

# AGEL OHM

## ОПИСАНИЕ AGEL OHM



Современный скоростной стиль жизни действует на большинство людей подавляюще, вызывая у них стресс. Недостаток питательных веществ в нашем рационе является причиной хронической усталости и фрустрации, поэтому в наш рацион нужно вводить специальные пищевые добавки.

OHM представляет собой эффективную смесь витаминов, минералов и растительных компонентов, которая, в сочетании с правильным питанием и регулярной физической нагрузкой, наполнит Ваш организм мощной жизненной энергией. Это не химический стимулятор вроде кофеина или эфедры, а натуральный комплекс витаминов группы В, которые действуют как ферменты, улучшая метаболические процессы в нашем организме и ускоряя расщепление углеводов с высвобождением энергии.

Сюда входит женьшень — сильный антиоксидант, помогающий организму противостоять вредным воздействиям. Женьшень влияет на моторные функции, познавательные способности и общее качество жизни. Также OHM содержит радиолу, улучшающую физическую выносливость и умственную активность, и уменьшающую хроническую усталость. Лимонник, растущий в Китае и Корее, является еще одним важным растительным компонентом OHM, и часто используется для увеличения концентрации, силы, жизненной энергии и выносливости без эффекта нервозности, как при употреблении искусственных стимуляторов.

И хотя ничто не может заменить здорового питания и активного образа жизни, OHM может быть для Вас великолепным источником дополнительной энергии во время тяжелого дня.

**Ингредиенты Agel OHM:** витамин С, В1, В2, В3, В5, В6, В12, таурин, D-рибоза, женьшень, родиола, лимонник, хром, ванадий, инозит, яблочный уксус.

## ПРЕИМУЩЕСТВА AGEL OHM

OHM был разработан специально для того, чтобы повышать Вашу энергию, когда Вы чувствуете себя утомленно, устало или лениво. Дополнительным преимуществом OHM является то, что он концентрирует Вас, когда Вам не хватает мотивации или Вы находитесь в тяжелых обстоятельствах. Следовательно, OHM можно описать двумя словами: 1) энергия и 2) концентрация.

### Преимущества для здоровья

**Энергия.** Выброс энергии при употреблении OHM обеспечивается питательными компонентами, которые 1) генерируют больше энергии из Вашей пищи и 2) обеспечивают энергией Ваш организм напрямую. Первая категория (помогающая генерировать энергию из еды) — это формула водорастворимых витаминов группы В. Витамины группы В являются кофакторами ферментов, генерирующими больше энергии из углеводов, жиров и белков. Вторая категория (прямая поставка энергии) представлена D-рибозой, которая дает организму мощный прилив энергии.

**Концентрация.** В состав OHM входят 3 натуральных растительных компонента, которые помогут Вам усилить Вашу концентрацию. Помощь в преодолении стресса, повышение мотивации, возрастание когнитивных функций (памяти и мышления), увеличение физической работоспособности и выносливости, все эти преимущества OHM могут быть обобщены одним простым словом — концентрация. Эти преимущества обеспечиваются синергетическим действием лимонника, женьшеня и родиолы.

### Кому рекомендуется и когда

OHM рекомендуется здоровым взрослым (включая подростков) и атлетам. OHM следует употреблять утром или в полдень (тем, кто ложится спать ночью). Норма потребления — 1 пакетик OHM в день, но можно употреблять и 2 пакетика в день, если уровень энергии очень низкий.

### Предосторожности

Не рекомендуется для детей или беременных/кормящих женщин. Люди с высоким давлением должны принимать OHM с осторожностью. Может вызвать бессоницу, если принять перед сном.

## ИНГРЕДИЕНТЫ AGEL OHM

### Витамин С (аскорбиновая кислота)

Водорастворимый витамин С обладает рядом уникальнейших свойств, которым современная медицина придает огромное значение. Витамин С — сильный антиоксидант и кофактор многих ферментов. Витамин С помогает увеличивать энергию путем рационального метаболизма аминокислот из белков, участвует в образовании коллагена — основного структурного материала организма, препятствует возникновению рака и сердечных нарушений, способствует образованию гемоглобина и красных кровяных телец в костном мозгу. Также он может защищать организм от холода и помогать иммунной системе. Витамин С расходуется во время физических нагрузок и психических стрессов. Организм не может запастись витамином С, поэтому он должен получать его дополнительно с пищей.

Признаки недостатка витамина С: цинга, мышечная слабость, кровоточащие десна, болезненные суставы, носовые кровотечения, медленные заживления ран, малокровие, усталость, депрессия. Естественными источниками витамина С являются цитрусовые, ягоды, фрукты и зеленые овощи.

### Витамин В1 (тиамин)

Водорастворимый витамин В1 (тиамин) выступает в роли кофермента, участвующего в преобразовании белков, углеводов и жиров в энергию. Тиамин важен для правильного функционирования сердечно-сосудистой, нервной, пищеварительной систем. Поддерживает в здоровом состоянии слизистые оболочки, обеспечивает нормальное функционирование нервной системы, мышц и сердца. Тиамин необходим для метаболизма многих сахаров, способствует росту, помогает улучшению психического состояния.

Признаки недостатка тиамина: депрессия, апатия, слабость, усталость, плохой аппетит, нервные заболевания. Тиамин находится в цельных зернах, пивных дрожжах, апельсинах, мясе и бобовых.

### Витамин В2 (рибофлавин)

Витамин В2 (рибофлавин) относится к флавионам — естественным пигментам овощей, картофеля, молока и других продуктов питания. Важнейшим свойством витамина В2 является его участие в процессах роста. Рибофлавин способствует регенерации кожи и тканей, высвобождению энергии из пищи, участвует в формировании красных кровяных тел, оказывает нормализующее влияние на функцию органов зрения.

Признаки недостатка рибофлавина: дрожь тела, бессонница, незаживающие язвы и раны (новые клетки не могут сменить старые), воспаленные глаза, губы и язык. Рибофлавин находится в листовых овощах, мясе и молочных продуктах.

### Витамин В3 (ниацин)

Водорастворимый витамин В3 (ниацин) способствует быстрому расщеплению белков, углеводов и жира в энергию. Ниацин отвечает за здоровье кожи и нервной системы, клеточный метаболизм, энергетические функции. Ниацин эффективно снижает уровень холестерина, может предотвращать или облегчать головные боли, способствует снижению кровяного давления.

Признаки недостатка ниацина: усталость, отсутствие аппетита, несварение желудка, дерматит, слабая память, бессонница. Ниацин находится в проросших зернах, пивных дрожжах, гречке, картофеле и мясе.

### Витамин В5 (пантотеновая кислота)

Водорастворимый витамин В5 (пантотеновая кислота) принимает участие в жировом, углеводном и белковом обмене. Важнейшим свойством витамина В5 является его способность стимулировать производство гормонов надпочечников — глюкокортикоидов, что делает его мощным средством для лечения таких заболеваний как артрит, колит, аллергия и болезни сердца. Он играет важную роль в формировании антител, способствует усвоению других витаминов, а также принимает участие в синтезе нейротрансмиттеров. Витамин В5 регулирует функцию нервной системы и нервно-питательных процессов, снижает усталость и способствует преодолению эмоциональных нагрузок.

Признаки недостатка пантотеновой кислоты: усталость, тошнота, судороги желудка, бессонница, депрессия и апатия. Естественные источники витамина В5: апельсины, арахис, бананы, брокколи, горох, молоко, мясо и цельные крупы.

## Витамин В6 (пиридоксин)

Водорастворимый витамин В6 (пиридоксин) играет большую роль в обмене жиров и кроветворении. Пиридоксин необходим для нормального функционирования кровеносной, нервной и иммунной системы, влияет на когнитивные функции. Витамин В6 активно участвует во многих химических реакциях с участием белков и аминокислот, обеспечивает нормальное функционирование мозга, способствует хорошему сну.

Признаки недостатка пиридоксина: анемия, депрессия, раздражительность, усталость, головная боль, расстройства нервной системы и дерматит. Витамин В6 находится в пивных дрожжах, бананах, картофеле, помидорах, курице, рыбе и мясе.

## Витамин В12 (цианокобаламин)

Витамин В12 (цианокобаламин) оказывает существенное влияние на процессы обмена веществ — белков, синтез аминокислот, нуклеиновых кислот, пуринов. Витамин В12 защищает нервную систему, помогает ДНК синтезировать новые клетки, способствует нормальному росту, усиливает иммунитет, улучшает память и повышает жизненный тонус организма.

Признаки недостатка витамина В12: усталость, анемия, повышенная чувствительность кожи, язвы языка, нервные расстройства. Витамин В12 находится в пшеничных ростках, мясе и молочных продуктах.

## Хром

Хром обеспечивает организм энергией для превращения углеводов в глюкозу. Он является неотъемлемой частью иммунной системы человека. Хром обладает антисклеротическим действием, нормализует углеводный баланс, функцию щитовидной железы, состояние сердечной мышцы. Хром вовлечен в процесс образования инсулина, повышает его активность, поддерживая нормальную концентрацию сахара в крови.

Симптомы недостатка хрома: необъяснимое чувство тревоги, быстрое утомление, непереносимость сахара, задержка роста. Хром содержится в печени, мясе, птице, фасоли, горохе, пивных дрожжах, ростках пшеницы.

## Ванадий

Ванадий активно участвует во многих биологических реакциях, ускоряет выработку энергии, способствует обмену сахаров и жиров в крови, принимает участие в построении костей и зубов. Пищевые источники ванадия: черный перец, грибы, семена укропа, петрушка, пшеница.

## Инозит

Инозит входит в состав фосфолипидов, которые участвуют в построении клеточных мембран. Инозит абсолютно необходим для развития и функционирования клеток спинного мозга, стимулирует рост волос, участвует в метаболической регуляции и процессе роста. Инозит оказывает стимулирующее действие на моторную функцию пищеварительного аппарата, участвует в метаболизме жиров и холестерина, препятствует отложению жиров в печени и других органах. Важен для поддержания здоровых волос, предотвращает преждевременное их выпадение.

Дефицит инозита может привести к высокому кровяному давлению, высокому уровню холестерина, атеросклерозу, запору, выпадению волос. Инозит в высокой концентрации содержится в арахисе, соевых бобах, горохе, чечевице, орехах и вообще во всех семенах, побегах и ростках, а также в морепродуктах.

## Таурин

Полуэссенциальная аминокислота таурин необходима для метаболизма — производства энергии. Таурин участвует в синтезе многих других аминокислот, а также входит в состав основного компонента желчи, которая необходима для переваривания жиров, абсорбции жирорастворимых витаминов и поддержания нормального уровня холестерина в крови. Поэтому таурин полезен при атеросклерозе, отеках, заболеваниях сердца, артериальной гипертензии и гипогликемии. Таурин необходим для нормального обмена натрия, калия, кальция и магния. Он помогает нормальному функционированию сердечной мышцы и скелетной мускулатуры, белым кровяным клеткам и центральной нервной системе. Таурин присутствует в молочных продуктах, мясе и рыбе.

## D-рибоза

D-рибоза — это углевод, естественным образом присутствующий в организме человека, который жизненно необходим для синтеза АТФ — основной энергетической молекулы клетки. D-рибоза — это "мгновенная энергия", ключевая форма быстрой энергии для организма человека.

### Китайский лимонник



Ареал лимонника китайского охватывает Северный и частично Центральный Китай, большую часть Японии, почти весь полуостров Корею. В России лимонник распространен в Приморском крае, на юге Хабаровского края и Сахалинской области, а также на юго-западе Амурской области.

Лимонник усиливает возбуждение в коре головного мозга, повышает рефлекторную деятельность, стимулирует и тонизирует центральную нервную и сердечно-сосудистую систему, возбуждающе действует на функции дыхания, усиливает остроту зрения, используется при астенических и астенодепрессивных состояниях у психически и нервных больных, снижает содержание сахара в крови, расширяет периферические сосуды, усиливает сокращение матки. Лимонник

применяют как стимулирующее и адаптогенное средство при физическом и умственном переутомлении. Длительный прием адаптогена способствует повышению мышечной силы, жизненной емкости легких, физической и умственной работоспособности.

Это удивительное растение оказывает положительный эффект при адаптации организма к экстремальным внешним воздействиям. В частности, при резкой смене климатических условий можно отметить ускорение акклиматизации. Особый интерес представляет повышение защитных сил организма под влиянием лимонника. Так, в период приема его отмечается значительное снижение заболеваемости гриппом и простудными заболеваниями.

### Женьшень



"Корнем жизни" назвали люди это чудодейственное растение. Женьшень с незапамятных времен собирали и применяли не только в Китае, но и во многих других странах Востока. В Европе о нем стало известно лишь в XVII веке. В Китае и Корее он издавна считался символом справедливости и добра, залогом счастливой жизни, лекарством от всех болезней и недугов.

Учеными было установлено, что препараты из корня женьшеня действуют на различные функции организма, повышают его сопротивляемость, делают организм человека менее восприимчивым к различным заболеваниям. Эти препараты возбуждают деятельность центральной нервной системы, усиливают обмен веществ в организме, восстанавливают силы и работоспособность, снимают усталость после умственной и физической работы. Они улучшают аппетит, стимулируют тканевое дыхание, деятельность эндокринной системы и половых желез, увеличивают амплитуду сердечных сокращений, регулируют артериальное давление, способствуют ускоренному заживлению ран. Как видим, действие женьшеня универсально.

Применение женьшеня эффективно в период восстановления сил организма после тяжелых заболеваний, сложных хирургических вмешательств, затяжных осложнений различного происхождения, а также при длительном физическом и психическом переутомлении. Женьшень — сильный энергетический восстановитель; в этой связи он является средством, тонизирующим сердечную деятельность, восстанавливающим интеллектуальные и физические силы и, соответственно, повышающим энергичность; наконец, он повышает сопротивляемость слабо развивающегося зародыша. Особенно рекомендуется для предотвращения процессов старения и считается средством, продлевающим жизнь.

## Родиола



Растет родиола на альпийских и субальпийских лугах, занимает арктические и горные области в Европе и Азии, в Сибири, в горах Алтая, Тянь-Шаня, Дальнего Востока, в Карпатах. При легком соскабливании наружной буроватой поверхности корневища обнаруживаются ткани цвета старой позолоты, что и дало растению его второе название — "золотой корень".

Родиола розовая обладает стимулирующим действием, усиливает общую сопротивляемость организма, противодействует стрессам, помогает восстановлению сил после перенесенных заболеваний. Обладает противотуберкулезной и противоопухолевой активностью, повышает содержание кислорода в клетках всех органов и тканей — собственно, именно это и дает столь высокий лечебный эффект.

Экстракт корневища родиолы розовой оказывает стимулирующее действие, помогает при заболеваниях желудка, малярии, нервных болезнях, импотенции, снижает артериальное давление. Экстракт золотого корня способствуют дальнейшему сохранению энергии мозга за счет повышения содержания глюкозы в крови. Это обеспечивает лучшую работу мозга в условиях продолжительной физической нагрузки. При воздействии экстракта золотого корня становится более стабильным азотистый обмен. Экстракт золотого корня активируют также функцию щитовидной железы. Наружно экстракт используется как высокоэффективное ранозаживляющее средство для смазывания при пиоре, порезах, для полосканий при ангине.

Используют золотой корень и для приготовления чая, обладающего тонким, ароматическим запахом, приятными вкусовыми качествами. Кроме того, чай стимулирует центральную нервную систему. Такой напиток, обычно назначаемый при тяжелой физической или умственной работе, восстанавливает обмен веществ, обладает тонизирующим свойством.