

# GINKGO BILOBA (MIŁORZĄB JAPOŃSKI)

Suplement diety

## DOSTĘPNE OPAKOWANIA:

60 KAPSULEK  
P4131

## SPOSÓB UŻYCIA:

Osoby dorosłe 1 kapsułka  
dziennie, najlepiej  
w trakcie posiłku  
lub według wskazań  
lekarza.

## PRODUKT BEZGLUTENOWY. NIE ZAWIERA:

PSZENICY  
PRODUKTÓW  
MLECZNYCH  
CUKRÓW,  
SOLI  
DROŻDŻY  
SOI

oraz sztucznych substancji  
przedłużających trwałość, aromatów,  
barwników.

PARVE

## CHARAKTERYSTYKA:

• Produkt zawiera wyciąg z liści miłorzębu japońskiego (*Ginkgo biloba*) standaryzowany na zawartość glikozydów flawonowych oraz laktanów terpenowych, a także sproszkowany i nieprzetworzony liść miłorzębu japońskiego.

- Nazwa rodzajowa – *ginkgo* – pochodzi od chińskiego słowa *yin-kuo* oznaczającego „srebrną morelę”, a – *biloba* – odnosi się do jego wachlarzowatych dwupłatkowych liści!
- Dodatek PhytO<sub>2</sub>X® – mieszanki występujących w naturze antyoksydantów.
- Odpowiedni dla wegetarian.

## BADANIA/ OŚWIADCZENIA:

- Prawidłowa praca wzroku, mózgu i słuchu.
- Utrzymanie dobrych funkcji poznawczych<sup>1,2,3,4</sup>.
- Równowaga nerwowa/psychiczna.
- Wsparcie krążenia obwodowego.

## DLA KOGO:

- Dla osób, które chcą wspomóc krążenie i zadbać o prawidłową pracę wzroku, mózgu i słuchu.
- Dla osób, które chcą zachować dobre funkcje poznawcze i równowagę nerwową.
- Dla osób starszych.
- Dla osób, które poszukują suplementu diety zawierającego miłorząd japoński.

## POWIĄZANE SUPLEMENTY DIETY:

- Luteina 15 mg
- DLPA 500 mg
- Omega-3 1764 mg EPA/DHA
- L-glutamina 500 mg

# GINKGO BILOBA (MIŁORZĄB JAPOŃSKI)

Składniki:

## Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia (1 kapsułka) zawiera:

Wyciąg z liści miłorzębu japońskiego (standaryzowany 21,6 mg [24%] glikozydy flawonowe miłorzębu, 5,4 mg [6%] laktany terpenowe)	90 mg
Liść miłorzębu japońskiego (sproszkowany, nieprzetworzony)	45 mg

Substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza, substancja wypełniająca: celuloza, substancja przeciwzbrylająca: sole magnezowe (roślinnych) kwasów tłuszczowych, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy i karoteny (mieszanka\*).

\*PhytO<sub>2</sub>X® jest specjalną mieszaniną występujących w naturze przeciwutleniaczy, której celem jest zachowanie świeżości składników.

**Ostrzeżenie:** Kobiety w ciąży, matki karmiące oraz osoby zażywające leki lub chore powinny przed zażyciem skonsultować się z lekarzem. Przechowywać w temperaturze pokojowej, w miejscu suchym, ciemnym, w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Nie przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Produkt nie jest substytutem różnicowanej diety. Zrównoważona dieta oraz zdrowy tryb życia są ważne.

## BADANIA NAUKOWE:

- W podwójnie ślepy, kontrolowanym placebo badaniu z grupą 20 ochotników (19-24 lat), którzy spożywali standaryzowany wyciąg z miłorzębu japońskiego (24% stanowiły glikozydy flawonowe miłorzębu, a 6% laktany terpenowe), odnotowano poprawę współczynnika odnoszącego się do „szybkości uwagi” po 2,5 godzinach po podaniu 240 mg i 360 mg ekstraktu i efekt ten utrzymywał się przez 6 godzin<sup>2</sup>.
- Wyniki randomizowanego, podwójnie ślepego i kontrolowanego placebo badania z udziałem zdrowych dorosłych osób (18-40 lat) wskazują, że codzienne spożywanie 120 mg wyciągu miłorzębu japońskiego (w którym 24% stanowiły glikozydy flawonowe miłorzębu, a 6% ginkgolidy i bilobalid należące do terpenów trilaktonowych) przez 30 dni wpłynęło na znaczną poprawę pamięci operacyjnej (inaczej roboczej) oraz utrwalanie pamięci<sup>3</sup>.

• W podwójnie ślepy, kontrolowanym placebo badaniu oceniano neuropsychologiczne funkcjonowanie osób w wieku powyżej 55 lat po spożyciu wyciągu z miłorzębu japońskiego (ekstrakt EGb 761, 24% stanowiły glikozydy flawonowe miłorzębu, a 6% laktany terpenowe)<sup>5</sup>. Wykazano, że spożywanie przez uczestników 180 mg miłorzębu japońskiego przez 6 tygodni znacznie wpłynęło na poprawę wyników w zadaniu oceniającym szybkość zdolności przetwarzania informacji (zadanie nazewnictwa kolorów i słów). Dodatkowo, znacznie więcej uczestników grupy suplementującej ekstrakt z miłorzębu japońskiego określiło zdolności do zapamiętywania jako „poprawione” w porównaniu z osobami z grupy placebo.

• Randomizowane, podwójnie ślepe, kontrolowane placebo badanie przeprowadzone z udziałem 262 ochotników (zarówno kobiet, jak i mężczyzn w wieku 60 lat i starszych) wykazało, że spożywanie 180 mg wyciągu z miłorzębu japońskiego (ekstrakt EGb 761, 24% stanowiły glikozydy flawonowe miłorzębu, a 6% laktany terpenowe) przez 6 tygodni wpłynęło na wzmocnienie pewnych procesów neuropsychologicznych/pamięciowych u osób starszych z zachowaniem funkcji poznawczych<sup>6</sup>.

## OŚWIADCZENIA ZDROWOTNE:

- Miłorząd japoński wspomaga krążenie obwodowe, co jest szczególnie korzystne dla funkcji oczu i uszu. Przyczynia się do utrzymania dobrego słuchu i wzroku.
- Miłorząd japoński może wspomóc prawidłowe funkcjonowanie mózgu u osób starszych.
- Miłorząd japoński pomaga w utrzymaniu dobrych funkcji poznawczych.
- Miłorząd japoński przyczynia się do równowagi nerwowej/psychicznej.
- Miłorząd japoński wspiera mikrokrążenia.

## Bibliografia:

1. M.A. Hanif i wsp., Medical Plants of South Asia. Novel Sources of drug discovery, Elsevier, 2020, str. 317-329.
2. Psychopharmacology 2000; 151(4):416-423.
3. Int. J. Neuropsychopharmacol. 2001; 4(2):131-134.
4. Nęcka E. i wsp., Psychologia poznawcza, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2006, str. 349-354.
5. J. Altern. Complement Med. 2000; 6:219-229.
6. Hum. Psychopharmacol. 2002; 17(6):267-277.