

DUOLIFE

D3 in Nigella Oil

Doplnok stravy

DUOLIFE D3 in Nigella Oil je doplnok stravy z radu **Pure Formula** obsahujúci vitamín D3 suspendovaný v oleji z čiernej rasce v koncentrovanej dávke, uzavretý vo forme vegánskych mäkkých tapiokových kapsúl.

Vitamín D pomáha udržiavať zdravé kosti a zuby a podporuje správne fungovanie imunitného systému. Vitamín D pomáha k správnej vstrebávaní vápnika a fosforu. Vitamín D prispieva k udržaniu správneho fungovania svalov. Prítomnosť oleja z čiernej rasce v produkte, ktorý sa vyznačuje vysokým obsahom nenasýtených mastných kyselín, hlavne zo skupiny omega-6 a omega-9, podporuje optimálnu absorpciu a asimiláciu vitamínu D3 z kapsuly. Olej z čiernej rasce je preto „biologickým pozadím“ aktívnej zložky – vitamínu D3.



Jednoduché ciele
zloženie



Výrobok so zrozumiteľným
účelom



Pohodlná forma
použitia



Zložky prírodného
pôvodu

Kedy je vhodné užívať doplnok stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil?

DUOLIFE D3 in Nigella Oil je doplnok stravy z radu **Pure Formula** obsahujúci vitamín D3 suspendovaný v oleji z čiernej rasce v koncentrovanej dávke, uzavretý vo forme vegánskych mäkkých tapiokových kapsúl. Vitamín D pomáha udržiavať zdravé kosti a zuby a podporuje správne fungovanie imunitného systému. Vitamín D pomáha k správnej vstrebávaní vápnika a fosforu. Vitamín D prispieva k udržaniu správneho fungovania svalov. Prítomnosť oleja z čiernej rasce v produkte, ktorý sa vyznačuje vysokým obsahom nenasýtených mastných kyselín, hlavne zo skupiny omega-6 a omega-9, podporuje optimálnu absorpciu a asimiláciu vitamínu D3 z kapsuly. Olej z čiernej rasce je preto „biologickým pozadím“ aktívnej zložky – vitamínu D3.

Doplnok stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil je určený na použitie ako podpora optimálneho fungovania organizmu pre:

- ▶ ľudí, ktorí si chcú udržať správne fungovanie imunitného systému;
- ▶ ľudí, ktorí si chcú udržať správne fungovanie pohybového ústrojenstva;
- ▶ ľudí, ktorí chcú podporiť optimálny stav kostí a zubov;
- ▶ ľudí, ktorí chcú podporovať optimálnu funkciu svalov;
- ▶ ľudí, ktorí chcú podporiť správnu zrážanlivosť krvi;
- ▶ ľudí, ktorí chcú podporiť udržanie správnej hladiny vápnika a fosforu v organizme;
- ▶ ľudí v rekonvalescencii po zlomeninách kostí a dlhodobom znehybnení;
- ▶ ľudí, ktorí aktívne športujú;
- ▶ ľudí, ktorým záleží na správnej telesnej hmotnosti;
- ▶ starších ľudí;
- ▶ ľudí, ktorí trávia málo času na slnku;

Ako funguje vitamín D3 obsiahnutý vo výživovom doplnku DUOLIFE D3 in Nigella Oil?

DUOLIFE D3 in Nigella Oil je výživový doplnok na báze vitamínu D3 suspendovaného v oleji z čiernej rasce. Prítomnosť Nigella Oil v produkte podporuje optimálne vstrebávanie vitamínu D3 z kapsuly. Olej z čiernej rasce je preto „biologickým pozadím“ aktívnej zložky – vitamínu D3.

Vitamín D3 obsiahnutý v **DUOLIFE D3 in Nigella Oil** podporuje:

- ▶ funkcie imunitného systému;
- ▶ činnosť pohybového ústrojenstva, vrátane svalov a kostí;
- ▶ zdravý stav zubov, kostí, kĺbov a chrupaviek;
- ▶ správnu zrážanlivosť krvi;
- ▶ optimálnu hladinu vápnika a fosforu v tele;
- ▶ vstrebávanie vápnika;
- ▶ antioxidačné procesy;
- ▶ blahodárny stav pokožky;
- ▶ redukciu hmotnosti.

i **Užívanie: Dospelí a deti nad 12 rokov:** 1-2 kapsuly denne pri jedle. **Deti od 6 do 12 rokov:** Užívanie kapsúl je povolené po predchádzajúcej konzultácii s lekárom. 1 kapsuly denne pri jedle. Neprekračujte maximálnu odporúčanú dennú dávku. Produkt sa nemôže používať ako náhrada pestrej stravy. Vyvážená strava a zdravý životný štýl sú dôležité pre správne fungovanie organizmu.

i **Doplnok stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil sa prednostne kombinuje s:**

DUOLIFE Vita C, DUOLIFE Vita C Powder, DUOLIFE Collagen, DUOLIFE Collagen powder, ProSelect®, ProStik®, BorelissPro®, ProRelaxin®, ProImmuno, ProBactilardii Sângele Meu®, DUOLIFE RegenOil Liquid Gold®, FIZZY EASY Ca + D3 Complex, ďalšie produkty z rady DUOLIFE Pure Formula.

Preventívne opatrenia

- ▶ Nepoužívajte v prípade alergie na ktorúkoľvek zložku.
- ▶ Produkt nie je vhodný pre deti mladšie ako 6 rokov.
- ▶ Nie je vhodný pre tehotné a dojčiace ženy.
- ▶ V prípade existujúcich chronických ochorení, ako aj v prípade, že užívate lieky, sa pred použitím produktu poraďte s lekárom.

i **Zložky – obsah v 1 kapsulke:** olej zo semien čiernej rasce (*Nigella sativa*) lisovaný za studena – 500 mg, vitamín D3 (cholecalciferol) – 25 µg (500 % RP*). Zloženie obalu kapsuly: tapiokový škrob, zvlhčovadlo; glycerol; voda.

* RP – Referenčný príjem priemerného dospelého (8 400 kJ/2000 kcal).

Objavte zloženie doplnku stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil

Vitamín D3

Vitamín D3 (cholecalciferol), tiež nazývaný „**slnečný vitamín**“, je zlúčenina patriaca k vitamínom rozpustným v tukoch. Na rozdiel od iných vitamínov si ho telo dokáže syntetizovať v obmedzenom množstve. Tento proces závisí od doby vystavenia slnečnému žiareniu a prebieha najmä v koži, takže jeho hladina v organizme môže závisieť od životného štýlu a geografickej polohy, v ktorej žijeme, miery znečistenia ovzdušia, ročného obdobia, dennej doby resp. tónu pleti. Na zabezpečenie primeranej hladiny vitamínu D3 v tele je potrebné pravidelné vystavovanie sa slnku a pri obmedzenom prístupe k slnečnému žiareniu sa odporúča doplniť jeho hladinu stravou. Vitamín D3 má široké spektrum účinkov na ľudský organizmus.

Základnou funkciou vitamínu D3 v tele je **udržiavanie správneho vstrebávania a využitia vápnika a fosforu v organizme**. Vhodná koncentrácia cholecalciferolu zvyšuje absorpciu vápnika v kostiach a zuboch. Nedostatok vitamínu D3 môže viesť k **demineralizácii kostí**, čo môže znížiť pevnosť a hustotu kostí, a následne viesť k zvýšenej frekvencii zlomenín¹⁻³. Svalová slabosť môže byť tiež spojená s nedostatkom vitamínu D3. Existujú dôkazy, že suplementácia vitamínom D3 **môže zvýšiť syntézu bielkovín a zvýšiť veľkosť a počet svalových vlákien**^{3,4}. Početné štúdie preukázali, že vitamín D3 pomáha pri **správnom fungovaní imunitného systému**. Vitamín D3 vďaka prítomnosti svojich receptorov v imunitných bunkách - T lymfocytoch hrá dôležitú úlohu vo vrodenej imunitnej odpovedi tela, minimalizuje zápalové procesy, čo podporuje ochranu tkanív pred poškodením. Vitamín D3

tiež stimuluje diferenciáciu monocytov a ich transformáciu na zrelé makrofágy, ktoré sa podieľajú na eliminácii patogénov^{5,6}.

Bol tiež preukázaný vzťah medzi hladinami vitamínu D3 a poruchami vo fungovaní **kardiovaskulárneho systému**. Bolo hlásené, že nedostatok vitamínu D zvyšuje riziko kardiovaskulárnych porúch a môže ovplyvniť udržanie optimálneho krvného tlaku⁷.

Bolo tiež dokázané, že nízke hladiny vitamínu D3 sa vyskytujú u ľudí s vysokým obsahom telesného tuku a zvýšeným indexom telesnej hmotnosti (BMI). Štúdie uvádzajú, že **zvýšenie koncentrácie vitamínu D3 v tele podporuje redukciu telesného tuku**⁸⁻¹⁰. Nedostatok vitamínu D3 môže tiež viesť k zhoršenej syntéze a sekrécii inzulínu a následne k zhoršenému metabolizmu glukózy¹¹.

Vitamín D3 tiež hrá dôležitú úlohu vo fungovaní nervového systému, **podporuje ochranu neurónov a iných mozgových buniek**. Jeho nedostatok môže prispieť k zníženiu kognitívnej výkonnosti a depresívnej nálade u starších ľudí^{12,13}.

Súčasťou doplnku stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil je aj olej zo semien čiernej rasce, ktorý synergicky podporuje pôsobenie účinnej zložky – vitamínu D3. Prítomnosť Nigella Oil v produkte je veľmi dôležitým rozlišovacím znakom, pretože samotný olej je veľmi dôležitou zložkou s vlastnosťami podporujúcimi funkcie organizmu a patrí medzi najvzácnejšie rastlinné oleje.

Olej z čiernej rasce

Olej z čiernej rasce sa získava zo semien čiernej rasce (*Nigella sativa*), ktorá sa vyskytuje najmä vo východnej Európe a západnej Ázii. Vlastnosti oleja z čiernej rasce sú známe už od starovekého Egypta, kde ho nazývali „**zlato faraónov**“.

Zloženie Nigella Oil pozostáva hlavne z esenciálnych mastných kyselín (EFA). Medzi nimi môžeme rozlíšiť asi 60% kyseliny linolovej (omega-6), asi 25% kyseliny olejovej (omega-9) a asi 1% kyseliny alfa-linolénovej (omega-3). Okrem toho v oleji rozoznávame vitamín E, biotín, betakarotén, minerálne soli: železo, vápnik, draslík, zinok, fosfor, meď, antioxidanty, steroly a účinné látky, t.j. tymochinón, tymohydrochinón, p-cymén, karvakrol tymol¹⁴.

Čierny rascový olej má mnoho cenných vlastností potvrdených mnohými vedeckými štúdiami. Bolo dokázané, že čierny rascový olej **podporuje antioxidantné procesy v organizme**, spomaľuje tvorbu voľných kyslíkových radikálov a **podporuje ochranu buniek** pred ich nepriaznivými účinkami¹⁵. V dôsledku toho môže podporovať optimálnu funkciu kardiovaskulárneho systému, pomáhať udržiavať normálny krvný tlak, regulovať hladinu cholesterolu a glukózy v krvi¹⁶. Ukázalo sa tiež, že olej podporuje správne fungovanie nervového systému a chráni neuróny pred deštruktívnymi účinkami oxidačného stresu¹⁷.

Olej z čiernej rasce má **imunomodulačné vlastnosti a prispieva k minimalizácii zápalu v organizme**. Podporuje činnosť imunitného systému a prispieva k zmierneniu príznakov alergie^{18,19}.

Čierny rascový olej tiež prispieva k optimálnemu fungovaniu tráviaceho systému, **podporuje funkciu pečene, má ochranné vlastnosti na sliznici žalúdka a dvanástnika**²⁰.

Čím je unikátne zloženie doplnku stravy DUOLIFE D3 in Nigella Oil?

- ▶ **Jednoduché ciele zloženie** – založené na hlavnej aktívnej zložke **so známymi vlastnosťami a koncentrovanej dávke**.
- ▶ **Ďalšia dôležitá zložka - veľmi vzácny olej z čiernej rasce ako „biologické pozadie“ vitamínu D3**.
- ▶ **Výrobok so zrozumiteľným účelom** – so zdravotnými vyhláseniami na etikete na uľahčenie odporúčania.
- ▶ **Garancia** deklarovaného obsahu účinných látok.
- ▶ **Zložky prírodného pôvodu**.
- ▶ **Bez umelých plnív, konzervačných látok alebo zbytočných prísad**.
- ▶ **Inovatívne zloženie kapsuly „softgel“** – povlak obsahuje tapiakový škrob, vďaka čomu je prírodného pôvodu a vegánsky zároveň.
- ▶ **Pohodlná forma použitia** – mäkká kapsula obsahujúca vitamín D3 suspendovaný v čiernom rascovom oleji, ktorý zaručuje optimálne vstrebávanie vitamínu D3.
- ▶ **Jednoduchosť rady PURE FORMULA** – jednoduché odporúčanie – 1 balenie obsahuje 60 kapsúl na 1 mesiac užívania (1-2 kapsuly denne).
- ▶ Jednoduché prispôsobenie doplnku individuálnym potrebám organizmu.
- ▶ Produkt **NEOBSAHUJE laktózu** a je **bez GMO**.

- ▶ Výrobok **NEOBSAHUJE lepok** – je vhodný pre osoby trpiace intoleranciou lepku.
- ▶ Produkt je **vhodný pre vegánov a vegetariánov** – **vdaka použitému vegánskemu zloženiu – vitamín D3 a obal kapsuly vyrobený z tapiokového škrobu.**
- ▶ Viacjazyčný štítok.

i Bibliografiu pre *DUOLIFE D3 in Nigella Oil* nájdete v samostatnej kartičke viazača.

Bibliografia

1. Lips P. (2001). Vitamin D deficiency and secondary hyperparathyroidism in the elderly: consequences for bone loss and fractures and therapeutic implications. *Endocrine reviews*, 22(4), 477–501.
2. Holick M. F. (2004). Sunlight and vitamin D for bone health and prevention of autoimmune diseases, cancers, and cardiovascular disease. *The American journal of clinical nutrition*, 80(6 Suppl), 1678S–88S.
3. Laird, E., Ward, M., McSorley, E., Strain, J. J., & Wallace, J. (2010). Vitamin D and bone health: potential mechanisms. *Nutrients*, 2(7), 693–724.
4. Bischoff-Ferrari, H. A., Dietrich, T., Orav, E. J., Hu, F. B., Zhang, Y., Karlson, E. W., & Dawson-Hughes, B. (2004). Higher 25-hydroxyvitamin D concentrations are associated with better lower-extremity function in both active and inactive persons aged > or =60 y. *The American journal of clinical nutrition*, 80(3), 752–758.
5. Baeke, F., Takiishi, T., Korf, H., Gysemans, C., & Mathieu, C. (2010). Vitamin D: modulator of the immune system. *Current opinion in pharmacology*, 10(4), 482–496.
6. Aranow C. (2011). Vitamin D and the immune system. *Journal of investigative medicine: the official publication of the American Federation for Clinical Research*, 59(6), 881–886.
7. Judd, S., & Tangpricha, V. (2008). Vitamin D deficiency and risk for cardiovascular disease. *Circulation*, 117(4), 50.
8. Saliba, W., Barnett-Griness, O., & Rennert, G. (2013). The relationship between obesity and the increase in serum 25(OH) D levels in response to vitamin D supplementation. *Osteoporosis international: a journal established as result of cooperation between the European Foundation for Osteoporosis and the National Osteoporosis Foundation of the USA*, 24(4), 1447–1454.
9. Majorczyk, M., Baran, M., Jaworek, J., Rola witaminy D w rozwoju i przebiegu otyłości, *Pielęgniarstwo Polskie, NR 1 (59) 2016*, s. 91–97.
10. Salehpour, A., Hosseinpanah, F., Shidfar, F., Vafa, M., Razaghi, M., Dehghani, S., Hoshiarrad, A., & Gohari, M. (2012). A 12-week double-blind randomized clinical trial of vitamin D supplementation on body fat mass in healthy overweight and obese women. *Nutrition journal*, 11, 78.
11. Mathieu, C., Gysemans, C., Giuliotti, A., & Bouillon, R. (2005). Vitamin D and diabetes. *Diabetologia*, 48(7), 1247–1257.
12. Annweiler, C., Dursun, E., Féron, F., Gezen-Ak, D., Kalueff, A. V., Littlejohns, T., Llewellyn, D. J., Millet, P., Scott, T., Tucker, K. L., Yilmazer, S., & Beauchet, O. (2015). 'Vitamin D and cognition in older adults': updated international recommendations. *Journal of internal medicine*, 277(1), 45–57.
13. Barnard, K., & Colón-Emeric, C. (2010). Extraskeletal effects of vitamin D in older adults: cardiovascular disease, mortality, mood, and cognition. *The American journal of geriatric pharmacotherapy*, 8(1), 4–33.
14. Magdalena Borusiewicz, Zbigniew Janeczko. Nigella sativa L. – roślinny surowiec o właściwościach plejotropowych. *Post Fitoter 2015; (16)4: 223-236*.
15. Burits, M., & Bucar, F. (2000). Antioxidant activity of Nigella sativa essential oil. *Phytotherapy research : PTR*, 14(5), 323–328.
16. Shafiq, H., Ahmad, A., Masud, T., & Kaleem, M. (2014). Cardio-protective and anti-cancer therapeutic potential of Nigella sativa. *Iranian journal of basic medical sciences*, 17(12), 967–979.
17. Samarghandian, S., Farkhondeh, T., & Samini, F. (2018). A Review on Possible Therapeutic Effect of Nigella sativa and Thymoquinone in Neurodegenerative Diseases. *CNS & neurological disorders drug targets*, 17(6), 412–420.
18. Majdalawieh, A. F., & Fayyad, M. W. (2015). Immunomodulatory and anti-inflammatory action of Nigella sativa and thymoquinone: A comprehensive review. *International immunopharmacology*, 28(1), 295–304.
19. Shaterzadeh-Yazdi, H., Noorbakhsh, M. F., Hayati, F., Samarghandian, S., & Farkhondeh, T. (2018). Immunomodulatory and Anti-inflammatory Effects of Thymoquinone. *Cardiovascular & hematological disorders drug targets*, 18(1), 52–60.
20. Magdy, M. A., Hanan, el-A., & Nabila, el-M. (2012). Thymoquinone: Novel gastroprotective mechanisms. *European journal of pharmacology*, 697(1-3), 126–131.