

# ŻURAWINA

Suplement diety

## DOSTĘPNE OPAKOWANIA:

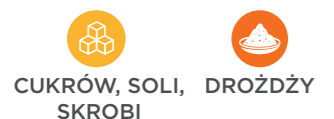
60 KAPSULEK  
P955

## SPOSÓB UŻYCIA:

Osoby dorosłe od 1 do 2 kapsułek dziennie, najlepiej w trakcie posiłku lub według wskazań lekarza.

## PRODUKT BEZGLUTENOWY.

### NIE ZAWIERA:



oraz sztucznych substancji przedłużających trwałość, aromatów, barwników.



## CHARAKTERYSTYKA:

- Zawiera sproszkowany wyciąg (50:1) z owoców żurawiny wielkoowocowej oraz witaminę C.
- 2 kapsułki roślinne dostarczają równowartość 40 g świeżej żurawiny.
- Żurawina wielkoowocowa (*Vaccinium macrocarpon*) zawiera wysoką jednostkowo ilość związków fenolowych w porównaniu z innymi gatunkami żurawiny (m.in. *Vaccinium oxycoccos*)<sup>1</sup>.

## BADANIA/ OŚWIADCZENIA:

- Działanie przeciwutleniające<sup>1-3</sup>.
- Prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego<sup>4-7</sup> i nerwowego.
- Zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia.
- Prawidłowy metabolizm energetyczny.
- Zwiększenie przyswajania żelaza.

## DLA KOGO:

- Dla osób, które szukają skoncentrowanej formy żurawiny.
- Dla osób, które potrzebują wsparcia w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego i nerwowego.

## POWIĄZANE SUPLEMENTY DIETY:

- Ultibio Immune
- Kwercetyna Kompleks
- Witamina D3 1000 IU (25 µg)

# ŻURAWINA

Składniki:

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia (2 kapsułki) zawiera:	%RWS*	
Żurawina (sproszkowany wyciąg z owoców)	800 mg	
Witamina C (kwas L-askorbinowy)	120 mg	150

Substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza, substancje przeciwbrylające: dwutlenek krzemu, sole magnezowe (roślinnych) kwasów tłuszczowych.

\*RWS - Referencyjna Wartość Spożycia

**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 zróżnicowanej diety. Zrównoważona dieta oraz zdrowy tryb życia są ważne.

## BADANIA NAUKOWE:

- Żurawina jest jednym z owoców, który jest bogatym źródłem związków polifenolowych (m.in. flawonoidy, antocyjanidyny, flawonole) i wykazujących działanie przeciwutleniające<sup>2,3</sup>. Proantocyjanidyny (polifenole) są w stanie stymulować odporność śluzówkową poprzez oddziaływanie na tkankę limfatyczną związaną z błonami śluzowymi jelit, będącą częścią układu immunologicznego człowieka<sup>4</sup>.
- Zbadano wpływ żurawiny na funkcję odpornościową u ludzi<sup>5</sup>. Wyniki badania wskazują, że codzienne przez 10 tygodni dostarczanie badanym osobom polifenoli oraz proantocyjanidynów zawartych w żurawinie (pochodzących z 450 ml napoju przygotowanego ze sproszkowanej żurawiny) może zwiększać namnażanie limfocytów  $\gamma\delta$ -T i komórek odpornościowych zlokalizowanych w nabłonku przewodu pokarmowego.
- Suplementacja witaminą C może wspomóc funkcjonowanie układu odpornościowego, m.in. przez wzmocnienie aktywności komórek NK (tzw. naturalnych zabójców) czy namnażanie limfocytów<sup>6</sup>.

- Obserwowany spadek poziomu witaminy C w osoczu i leukocytach w okresach narażenia odporności na czynniki zewnętrzne sugeruje, że zwiększonemu wytwarzaniu utleniaczy przeciwdziała reakcja z witaminą C, dzięki czemu gospodarz jest chroniony przed szkodliwym działaniem związków utleniających<sup>7</sup>.

## OŚWIADCZENIA ZDROWOTNE:

- Witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego i nerwowego.
- Witamina C przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego.
- Witamina C przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- Witamina C pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.
- Witamina C zwiększa przyswajanie żelaza.

## Bibliografia:

1. Herba Polonica 2010; 56(2):38-46.
2. Adv. Nutr. 2013; 4:618-632.
3. Crit. Rev. Food Sci. Nutr. 2009; 49:741-781.
4. Mucosal Immunology 2008; 1(1):31-37.
5. Nutr. J. 2013; 12:161.
6. Ann. Nutr. Metab. 2006; 50:85-94.
7. R. Muggli, Vitamin C and phagocytes; Nutrient modulation of the immune response, New York, Basel, Hongkong, Marcel Dekker, 1992, 75-90.