

coralclub

C-Pack

KOMPLEKT SOODUSTAB:

- südamelihase toitainetega varustamist;
- kaitseb oksüdatiivse stressi eest;
- soodustab normaalset südamerütmi;
- varustab südamerakke energiaga.

KOMPLEKTI KUULUB:

- Coral Magneesium, 1 pakend (90 kapslit);
- Coral Tauriin, 1 pakend (60 kapslit);
- Koensüüm Q10, 1 pakend (60 kapslit);
- Pentokan, 3 pakendit (60 kihisevat tabletti).

Toidulisand. Ei ole ravim.



PentoKan — kaaliumi, C-vitamiini ja riboosi allikas. Kaalium on esmavajalik element müokardi rakkude tööks. Kaalium osaleb rakkude ainevahetuses, säilitab rakuenergiat ja stabiliseerib südamerütmi õigel tasemel. Kihisevad tabletid, mis soodustavad kaaliumi biosaadavust.

Koensüüm Q10 — ubikinooni allikas, mis mängib olulist rolli rakuenergia tootmisel, on vajalik südamelihase normaalse töö tagamiseks ja ainevahetuse reguleerimiseks. Eriti oluline suurenenud füüsilise koormuse korral ja vanemas eas, mil ubikinooni süntees organismis väheneb.

Coral Tauriin — aminohappe allikas avaldab soodsat mõju südamelihase funktsioneerimisele:

reguleerib kaltsiumi, kaaliumi, magneesiumi ja naatriumi ainevahetust, mis vastutavad südamerütmi eest. Parandab energiavahetust, antioksüdandina ühendab aktiivsed hapnikuvormid, ennetades südamelihase vananemist ja hoiab organismi nooruslikuna.

Coral Magneesium — magneesiumi allikas. Magneesium on üks tähtsamaid makroelemente, mis toetab südame normaalset funktsioneerimist. Aitab reguleerida lihastoonust ja südamerütmi, mõjub rahustavalt närvisüsteemile. Magneesiumi parima biosaadavuse tootes tagavad orgaanilised soolad - bisglütsinaad ja tauraad.

MANUSTAMINE	1 KUU	2 KUU
 HOMMIK	Coral Magneesium Coral Tauriin	Koensüüm Q10 Pentokan*
 ÕHTU	Coral Magneesium	Coral Tauriin Koensüüm Q10
		PentoKan*
		Coral Magneesium

Annustamine ja manustamine:

1 kapsel/tablett koos toiduga.

Manustamisperiood: — 60 päeva.

Vajadusel tohib kuuri korrata.

* 1 tablett päevas koos toiduga, eelnevalt lahustada 60 ml vees või mahlas.

TOITUMISSOOVITUSED:

Toiduained kõrge kasulike toitainete sisaldusega:

- kuivatatud aprikoosid, aprikoosid, rosinad;
- kõrvits;
- brokoli;
- tatar ja riis;
- mõru šokolaad;
- munad;
- läätsed ja oad;
- marjad (sõstar, kirss, jõhvikas, pohl, vaarikas);
- õunad;
- spargel;
- kliid;
- porgand ja kartul (kaaliumirikkad);
- oliiviõli;

- kala, eriti mereveekala;
- väherasvane liha;
- pähklid, eriti seedri- ja kreekapähklid, mandlid.

SOOVITAME MENÜÜST VÄLJA JÄTTA:

- kiirtoit;
- transrasvaga toiduained;
- rasvased, praetud toidud;
- ülemäära magusad või soolased toidud;
- keemiliste säilitusainetega toiduained;
- kõrge kofeiinisaldusega joogid (kange kohv, tee, energiajoogid).

ELUSTIILI SOOVITUSED:

- kontrollige kehakaalu, püsige füüsiliselt aktiivne ja olge teadlik tarbitavatest kaloritest;
- sööge mõõdukalt, väikeste portsjonite kaupa, 4-5 korda päevas;
- jooge piisavalt füsioloogiliselt täisväärtuslikku joogivett;
- ärge suitsetage;
- tehke mõistlikku ja regulaarset füüsilist koormust;
- organismi taastumiseks peab uni olema vähemalt 7 tundi pikk;
- jälgige vererõhku ja läbige regulaarselt profülaktilisi meditsiinilisi kontrolle.