

Mēs atbalstām aktīvu un veselīgu dzīvesveidu ar holistisku pieeju. Vislabākie Rezultāti. Visaugstākā Kvalitāte. Maksimālā Drošība.

- PREMIUM uztura produkti ražoti Vācijā.
- Nav konservantu, tikai dabīgas sastāvdaļas. 100% dabīgs!
- Mūsu ekskluzīvā uzturvielu transportēšanas koncepcija NTC® atbalsta optimālu uzturvielu uzņemšanu un augstu biopieejamību šūnu līmenī. Uzturvielu transporta koncepcija sevī ietver vairākus faktorus:
 - Lietošanu šķidrā veidā;
 - Uzturvielu kombinācijas un to kombināciju grupās;
 - Integrētus ajūrvēdas augu ekstraktus;
 - Transfēra katalizatorus un tehnoloģijas.
- Gan produkta sastāvdaļas, gan produkti tiek ražoti saskaņā ar augstāko GMP® kvalitātes standartu.
- Mūsu produktu kvalitāti regulāri un neatkarīgi pārbauda ELAB Analytic GmbH.
- Antidopinga kontrole. Regulāra brīvprātīga kvalitātes kontrole un neatkarīga izpēte Ņelnes Augstākajā sporta skolā (dopinga analīžu laboratorija). Vairāk informācijas vietnē www.koelnerliste.com. Antidopinga sertifikāts piešķirts pilnīgi visiem FitLine produktiem.
- Mūsu kosmētika testēta neatkarīgā institūtā Dermatest® GmbH. Pētniecības institūts izsniedzis savu sertifikātu, ka produkti ir klīniski testēti un saņēmuši visaugstāko novērtējumu "Excellent 5 zvaigznes".
- Ražošanas atbilst ISO standartiem, kas garantē tīrību, drošību un bezkompromisa kvalitātes līmeni.
- Mūsu produktus izstrādā starptautiska zinātnieku padome kopā ar Luksemburgas Zinātnes un Tehnoloģiju Institutu (LIST) un Austrijas Zinātnes Universitāti.
- MicroSolve® - micelizācijas process nodrošina ideālu ūdenī un taukos šķīstošo aktīvo vielu savstarpējo sadarbību.
- CD - Kompleks - nodrošina 40 reizes lielāku un efektīvāku kurkumīna uzsūkšanos.
- Augstā bio pieejamība un paātrinātā asimilācija ir zinātniski pierādīta.
- Lielākā daļa produktu nesatur glutēnu, laktozi.
- Lielākā daļa produktu piemēroti arī veģetāriešiem, vegāniem.
- Netiek pievienots cukurs. Kā saldinātājs produktos tiek izmantota stēvija.
- Visi produkti ir ļoti garšīgi!
- FitLine produktus aizsargā vairāk kā 70 patenti.
- Visiem FitLine produktiem ir zems glikēmiskais indekss.
- Ekskluzīvi tikai PM-International.

FitLine Optimālais Komplekts

Vai vēlaties katru dienu līdz sirmam vecumam būt veselīgs un enerģisks? Lai jūsu ķermenis to varētu paveikt, tam ir vajadzīgas noteiktas uzturvielas. Mūsu FitLine Optimālais Komplekts piedāvā optimālu pamat uzturvielu piegādi.

Papildiniet savu ierasto uzturu ar FitLine PowerCocktail no rīta un FitLine Restorate vakarā. Produktus ir ļoti viegli pagatavot, tie ir garšīgi un to lietošana jau dažas minūtes laikā ļaus jums jau par vērtīgu ieradumu. FitLine optimālais komplekts nodrošina gan ierasto uzturvielu sagremojamību un uzsūkšanos, gan ātrāremošanas traktā, gan arī daudz efektīvāku citu FitLine produktu iedarbību.





FitLine Duo Omega 3 & Q10 Vegan

FitLine® Duo Omega3 & Q10 Vegan bagāts ar omega 3 taukskābēm, koenzīmu Q10 un vitamīnu E. Veicina normālas sirds darbības uzturēšanu, normālas smadzeņu funkcijas uzturēšanu, šūnu aizsardzību pret oksidatīvo stresu.

Dzīvo vesels līdz sirmam vecumam!

Koenzīms Q10 un Omega 3 ir DIVI VIENĀ produktā FitLine Duo Omega 3 & Q10 Vegan. Tas iekļauj:

- Fitline Q10 plus un
- Fitline Omega 3 Vegan

Kā arī koenzīms Q10 un Omega 3 ir daļa no FitLine Generation 50+ produkta, kas jau ir ČETRI VIENĀ produktā un iekļauj:

- FitLine Q 10 Plus
- FitLine Omega 3 Vegan
- FitLine Lutein
- FitLine Isoflavon
- un sarkanais ženšeņš.

Šie apvienotie produkti satur tikpat daudz aktīvo vielu, ir ērtāki lietošanā un ir izdevīgāki savā cenā.

FitLine Duo Omega 3 & Q10 Vegan ir ekskluzīvs PM-International produkts, kurš izstrādāts kopā ar starptautisko ekspertu komandu un PM-International zinātnisko padomi.





FitLine Q10 Plus

FitLine Q10 Plus, uztura bagātinātājs ar koenzīmu Q10 un vitamīnu E stiprai sirdij. Koenzīmu Q10 mēdz saukt arī par "jaunības vitamīnu". Palielina ķermeņa šūnu enerģijas piegādi un stiprina imūnsistēmu.

MicroSolve®, NGP® un NTC® tehnoloģijas nodrošina 5-10 reizes augstāku koncentrāciju un izcilu kvalitāti. Koenzīms Q10 ir taukos šķīstošs vitamīns, ko atklāja 1957. gadā. ASV zinātniekiem Pīteram Mitčelam par Q10 nozīmes pētījumiem šūnu enerģētikā 1978. gadā tika piešķirta Nobela prēmija. Q10 aizsargājošā iedarbība uz cilvēka organismu vēl arvien tiek intensīvi pētīta.

"Mēs uzskatām, ka Q10 ir daudz efektīvāks stenokardijas ārstēšanai nekā visi esošie medikamenti."
Profesore Hyasa, Japāna.

Aktīvi attīstot vitamīnu zinātņi, tika izdalīts koenzīms Q10 vai ubikinons (kas no latīņu valodas tulkojas kā "visur klāt"). Ilgu laiku ārsti un bioķīmiķi nevarēja noteikt ubikinona lomu cilvēka ķermenī, un līdz pagājušā gadsimta 70. gadu beigām viņi par to rakstīja bioķīmijas mācību grāmatās - darbība nav pilnībā skaidra. Un tikai 1978. gadā amerikāņu zinātnieks Pīters Mitčels teorijas izstrādei par Koenzīms Q10 ieguva Nobela prēmiju.

Bet tikai starptautiskā PM-International zinātnieku komanda spēja izstrādāt (un patentēt) micelizētu (ūdenī šķīstošu) koenzīmu Q10 (MicroSolve® tehnoloģija).

Katras organisma šūnas dzīvība ir atkarīga no enerģijas, kas tiek iegūta no taukskābēm, ogļhidrātiem un olbaltumvielām. Mūsu organismā 95% no enerģijas iegūšanas procesiem notiek ar šī koenzīma starpniecību. Tas ir absolūti neaizvietojs, jo atbild par šūnu enerģijas nesēju - ATF - molekulu ražošanu. Šo vielu var uzskatīt par vitamīnu, jo pietiekamā daudzumā to iespējams uzņemt vienīgi ar uzturu - gaļu, zivīm un augu valsts pārtiku. Tam ir liela nozīme sirds, aknu, nieru un muskuļu šūnu darbībā, kurās notiek intensīva enerģijas apmaiņa.

Arī mūsu organisms pats spēj sintezēt Q10. Diemžēl cilvēkam pēc 30 gadu sasniegšanas būtiski samazinās šūnu spējas uzkrāt šo nozīmīgo vielu, enerģijas ražošanas procesi sāk palēnināties, organisms sāk novecot. Tas ir pirmais iemesls, kāpēc cilvēkam jau pēc 30 gadu vecuma sasniegšanas mērķtiecīgi jāpapildina uzturs ar Q10.

Papildu nepieciešamība pēc Q10 rodas arī nesabalansēta uztura, lielas fiziskās slodzes un stresa gadījumos. Īpaši tas ietekmē sirds darbību, jo sirds muskulī - miokardā - enerģijas iegūšana un patēriņš norit visintensīvāk. Zinātniski ir pierādīts, ka 75% gadījumu sirds slimību iemesls ir enerģijas nepietiekamība. Ne mazāk svarīga loma koenzīmam ir arī citu orgānu sistēmu efektīvas darbības

nodrošinājumā. Mēs saslīkstam, ja Q10 daudzums organismā samazinās par 25%, bet samazinājums par 75% ir pat kritisks mūsu dzīvībai. Koenzīma Q10 lietošana palīdz normalizēt augstu un zemu asinsspiedienu un stabilizēt normālu spiedienu.

Aptaukošanās pētījumos atklāts, ka daudziem cilvēkiem ar lieko svaru ir Q10 deficīts. Koenzīms Q10 aktivizē organismu, aktivizējot vielmaiņu. Ja mēs patērējam vairāk kaloriju nekā sadedzinām, tad mēs nekavējoties sākam uzkrāt taukus. Ir tikai viena izeja - stingra diēta, pastāvīga, sāpīga sevis ierobežošana un disciplīna.

Bet apskatīsimies, kas notiek mūsu ķermenī?

Fakts ir tāds, ka aptaukojušos cilvēku šūnu sistēmas rada maz enerģijas. Kāpēc? Vai tāpēc, ka viņiem trūkst sava koenzīma Q10? Atbilde uz šo jautājumu bija apstiprinoša.

Patiešām, daudziem cilvēkiem ar aptaukošanos trūkst koenzīms Q10. Ja šiem cilvēkiem ar ierobežotu uzturu sāk katru dienu dot 100 mg koenzīma Q10. Pēc deviņām nedēļām izrādījās, ka šīs grupas cilvēku vidējais svara zudums bija 5,8 kilogrami. Kontroles grupā - tikai 3,5 kilogrami. Koenzīms Q10 aktivizēja ķermeni, liekot tikt galā ar nevajadzīgu lieko ķermeņa tauku daudzumu, pārvēršot tos enerģijā.

Veicina šūnu aizsardzību pret oksidatīvo stresu. Pētnieki uzskata, ka koenzīmam Q10 ir neitralizējoša iedarbība uz histamīnu, kas var būt noderīgs cilvēkiem, kas sirgst ar alerģijām, bronhiālo astmu un elpošanas ceļu slimībām.

Ārsti atzīmē, ka pēc operācijas periodā pacienti, kuri lieto koenzīmu Q10, ātri atgriežas normālā stāvoklī un paņāk ievērojamu atveseļošanās rezultātu uzlabošanās.

Koenzīmu Q10 plaši izmanto Japānā. Japāņu pētnieki ir noskaidrojuši, ka Q10 ir aizsargājoša iedarbība uz kuņģi un divpadsmitpirkstu zarnu darbību. Q10 paātrina dziedināšanas procesus gastrīta, kuņģa čūlas un divpadsmitpirkstu zarnas čūlas gadījumā. Vismaz 20% japāņu katru dienu lieto koenzīmu Q10. Un tieši Japāna ieņem pirmo vietu mūža ilgumā!

KOENZĪMA Q10 PAMATA IETEKME:

- Tam ir izteikta enerģiju radoša iedarbība, efektīva ietekme fiziskām slodzēm, stresam, hroniskam nogurumam.
- Kā antioksidants cīnās ar brīvajiem radikāļiem un palēnina novecošanās procesus.
- Veicina šūnu aizsardzību pret oksidatīvo stresu.
- Palīdz stiprināt sirds un asinsvadu sistēmu, normalizē asinsspiedienu.
- Normalizē vielmaiņu un veicina svara korekciju.
- Samazina alerģisku reakciju risku.
- Stimulē ķermeņa imūnsistēmu un aktivizē tā aizsargājošās īpašības.
- Koenzīms Q10 ir būtiska sastāvdaļa cīņā pret šūnu un DNS iznīcināšanu, kā arī novecošanos.

75% gadījumu sirds slimību iemesls ir enerģijas nepietiekamība.



FITLINE Q10 PLUS GALVENĀS PRIEKŠROCĪBAS:

- MicroSolve® micelizācijas tehnoloģija sniedz ievērojamu koenzīma Q10 un E vitamīna koncentrācijas palielināšanās plazmā salīdzinājumā ar citiem produktiem, kas satur koenzīmu Q10. Tādējādi organisms saņem vairāk aktīvo vielu.
- FitLine Q10 Plus ir pirmais un vienīgais micelizētais produkts pasaulē ar koenzīmu Q10 (patentēta ražošanas tehnoloģija).
- Augstākā efektivitāte, pateicoties uzturvielu komandai - koenzīmam Q10 un E vitamīnam.
- Augstākā produkta kvalitāte un drošība, pateicoties GMP kontrolei un ražošanai.
- Jauna inovatīva produktu dozēšanas sistēma ar ērtu un ciešu vāciņu - padara produkta dozēšanu vieglu.
- Maīga auksta pildīšana bez termiskās apstrādes.
- Bez konservantiem.
- Bez mākslīgiem emulgatoriem.
- Viegli lietojama šķidrā forma.
- Tikai 1 FitLine Q10 Plus porcija dienā nodrošinās adekvātu ķermeņa piegādi ar koenzīmu Q10.
- FitLine Q10 Plus ir ekskluzīvs PM-International produkts, kurš izstrādāts kopā ar starptautisko ekspertu komandu un PM-International zinātnisko padomi.
- FitLine Q10 Plus garantē vislabāko uzturvielu uzsūkšanos organismā ar augstu bio pieejamību šūnu līmenī, pateicoties unikālai NTC® uzturvielu transportēšanas tehnoloģijai bioloģiskā pieejamība ir vidēji 5-10 reizes labāka.
- FitLine Optimālais Komplekss nodrošina katru dienu ar būtiski svarīgiem vitamīniem, minerālvielām un citām uzturvielām. Pateicoties šādam kompleksam jebkurš FitLine produkts sniedz vēl lielāku efektivitāti.

IETEIKUMI LIETOŠANAI:

- Kā profilakse visiem cilvēkiem pēc 35 gadiem.
- Īpaši vēlama cilvēkiem, kuriem ir sirds un asinsvadu un onkoloģisko slimību riski.
- Ieteicams lietot kopā ar Fitline Omega 3 Vegan. Ir pieejams arī šāds apvienots produkts: FitLine Duo Omega 3 & Q10 Vegan.
- Kā arī FitLine Q10 Plus ir kā daļa no produkta FitLine Generation 50+, kas sevī apvieno vēl klāt FitLine Omega 3 Vegan, gan FitLine Lutein, gan FitLine Isoflavon un sarkano žeņšenu. Vairāki produkti apvienoti vienā iepakojumā ir gan ērti, gan arī veido ietaupījumu izmaksās apmēram par 40%.
- Palēnina ķermeņa novecošanos.
- Sirds un asinsvadu sistēmas slimību profilaksei.
- Samazina hroniska noguruma sindromu.
- Palielina vitalitāti un izturību sportistu vidū.

Koenzīmam Q10 nav kontraindikāciju un svarīgi ir saprast, ka koenzīma Q10 darbība nav tūlītēja un rezultāti veidojas ar laiku, kad koenzīma Q10 darbība palielinās, palielinoties Q10 daudzumam organismā.





FitLine Omega 3 Vegan

FitLine Omega 3 Vegan ir pirmais un vienīgais omega 3 produkts, kas piemērots arī vegāniem. Kā arī FitLine Omega 3 Vegan produkts pasaulē ir unikāls arī ar to, ka tā ražošanā ir izmantota patentēta tehnoloģija MicroSolve®. Ekskluzīvi tikai PM-International.

Omega 3 nepieciešams smadzeņu darbībai, stiprina sirds asinsvadu sistēmu. Īpaši svarīga bērniem. Garšīgs! Nav zivs garšas.

Produkts satur dzīvībai svarīgas omega 3 taukskābes, kuras iegūtas no mikroaļģēm (no kurām omega 3 uzņem pašas zivis). Taukskābes ir šūnu membrānu galvenās sastāvdaļas, kas nodrošina membrānas caurlaidību. Vispārzināma ir omega-3 taukskābju labvēlīgā iedarbība uz:

- Sirds un asinsvadu sistēmu. Regulāri lietotas pietiekamā daudzumā, tās sargā artērijas no aterosklerozes, samazina trombu veidošanās risku, palīdz normalizēt asinsspiedienu, kā arī samazina zema blīvuma (tā sauktā sliktā) holesterīna līmeni asinīs.
- Veicina asinsvadu elasticitāti.
- Nervu šūnu, acs tīklenes, sirds un smadzeņu pilnvērtīgu darbību, uzlabo smadzeņu asinsapgādi, līdz ar to veicina labu atmiņu un koncentrēšanās spējas.
- Locītavu veselību, palīdz tajās saglabāt kustīgumu un elastību, aizkavē sīko locītavu deformāciju.
- Uzlabo ādas veselību, palīdz tai izskatīties veselīgākai un svaigākai, samazina tās sausumu, kalpo ādas slimību profilaksei, stiprina matus un nagus - mati ātrāk aug un mazāk izkrīt.
- Serotonīna (laimes hormona) pārstrādi un izvairīšanos no depresijas.
- Veicina normālas smadzeņu darbības uzturēšanu.
- Veicina šūnu aizsardzību pret oksidatīvo stresu.
- Atvieglo galvas sāpes, migrēnas.
- Svarīgs komponents visai grūtniecībai un laktācijas periodam.
- Bez konservantiem un mākslīgiem emulgatoriem.
- Izciels produkts skolniekiem un bērniem līdz skolas vecumam, kas rūpējas par veselīgu garīgu un fizisku attīstību.
- Ieteicams lietot profilaksei infarkta, insulta riska cilvēkiem.
- Visiem, kas vēlas palēnināt novecošanas procesu, kas vēlas vielmaiņas uzlabojumus.

FitLine Omega 3 Vegan, pateicoties savām antioksidatīvajām īpašībām, samazina brīvo radikāļu skaitu organismā, palīdz organismam cīņā ar infekcijām un aizsargā pret alerģijām, samazina stresu un stiprina imunsistēmu.

Omega-3 (PUFA) atklāja Dānijas zinātnieki 70.gados. Viņi konstatēja, ka iemesls tam, ka Grenlandes iedzīvotājiem nav sirds un asinsvadu slimību, ir regulāra produktu, kas satur omega 3, lietošana. Šī pozitīvā omega 3 ietekme uz asinsriti ir piesaistījusi plašu uzmanību. Turpmākie pētījumi parādīja, ka omega 3 pozitīvi ietekmē vairāku cilvēku slimību profilaksi. Cilvēkiem, kuru uzturā ir liels daudzums omega 3 taukskābju, ir mazāk pakļauti dažādām slimībām. Kopš omega 3 atklāšanas zinātnieki visā pasaulē ir veikuši vairāk kā 5000 pētījumu, padarot to par visvairāk izpētīto dabisko produktu.



DARBĪBAS MEHĀNISMS: Nepiesātinātās taukskābes veido šūnu membrānu pamatu, nodrošinot to plastiskumu. Tāpēc tas ietekmē visus procesus, kas notiek dzīvās šūnās. Ķermenī ir 70- 100 triljoni šūnu, un katrai no tām ir nepieciešama omega. Mēs nevaram iztikt bez neaizvietojamām taukskābēm, jo tās kalpo kā celtniecības materiāls daudziem ķermeņa radītiem eikosanoīdiem (iekaisuma faktori). Šīm hormoniem līdzīgām vielām ir milzīga ietekme uz veselību.

OMEGA-3 SPORTAM: Neaizstājamās taukskābes ir veselības atslēga sportistiem. To regulāra lietošana palīdz nodrošināt ķermeni ar papildu enerģiju, neriskējot un nekaitējot veselībai. Strādājot pie ķermeņa, atcerieties, ka omega 3 PUFA ir spēcīga termogēna iedarbība. Tas nozīmē, ka omega 3 fiziskās slodzes laikā kā galveno enerģijas avotu izmanto pašas ķermeņa tauku rezerves. Tas ir «nodrošina», ka tiek aktivizēti taukaudu krājumu lipolīzes (dedzināšanas) procesā. Tajā pašā laikā ogļhidrāti tiek izmantoti muskuļu apjomam, un olbaltumvielas nodrošina spēcīga karkasa veidošanos un palielina izturību. Ja omega 3 ir par maz, tauki nevar efektīvi strādāt ar enerģiju. Un tas veicina kataboliskas reakcijas, un tad jūsu pašu olbaltumvielas (t.i., muskuļi) kļūst par enerģijas avotu.

Turklāt omega 3 nodrošina efektīvu profilaksi un ātru atveseļošanos pēc sporta traumām cīpslu- locītavu mehānismā. Omega 3 atzīts par vienu no labākajiem atjaunojošiem, imūnmodulējošiem, kā arī vispārēji stiprinošiem uztura papildinošiem produktiem.

Neaizmirsti, ka omega 3 arī novērš priekšlaicīgu novecošanos.

- MicroSolve® micelizācijas tehnoloģija. Visaugstākā efektivitāte (asimilācija ir 6-9 reizes augstāka nekā citām taukus saturošiem produktiem, pateicoties NTC® koncepcijai).
- Augstākā produkta kvalitāte un drošība, pateicoties GMP® kontrolei un ražošanai.
- Biopieejamība (asimilācija) līdz 98%, pateicoties NTC® un NGP® koncepcijām.
- Uzlabota svaiga augļu garša (ar apelsīnu garšu).
- Bez konservantiem.
- Bez mākslīgiem emulgatoriem.
- Viegli lietojama šķidrā forma.

Rezultāti būs daudz augstāki un efektīvāki, ja organismu atbalstītu arī Optimālais Komplekts.

Ieteicams lietot kopā ar Fitline Q 10 Plus un ir pieejams arī šāds apvienots produkts: FitLine Duo Omega 3 & Q10 Vegan.

Kā arī FitLine Omega 3 Vegan ir kā daļa no produkta FitLine Generation 50+, kas sevī apvieno vēl klāt Fitline Q 10 Plus, gan FitLine Lutein, gan FitLine Isoflavon un sarkano žeņģenu. Vairāki produkti apvienoti vienā iepakojumā ir gan ērti, gan arī veido ietaupījumu izmaksās apmēram par 40%.

TRĪS PĀRSTEIDZOŠI FAKTI PAR OMEGA 3

Omega 3 - kāda ir tās nozīme un kādu labumu tā sniedz mūsu organismam?

Varbūt esat dzirdējuši, ka tā ir svarīga jūsu veselībai, bet vai esat kādreiz domājuši, ko tieši tā maina mūsu organismā?

Patiesība ir tāda, ka, nodrošinot uzņemšanu ar Omega-3 taukskābēm, tās sniedz milzīgu atbalstu organismam.

DHA un EPA Omega-3 taukskābes ir būtiskas, lai mūsu ķermenis strādātu labāk, jo tās atbalsta daudzu funkciju nodrošināšanai. Tās atbalsta normālas sirds un smadzeņu funkcijas. Varētu arī teikt, ka tā palīdz jūsu ķermenim funkcionēt kā labi ieeļļotai mašīnai.

Ja ieklausīsit savā ķermenī, iespējams tās būs attiecības uz mūžu. Un kāpēc gan nē? Ja tas sniedz organismam lielisku atbalstu, labu pašsajūtu un daudz ko citu, kāpēc lai tās neienāktu ikdienas uzturvielā daudzveidībā.

Tāpēc nebaidieties no nopietnām saistībām ar šīm labajām taukskābēm! Ar šīm taukskābēm tā nebūs "īsa lidošana", tas būs kaut kas, kas var būt blakus katru dienu. Jo katru dienu mums nepieciešamas uzturvielas, lai ķermenis spētu lieliski funkcionēt.

Mums visiem šīs taukskābes ir vajadzīgas jau sākot no sešiem mēnešiem PIRMS dzimšanas un līdz pat sirmam vecumam. Tās ir īpaši svarīgas bērniem, grūtniecēm un vecākiem cilvēkiem.

Bet ikdienas stress, straujais mūdienu dzīvesveids mums var svarīgas uzturvielas nesniegt, tostarp arī omega 3. Un ikdienas piegāde var būt nepilnīga. Tas ir it īpaši neiespējami, ja, piemēram, mēs nedzīvojam reģionos ar okeāna krastiem, kur zivis ir ikdienā viegli pieejamas. Īpaši taukainās okeāna zivis ir pašas vērtīgākās, jo tikai tās satur svarīgo DHA un EPA taukskābes. Tomēr, neskatoties ne uz ko, mums katram ir iespēja uzņemt šīs bagātīgās taukskābes.

Apskatīsim tuvāk, kas ir omega 3, kur mēs tās varam atrast un ko viņas var paveikt mūsu labā.

DHA un EPA veicina normālu sirds darbību, lietojot tikai 2 porcijas dienā.

1. Pētījumi no ziemeļiem - vai ir kāda saistība starp uzturu ar daudz zivīm un zemo sirds saslimstību risku?

Viss sākās 1970.gadā, kad divi dāņi, pāris suņu pajūgi devās uz Arktiku. Jaunais ārsts Jørn Dyerberg vēlējās noskaidrot, vai pastāv saistība starp Grenlandes inuītu diētu, kas ir slavēta ar augstu tauku saturu un zemo sirds slimību skaitu. Toreiz inuīti joprojām bija pārsvarā tikai zvejnieki un mednieki. Galvenokārt tie savu uzturu nodrošināja ar zivīm un roņu gaļu. Vai tas varētu būt viņu veselības noslēpums? Vai tas varētu būt galvenais iemesls, kāpēc viņu sirds slimību saslimstība ir tik zema? Dr. Daiberģis pārlicināja savu kolēģi zinātnieku Dr. Hansu Olafu Bangu doties uz Grenlandes ziemeļrietumu krastu, lai pētītu šo inuītu ēšanas paradumus. Tika savākti 130 asins paraugi un divus gadus vēlāk Dānijas laboratorijā tika atklātas divas taukskābes - EPA un DHA. Kopš šī brīža izpratne par omega 3 un tā nozīmi cilvēku veselībā ir strauji pieaugusi, un līdz šim ir publicēti vairāk kā 20 000 zinātnisko rakstu.

2. Tas pats, bet tomēr atširīgi!

Īpaši svarīgas ir trīs omega 3 taukskābes:

- alfa-linolēnskābe (ALA),
- eikozapentaēnskābe (EPA),
- dokozaheksaēnskābe (DHA).

ALA var atrast dažādos augu izcelsmes avotos, piemēram, spinātos, briseles kāpostos, čia sēklās, linsēklās vai ķirbju sēklās.



Savukārt DHA un EPA omega 3 taukskābes ir atrodamas taukainās okeāna zivīs, piemēram, lasī, skumbrijā vai tuncī. Cilvēka ķermenis var arī pārveidot dažus ALA pārējos divos omega 3 veidos. Tomēr šī procesa efektivitāte ir diezgan zema, un augu izcelsmes ALA avotu biopieejamība ir vēl zemāka. Uzticamākais veids, kā iegūt pietiekami daudz EPA un DHA, ir patērēt tos tieši un nevajadzētu paļauties uz to, ka ķermenis tos pārveidos no ALA.

Tāpat kā omega 6 un omega 9, arī omega 3 taukskābes pieder pie polinepiesātināto tauku saimes - tātad tie ir "labie" tauki.

3. Jūs neēdat zivis? Daudzi cilvēki neēd zivis - nepatīk zivs garša, ir kāda pārtikas alerģija vai varbūt tā ir cīņa pret milzīgo okeānu zivju zvejošanu.

Kā risinājums varētu būt mūsdienu risinājums - uztura bagātinātāji.

Ir uztura bagātinātāji, kas satur omega 3 taukskābes. Tomēr lielākā daļa šo omega 3 piedevu ir izgatavotas no parastu zivju vai krila eļļas. Piepildītas ar vērtīgo omega 3, šīs kapsulas rada tādas pašas vides problēmas, kādas varētu radīt jūsu zivju ēdiens. Okeānu pārzveja ir nopietna problēma - vaļi un pingvīni paļaujas uz sīko vēžveidīgo krilu kā galveno pārtikas avotu.

Tātad, vai ir veids, kā neēst skumbriju un joprojām iegūt visas priekšrocības?

Jā! Arī okeāna zivis nerada savu DHA un EPA. Viņas tās iegūst no aļģēm, kas ir vienīgais augu izcelsmes DHA un EPA avots. Fermentējot, īpaša veida mikroaļģes ražo eļļu, kas ir ļoti bagāta ar DHA. Tas ir ilgtspējīgs omega 3 taukskābju avots, bez zivju garšas vai okeāna radītu piesārņotāju riska.

Šī mikroaļģu eļļa tiek izmantota arī jaunajā FitLine Omega 3 Vegan. Apvienojumā ar FitLine NTC® (Nutrient Transport Concept) unikālo microSolve® tehnoloģiju tiek izveidota ūdenī šķīstoša DHA un EPA transporta forma.

Šķidrās uztura bagātinātājs ir pirmais 100% augu izcelsmes omega 3 produkts tirgū, kas izmanto šo tehnoloģiju.

- FitLine Omega 3 Vegan ir daļa no Fitline Duo Omega 3 & Q10 Vegan un FitLine Generation 50+.
- FitLine Omega 3 Vegan ir ekskluzīvs PM-International produkts, kurš izstrādāts kopā ar starptautisko ekspertu komandu un PM-International zinātnisko padomi.
- FitLine Omega 3 Vegan garantē vislabāko uzturvielu uzsūkšanos organismā ar augstu bio pieejamību šūnu līmenī, pateicoties unikālai NTC® uzturvielu transportēšanas tehnoloģijai.
- FitLine Optimālais Komplekss nodrošina katru dienu ar būtiski svarīgiem vitamīniem, minerālvielām un citām uzturvielām. Pateicoties šādam kompleksam jebkurš FitLine produkts sniedz vēl lielāku efektivitāti.

