Wpływa dodatnio na funkcje psychologiczne oraz przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.

Referencje naukowe:

- Jankowski A., Długosz E., Gadomska-Nowak M., Laraki N. Rhodiola rosea – roślina o działaniu adaptogennym. Nowe możliwości w walce ze stresem i chorobami cywilizacyjnymi. Farmaceutyczny Przegląd Naukowy 6/2007, s. 10-14.
- Wolski T., Baj T., Ludwiczuk A., Sałata M., Głowniak K. „Surowce roślinne o działaniu adaptogennym oraz ocena zawartości adaptogenów w ekstraktach preparatów otrzymanych z rodzaju Panax”, Postępy Fitoterapii 2/2009, s. 77-97.
- Karłowicz-Bodalska K., Stańczak J., Surowce roślinne o działaniu wzmacniającym libido w stanach dysfunkcji seksualnej. Post Fitoter 2005; 1-2: 42-9.
- Juneja, L.R., et al (1999). L-Theanine, a unique amino acid of green tea and its relaxation effect in humans. Trends Food Sci Technol 10, 199-204.
- Majeed M., Prakash L. Targeting Optimal Nutrient Absorption with Phytonutrients. Sabinsa Corporation.



OPIS PRODUKTU

Składniki preparatu oddziałują na organizm człowieka w sposób niespecyficzny i wielotorowy. Przywracają równowagę już na poziomie komórkowym wspierając działanie układu hormonalnego, nerwowego i immunologicznego. Polecany jest szczególnie osobom potrzebującym naturalnego dopingu: menadżerom, kierownikom, sportowcom. Adaptogen Alpha jest doskonałym uzupełnieniem codziennej diety u osób zmieniających swój tryb życia, rzucających palenie, przemęczonych, zestresowanych, odczuwających spadek energii życiowej i potrzebujących dodatkowego zastrzyku energii.

Adaptogen Alpha:

- zwiększa bystrość umysłu,
- wzmacnia czujność, koncentrację i koordynację,
- zwiększa wytrzymałość psychofizyczną,
- dodaje sił witalnych,
- wspiera libido,
- pozwala zniwelować skutki stresu,
- przeciwdziała zmęczeniu i znużeniu.

BADANIA I DOWODY

Właściwości standaryzowanych adaptogennych wyciągów z różenia górskiego, cytryńca chińskiego, żeń-szenia oraz AlphaWave® Purified L-Theanine i BioPerine® użytych w preparacie Adaptogen Alpha posiadają liczne badania przeprowadzone w warunkach *in vivo*.

Różeniec górski

Badanie 1
W sześciotygodniowym badaniu oceniającym zmęczenie podczas dyżurów nocnych wśród grupy 56 zdrowych lekarzy wykazano redukcję zmęczenia i wzrost zdolności percepcyjnych w grupach przyjmujących wyciąg z różenia.

Badanie 2
Przeprowadzono ocenę wpływu pobudzającego i normalizującego ekstraktu z różenia na zmęczenie spowodowane stresem u zagranicznych studentów medycyny w trakcie sesji egzaminacyjnej. Największą poprawę obserwowano w formie fizycznej, zmęczeniu psychicznym, ogólnym samopoczuciu i testach neuromotorycznych.

Badanie 3
W badaniu przeprowadzonym wśród 161 młodych kadetów oceniano jakość i wydajność pracy intelektualnej oraz zdolności zapamiętywania (pamięć krótkotrwała) podczas nocnej służby wojskowej. Wyniki testów wskazują na wyraźny wpływ różenia na zmniejszenie zmęczenia.

Cytryniec chiński

Badania sugerują, że cytryniec może poprawić wyniki sportowe, zwiększyć siłę i wytrzymałość mięśniową oraz pomagać w zmniejszeniu zmęczenia zwłaszcza u osób przemęczonych. Dzięki właściwościom regeneracyjnym, podnosi wydolność fizyczną organizmu. Wspiera aktywność nadnerczy, szybszy metabolizm energetyczny i lepsze działanie układu sercowo-naczyniowego. W jednym z badań, wydajność pracy zwiększyła się o 42% w porównaniu do grupy kontrolnej.

Żeń-szeń

Badanie wykazało istotny wpływ wyciągu z żeń-szenia na zmniejszenie skutków zmęczenia i poprawę formy psychicznej u osób cierpiących na chroniczne zmęczenie. Odnotowano także obniżenie poziomu reaktywnych form tlenu, wzrost stężenia glutationu oraz aktywności reduktazy glutationowej we krwi, co świadczy o działaniu antyoksydacyjnym wyciągu.

AlphaWave® Purified L-Theanine

Badanie 1
W badaniu oceniano wpływ dawki 50 mg L-teaniny na aktywność mózgu. Wykonano EEG u 35 zdrowych uczestników po 45 minutach i co kolejne 15 minut od spożycia L-teaniny. Zaobserwowano znaczące zwiększenie aktywności, w postaci fal alfa, świadczącej o relaksacji w grupie przyjmującej L-teaninę.

Badanie 2
Badanie przeprowadzono w celu oceny działania L-teaniny na funkcje umysłowe u kobiet ze zróżnicowanym poziomem uczucia lęku i niepokojem. Podanie L-teaniny doprowadziło do wygenerowania fal mózgowych alfa w płatach potylicznych i ciemieniowych. Ponadto badanie wykazało, że L-teanina została wchłonięta i dotarła do tkanek mózgu w ciągu 30 minut od podania doustnego.

BioPerine®

Badania potwierdzają, że niewielkie mikrogramowe ilości BioPerine® podane doustnie, zwiększają wchłanianie ekstraktów roślinnych, witamin, antyoksydantów, aminokwasów i minerałów. Wyniki wskazują na zwiększenie wchłaniania wybranych składników m.in. koenzymu Q10, selenu, witaminy C, beta-karotenu od 30% do ponad 60%.

Szczegółowe badania, dowody i referencje znajdują się na stronie internetowej www.svenskavitaminer.pl w działach: „badania i dowody” oraz „materiały dla specjalistów”.

SKŁAD PRODUKTU I DAWKOWANIE

Zawartość składników w zalecanej porcji dziennej:	1 tabletką	2 tabletki
Ekstrakt z korzenia różenia górskiego (<i>Rhodiola rosea</i>) standaryzowany na zawartość rozawiny >2%, salidrozydu >1%	150 mg > 3 mg >1,5 mg	300 mg > 6 mg >3 mg
Ekstrakt z owoców cytryńca chińskiego (<i>Schisandra chinensis</i>) standaryzowany na zawartość schizandryny 2%	40 mg 0,8 mg	80 mg 1,6 mg
Ekstrakt z korzenia żeń-szenia (<i>Panax ginseng C.A. Meyer</i>) standaryzowany na zawartość ginsenosydów 7%	40 mg 2,8 mg	80 mg 5,6 mg
L-teanina w postaci AlphaWave® Purified L-Theanine	50 mg	100 mg
Kwas pantotenowy (witamina B5)	6 mg (100%)*	12 mg (200%)*
Witamina B6	1,4 mg (100%)*	2,8 mg (200%)*
Tiamina (witamina B1)	1,1 mg (100%)*	2,2 mg (200%)*
Kwas foliowy	200 µg (100%)*	400 µg (200%)*
Witamina B12	2,5 µg (100%)*	5,0 µg (200%)*
BioPerine® (opatentowany ekstrakt z pieprzu czarnego standaryzowany na 95% piperyny)	2 mg	4 mg

* - procent zalecanego dziennego spożycia - ZDS

Masa netto

51 g (60 tabletek po 850 mg).

Dawkowanie

Zalecana dzienna porcja niezbędna do uzyskania korzystnego działania: 1-2 tabletki dziennie, najlepiej w trakcie posiłku. Tabletki zaleca się połykać w całości popijając wodą. Poprawa samopoczucia, wzrost wydolności psychicznej i fizycznej może pojawić się już po 2-3 dniach stosowania, a pełny optymalny rezultat po 1-2 tygodniach przyjmowania Adaptogenu Alpha.

Istotne informacje

Nie stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek składnik preparatu. Preparat nie jest przeznaczony dla dzieci, kobiet w ciąży i matek karmiących. Stosowanie preparatu przez osoby przyjmujące leki obniżające ciśnienie krwi lub leki rozrzedzające krew powinno być poprzedzone konsultacją lekarską. Stosowanie preparatu przed snem może utrudniać zasypianie. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Preparat nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Zrównoważony sposób odżywiania i zdrowy tryb życia są istotne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Przechowywanie

Preparat powinien być przechowywany w sposób niedostępny dla małych dzieci, w suchym miejscu, w temperaturze pokojowej.

Informacja alergiczna

Preparat nie zawiera glutenu, pszenicy, drożdży, soi, laktozy i składników mlecznych.

Informacje dla vegetarian

Produkt Adaptogen Alpha nie zawiera składników pochodzenia zwierzęcego.

Składniki

Substancje wypełniające (węglan wapnia, celuloza), ekstrakt z korzenia różenia górskiego *Rhodiola rosea* (w tym rozawina, salidrozyd), L-teanina (AlphaWave® Purified L-Theanine), ekstrakt z owoców cytryńca chińskiego *Schisandra chinensis* (w tym schizandryna), ekstrakt z korzenia żeń-szenia *Panax ginseng C.A. Meyer* (w tym ginsenosydy), substancje przeciwbrylające (sól sodowa karboksymetylocelulozy usieciowana, sole magnezowe kwasów tłuszczowych), D-pantotenu wapnia, substancja przeciwbrylająca (karboksymetyloceluloza), standaryzowany ekstrakt z pieprzu czarnego *Piper nigrum* (BioPerine®), chlorowodorek pirydoksyny, monoazotan tiaminy, kwas pteroilomonoglutaminowy, cyjanokobalamina, substancja przeciwbrylająca (dwutlenek krzemu), substancje glazurujące (hydroksypropylometyloceluloza, polidekstroza, talk), średniołańcuchowe trójglicerydy, barwniki (dwutlenek tytanu, tlenki i wodorotlenki żelaza), koncentrat warzywno-owocowy (rzodkiew, jabłko, czarna porzeczka).

UWAGI DODATKOWE

Stosowanie preparatu przez długi okres jest bezpieczne, ponieważ adaptogeny nie powodują przyzwyczajenia, nie uzależniają, ani nie wyczerpują rezerw organizmu. Ze względu na zawartość żeń-szenia po 2-3 miesiącach zaleca się 2-3 tygodnie przerwy w przyjmowaniu preparatu. Żeń-szeń w większych dawkach (3 g korzenia) może powodować nadmierne pobudzenie, zwłaszcza w połączeniu z kawą (kofeiną). W dużych dawkach może również powodować wzrost ciśnienia krwi, nadmierne obniżenie poziomu glukozy we krwi u diabetyków i zmniejszyć efektywność leków rozrzedzających krew (warfaryna, acenokumarol). Wrażliwość na wyciągi z żeń-szenia może się różnić w zależności od indywidualnych predyspozycji organizmu, dlatego zalecamy ostrożność i konsultację z lekarzem przed zastosowaniem preparatu w przypadku nadciśnienia, cukrzycy i zazywania leków rozrzedzających krew, pomimo że dawka zastosowana w preparacie jest niższa.

Stosowanie preparatu nie zaburza zdolności koncentracji i można w trakcie jego zazywania prowadzić pojazdy mechaniczne.

Z uwagi na użycie w preparatach otoczek z barwnikowo pochodzenia naturalnego, może wystąpić zmiana barwy w zależności od sposobu przechowywania, co jest naturalnym procesem i nie wpływa na jakość i skuteczność produktów.

AlphaWave® Purified L-Theanine jest zastrzeżonym znakiem towarowym należącym do firmy Ethical Naturals, Inc.

BioPerine® jest zastrzeżonym znakiem towarowym należącym do firmy Sabinsa Corporation.

PREMIUM SUPPLEMENTS

Svenska Vitaminer Premium Supplements to zaawansowane, wieloskładnikowe suplementy diety najwyższej jakości dla wymagających i świadomych konsumentów. Unikalne receptury poszczególnych suplementów i kuracji zostały dobrane w taki sposób, aby wpłynąć kompleksowo i wielotorowo na procesy organizmu, w których równowaga została zachwiana. Każdy suplement oparty jest na opatentowanych składnikach z udokumentowanym działaniem popartym badaniami. Produkcja oparta jest o surowce dostarczane tylko przez uznanych światowych dostawców i w całości realizowana jest w Szwecji w warunkach GMP (produkcja farmaceutyczna). Wszystkie produkty są przyjazne dla vegetarian (nie zawierają żadnych składników pochodzenia zwierzęcego), nie zawierają GMO (nie zawierają składników z surowców modyfikowanych genetycznie) i wykorzystują dostępne surowce Bio. Trwałość i bezpieczne przechowywanie suplementów zapewnia pakowanie w opatentowane trwałe blistry PURELAY®, wykonane z polipropylenu do zastosowań farmaceutycznych i ochrony zdrowia.

Svenska Vitaminer Premium Supplements są przygotowane z myślą o skutecznym, łatwym i przyjemnym stosowaniu. Tabletki i kapsułki są najmniejszych rozmiarów dla zastosowanych surowców, wszystkie produkty są powlekane dla ułatwienia połykania oraz wyeliminowania nieprzyjemnego smaku czy zapachu. Z uwagi na podobny ergonomiczny kształt tabletek i ich rozmiar, wszystkie produkty są zróżnicowane kolorystycznie dla uniknięcia pomyłki przy stosowaniu kilku suplementów.

Svenska Vitaminer Premium Supplements to kompleksowe podejście, jasna idea, proste zasady. Nie obiecujemy cudownych efektów, bez żadnego zaangażowania naszych klientów, bo same suplementy nie zastąpią drobnych zmian w stylu życia, które najczęściej są konieczne do realizacji założonych efektów. Zapewniamy wsparcie specjalistów, najwyższej jakości suplementy i udostępniamy na stronie www.svenskavitaminer.pl porady, materiały naukowe, badania, artykuły, a zarejestrowanym wysyłamy newsletter.