

ZDROWIE UKŁADU KRAŻENIA



Przewodnik NOW[®] – Zdrowie układu krążenia



Dbaj o zdrowie
serca

Zdrowie układu krążenia

Jest takie stare powiedzenie: „Droga do serca mężczyzny prowadzi przez żołądek”. Traktujemy je jako zabawne uogólnienie stereotypu mężczyzny który lubi dobrze zjeść, jednakże jest w nim dużo prawdy w kontekście zdrowia i utrzymania dobrej formy, zarówno mężczyzn jak i kobiet. Wynika to z faktu, że zarówno serce jak i naczynia krwionośne, które tworzą nasz układ krążenia, dla wydajnego funkcjonowania w ciągu całego życia wymagają stałego dopływu składników odżywczych, a wiele z nich musi zostać uzyskanych z diety.

Co roku American Heart Association, we współpracy z Centers for Disease Control and Prevention, National Institutes of Health oraz z innymi ośrodkami rządowymi, publikuje zaktualizowane statystyki dotyczące zdrowia układu krążenia.

W roku 2016 schorzenia układu krążenia były najczęstszą bezpośrednią przyczyną śmierci na świecie. Bezpośrednie oraz pośrednie koszty związane z tymi schorzeniami, obejmujące zarówno wydatki jak i utraconą produkcję, szacuje się na 316,6 miliardów dolarów. Ocenia się, że większość Amerykanów w wieku 20 lat i starszych oraz prawie 69% dorosłych Amerykanów (159 milionów dorosłych) ma nadwagę lub otyłość.

Jest oczywiste, że moglibyśmy lepiej dbać o zdrowie serca i układu krążenia. Jednym z najlepszych sposobów na zapewnienie prawidłowego, zdrowego funkcjonowania układu krążenia w ciągu życia jest stosowanie zdrowej diety i dużo aktywności fizycznej oraz korzystanie suplementów diety dla uzupełnienia braków w diecie.



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Układ krążenia

Układ krążenia składa się z serca, tętnic, żył, tętniczek, naczyń włosowatych oraz krwi.

Serce jest jednym z najbardziej obciążonych organów człowieka. Zdrowe serce człowieka wykonuje średnio ponad 100.000 skurczów dziennie, pracując przez 24 godziny na dobę i jedynie nieznacznie spowalniając podczas snu. Spośród wszystkich mięśni naszego organizmu zdecydowanie najbardziej intensywnie pracuje serce. Szacuje się, że w ciągu całego życia człowieka serce wykonuje średnio ponad 2 miliardy uderzeń. Jego zasadniczą funkcją jest tłoczenie krwi dla zaopatrzenia całego organizmu.

Twoje serce jest częścią układu krążenia, który obejmuje rozległą sieć naczyń krwionośnych dostarczających do całego organizmu krew z podtrzymującym życie tlenem oraz składnikami odżywczymi.



Badacze oceniają, że łączna długość naczyń krwionośnych w naszym organizmie wystarczyłaby do ponad dwukrotnego opasania Ziemi!

Twoje serce tłoczy krew przez tętnice, które są największymi naczyniami krwionośnymi organizmu. Tętnice rozdzielają się na mniejsze naczynia, dalej stają się tętniczkami aż wreszcie rozdzielają się na najmniejsze naczynia - włosowate. Naczynia włosowate odpowiadają za rozprowadzenie krwi po całym organizmie, nawet do najdrobniejszych i najdalszych obszarów oraz organów. Gdy krew tętnicza dostarczy tlen i składniki odżywcze do tkanek, powraca do serca żyłami, niosąc substancje odpadowe z komórek oraz dwutlenek węgla, do przetworzenia i do usunięcia z organizmu.

Krew składa się z plazmy, czerwonych krwinek (erytrocytów), białych krwinek (leukocytów) oraz płytek krwi (trombocytów). Czerwone krwinki są nośnikami tlenu, odbierają ten życiodajny gaz z płuc i rozprowadzają go po całym organizmie.

Białe krwinki stanowią istotną część obrony immunologicznej organizmu, pomagając chronić organizm przed różnymi komórkowymi zagrożeniami. Płytki krwi są odpowiedzialne za krzepnięcie, które powstrzymuje krwawienie przy zranieniu. Ponadto krew transportuje cały szereg różnych substancji, a wśród nich witaminy i inne składniki odżywcze, elektrolity, hormony, przeciwciała a także ciepło, rozprowadzając je po całym organizmie.

Prawidłowe, zdrowe funkcjonowanie układu krążenia ma kluczowe znaczenie dla innych układów organizmu. Składniki odżywcze uzyskane przez układ trawienny z pożywienia są rozprowadzane z krwią po organizmie. Układ odpornościowy w wielkim stopniu wykorzystuje białe krwinki, które są na pierwszej linii obrony organizmu przed obcymi mikroorganizmami. Płytki krwi odgrywają kluczową rolę w kontrolowaniu krwawienia, co zwiększa szanse przeżycia po zranieniu.

Składniki odżywcze wspomagające prawidłowe funkcjonowanie układu krążenia

Podobnie jak w przypadku innych układów, zdrowa dieta oraz regularne ćwiczenia fizyczne stanowią dwa najefektywniejsze sposoby zachowania zdrowia układu krążenia przez całe życie. Jednak dla niektórych z nas utrzymanie zdrowia serca i układu krążenia może być trudniejsze, ze względu na predyspozycje genetyczne oraz na inne czynniki.

Omówione w dalszej części składniki odżywcze mają kluczowe znaczenie dla zdrowia układu krążenia lub są dla niego szczególnie korzystne, dzięki czemu stanowią idealne wsparcie dla prawidłowego funkcjonowania układu krążenia.



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Koenzym Q10

Koenzym Q10, oznaczany CoQ10 i znany również od nazwą ubichinon, to naturalny związek odgrywający główną rolę w produkowaniu energii przez organizm. Biorąc udział w aerobowym oddychaniu komórek, CoQ10 pomaga organizmowi produkować energię w formie adenozyntrifosforanu, czyli ATP. ATP zostaje następnie rozłożony na adenozyndifosforan, ADP, który zostaje zużyty w organizmie do reakcji energetycznych. Ponieważ serce ma najwyższe wymagania jeśli chodzi o zaopatrzenie w energię ze wszystkich organów, CoQ10 jest kluczowym składnikiem odżywczym dla prawidłowego funkcjonowania serca. CoQ10 jest również zmiataczem wolnych rodników.

Koenzym Q10 (CoQ10) – Koenzym Q10 (CoQ10) to substancja podobna do witaminy, która odgrywa centralną rolę w produkcji energii na poziomie komórek. CoQ10 znajduje się w całym organizmie, a jego zawartość jest szczególnie wysoka w sercu, wątrobie oraz w nerkach.



Stwierdzono, że z wiekiem jego wytwarzanie ulega osłabieniu. Koenzym Q10 działając z witaminą E stanowi silny zmiatacz wolnych rodników, działający w błonach komórkowych oraz w naczyniach krwionośnych. Lata badań naukowych wykazały, że koenzym Q10 wspiera utrzymanie zdrowia układu krążenia oraz układu nerwowego. Oferujemy CoQ10 w rozmaitych dawkach, od 30 mg aż do 600 mg. Oferujemy również zredukowaną, neutralizującą wolne rodniki formę CoQ10: ubichinol.

Omega-3

Omega-3 to grupa nienasyconych kwasów tłuszczowych, nazywanych również niezbędnymi nienasyconymi kwasami tłuszczowymi. Kwasy tłuszczowe omega-3 są ważne dla wielu układów organizmu, ale szczególnie istotne jest ich znaczenie dla zdrowia układu krążenia, ponieważ mogą one pomóc utrzymać prawidłowy poziom trójglicerydów. Ponieważ organizm człowieka nie wytwarza kwasów tłuszczowych omega-3, musi uzyskać je z diety, przede wszystkim z ryb żyjących w chłodnych wodach, takich jak halibut i makrela.

Red Omega™ marki NOW – czerwony ryż drożdżowy (Red Yeast Rice, RYR) jest naturalnym produktem fermentowania ryżu przez czerwone drożdże (*Monascus purpureus*). Od stuleci RYR ma zastosowanie w sztuce kulinarnej Azji jako środek aromatyzujący i barwiący, jest również ceniony przez tradycyjnych azjatyckich ziołarzy. Przy wytwarzaniu Red Omega™ marki NOW® szczególną uwagę przywiązujemy do wykluczenia obecności cytryniny, która jest niepożądanym produktem ubocznym fermentownia ryżu przez czerwone drożdże. Produkt ten wzbogaciliśmy dodatkiem koenzymu Q10 oraz tranu omega-3, dla wsparcia zdrowego funkcjonowania układu krążenia.

Marka NOW oferuje ponadto szeroki wybór suplementów kwasów omega-3 w różnych dawkach i pochodzących z różnych źródeł, w tym olej z wątroby dorsza, olej z kryla, Ultra Omega 3-D™ oraz inne.

Pantetyna

Pantetyna jest pochodną kwasu pantotenowego, znanego również jako witamina B-5.

Pantetyna wspiera normalne wytwarzanie cholesterolu i pomaga w regulowaniu prawidłowego poziomu lipidów w surowicy krwi, co przyczynia się do utrzymania normalnego funkcjonowania układu krążenia.

Pantethine marki NOW® – pantetyna jest wysoce przyswajalną i biologicznie aktywną formą kwasu pantotenowego (witaminy B-5). Aktywność metaboliczna pantetyny ma związek z jej rolą w tworzeniu koenzymu A (CoA), będącego niezbędnym kofaktorem dla metabolizmu lipidów, węglowodanów i białek. Pantetyna pomaga wspierać prawidłowe procesy produkcji cholesterolu oraz magazynowania tłuszczu zachodzące w wątrobie, co może przyczyniać się do prawidłowego rozmieszczenia tkanki tłuszczowej w organizmie.



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



W badaniach klinicznych wykazano, że pomagają w utrzymaniu poziomu lipidów w surowicy krwi gdy jest on w prawidłowym zakresie, co stanowi wsparcie dla zdrowia układu krążenia. NOW oferuje przebadane klinicznie dawki, zarówno 300 mg jak i 600 mg.

Niacyna

Niacyna jest witaminą B rozpuszczalną w wodzie, która, jak większość witamin z grupy B, odgrywa istotną rolę w metabolizmie białek, tłuszczów oraz węglowodanów. Wyniki badań wskazują, że niacyna wspiera prawidłowe krążenie oraz pomaga utrzymać poziom cholesterolu w prawidłowym zakresie.

Niacin marki NOW® – witamina B-3 jest również znana jako niacyna, niktynamid oraz jako kwas nikotynowy. Odgrywa ważną rolę



w metabolizmie białek, węglowodanów i tłuszczów, oraz bierze udział w produkcji kwasu solnego. Forma niacyny (kwas nikotynowy) pomaga wspierać prawidłowe krążenie, a także utrzymać poziom cholesterolu w granicach normy. Oferujemy kilka formuł zawierających niacynę, w tym o przedłużonym uwalnianiu oraz produkty nie powodujące zaczerwienienia skóry.

Głóg

Głóg (ang. Hawthorn) ma długą historię stosowania w niektórych tradycyjnych systemach ziołolecznictwa. Głóg zawiera rozmaite naturalne substancje, między innymi flawonoidy, takie jak oligomeryczne proantocyjanidyny (OPCs), które mogą w różnych aspektach wspierać zdrowie serca i naczyń krwionośnych, w tym zdrowe krążenie oraz poziom ciśnienia krwi gdy jest on w prawidłowym zakresie. Jak w przypadku większości ziół, dla zweryfikowania potencjalnych korzyści ze stosowania głogu potrzebne są dalsze badania.

Hawthorn Extract marki NOW® – liście, kwiaty oraz jagody głogu są od pokoleń stosowane przez zielarzy na układ krążenia, jako tonik. Głóg przyczynia się do zdrowia układu krążenia wspierając napięcie mięśnia sercowego i integralność naczyń krwionośnych. Ekstrakt głogu wykazuje także silną zdolność wychwytywania wolnych rodników. Hawthorn Extract marki NOW® jest standaryzowany do zawartości 1,8% witeksyny która, jak wykazano, łącznie z innymi naturalnymi składnikami wspiera normalny przepływ krwi i może być pomocna w utrzymaniu prawidłowego poziomu ciśnienia krwi. NOW oferuje ekstrakt w wegetariańskich kapsułkach 300 mg i 600 mg.

Sterole roślinne

Sterole roślinne, znane również pod nazwą fitosterole, to substancje, naturalnie występujące w różnych produktach spożywczych, między innymi w orzechach, ziarnach, warzywach i owocach. Cholesterol jest rodzajem sterolu pochodzenia zwierzęcego. W organizmie sterole roślinne konkurują do absorpcji

z innymi rodzajami steroli, w tym z cholesterolem. W ten sposób mogą przyczynić się do zmniejszenia ilości cholesterolu wchłanianego przez organizm, co pomaga utrzymać będący w prawidłowym zakresie poziom cholesterolu i przez to wspiera zdrowe funkcje układu krążenia.

Beta-Sitosterol Plant Sterols marki NOW® – nasza

formuła steroli roślinnych beta-sitosterol zawiera CardioAid®-S Plant Sterol Esters, kombinację zestryfikowanych postaci beta-sitosterolu, kampesterolu i stigmasterolu. Sterole roślinne obejmują związki pozyskane z roślin, które są strukturalnie podobne do cholesterolu i pomagają ograniczyć absorpcję cholesterolu z przewodu pokarmowego. W taki właśnie sposób CardioAid®-S może pomóc w utrzymaniu poziomu cholesterolu gdy jest on w prawidłowym zakresie.

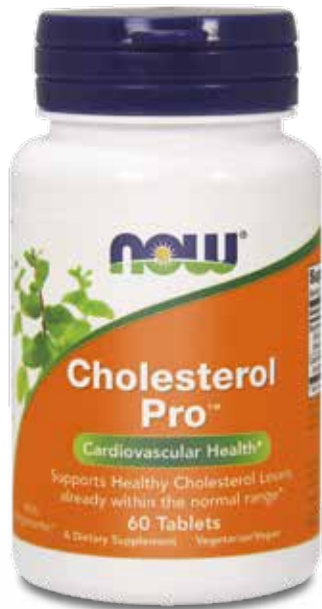


Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Inne suplementy marki NOW® wspierające układ krążenia

Cholesterol Pro™ marki NOW® – Cholesterol Pro™ stanowi połączenie dwóch unikalnych składników, które w badaniach klinicznych wykazały zdolność wspierania poziomu lipidów w surowicy, będącego w prawidłowym



zakresie. Bergamonte™ to standaryzowany ekstrakt polifenoli, który może przyczynić się do wsparcia układu krążenia, a także do właściwej regulacji cukru we krwi. CardioAid®, stanowiący połączenie steroli roślinnych, jest wykorzystywany do wspierania zdrowego poziomu cholesterolu, będącego w prawidłowym zakresie.

Red Yeast Rice marki NOW® czyli czerwony ryż fermentowany przez drożdże to naturalny produkt, stosowany przez tradycyjnych azjatyckich ziołarzy od około roku 800. Jest produkowany na drodze fermentowania białego ryżu przez czerwone drożdże (*Monascus purpureus*) i ma powszechne zastosowanie sztuce kulinarnej - jest wykorzystywany dla nadania barwy potrawom i jako przyprawa smakowa. Przy wytwarzaniu Red Yeast Rice marki NOW® szczególną uwagę przywiązujemy do wykluczenia obecności cytryniny, która stanowi niepożądany produkt uboczny procesu fermentacji.

Blood Pressure Health marki NOW® – Blood Pressure Health marki NOW® łączy dwie substancje botaniczne o powszechnie znanym działaniu wspierającym zdrowe funkcjonowanie układu krążenia. MegaNatural®BP™ to opatentowany i przetestowany klinicznie ekstrakt z pestek winogron, standaryzowany na zawartość polifenoli. MegaNatural®-BP™ zawiera flawonoidy, które mogą wspierać zdrowe funkcjonowanie tętnic i być pomocne w utrzymaniu w prawidłowym zakresie



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



ciśnienia krwi. W recepturze uwzględniliśmy także standaryzowany ekstrakt z głogu, dla ochrony przed wolnymi rodnikami oraz dla wsparcia układu krążenia.

Vein Supreme™ marki NOW® – Vein Supreme™ marki NOW® to połączenie botanicznych składników wspierających prawidłowe funkcjonowanie naczyń krwionośnych. Vein Supreme™ zawiera Trunorin™, testowany klinicznie i opatentowany ekstrakt z kory jesionu kolczastego, którego składniki wykazały działanie promujące prawidłowe funkcjonowanie i integralność żył. Zawiera również ekstrakty: z ruszczyka kolczastego i z nasion kasztanowca zwyczajnego, które mają długą historię stosowania dla wsparcia zdrowia żył.

Policosanol marki NOW® – Policosanol marki NOW® stanowi mieszankę długołańcuchowych kwasów tłuszczowych (LCFAs) pozyskanych z trzciny cukrowej. LCFAs w naturalny sposób występują w woskach roślinnych. Jak wykazują badania, te woski roślinne mogą wpływać na prawidłowy metabolizm lipidów zawartych we krwi. NOW oferuje ten suplement w dawkach 10mg oraz 20mg.

Co wyróżnia NOW

Od roku 1968 NOW pomaga ludziom prowadzić zdrowsze życie, oferując wybór wielokrotnie nagradzanych, naturalnych suplementów diety oraz żywności, odżywek dla sportowców, produktów dla zdrowia i urody, a także olejków eterycznych.

Z ponad 1.400 produktów, NOW jest Twoim źródłem naturalnych produktów

zdrowotnych o najwyższej jakości. Dostępne

w dobrych sklepach

ze zdrową żywnością

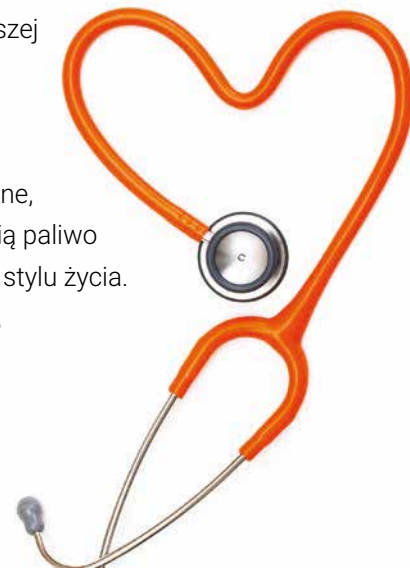
w całym kraju oraz online,

produkty NOW stanowią paliwo

dla Twojego zdrowego stylu życia.

Live happy, live healthy,

live NOW!



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



NOW Foods ZAWSZE z hologramem

Obecność HOLOGRAMU na opakowaniu to pewność, że:



- nabyty produkt jest objęty gwarancją producenta realizowaną jedynie przez dystrybutora **PRO NATURA**. Gwarancja ta objawia się w postaci realizacji zasady: **SATYSFAKCJA GWARANTOWANA LUB ZWROT PIENIĘDZY**;
- produkt posiada wymagane dopuszczenia do obrotu, za które odpowiedzialność ponosi dystrybutor **PRO NATURA**. Dzięki temu skutki powstałe w wyniku działań wszelkich organów ponosi Dystrybutor NOW Foods w Polsce **PRO NATURA**;
- podmioty współpracujące z Dystrybutorem **PRO NATURA** mają pełne prawo do zwrotu lub wymiany zakupionych produktów w przypadku niezadowolającej rotacji lub zbliżającego się terminu przydatności do spożycia.



PRO
NATURA

Wyłączny Dystrybutor

www.pronatura.pl • tel. 91 452 84 20

now[®]