

Recover

השימוש בערכה מזרז את שיקום הגוף לאחר זיהומים ויראליים בדרכי הנשימה ומסייע להפיטר מתסמיני הלואי שמלווים אותנו לאורך זמן.

הערכה כוללת:

- אושנמין, 2 אריזות של 15 סטיקים;
- קורל ארטישוק, אריזה אחת (90 כמוסות);
- פנטוקאן, 2 אריזות של 20 טבליות תוססות;
- סלניום, אריזה אחת (100 כמוסות צמחיות);
- MSM, אריזה אחת (60 כמוסות צמחיות);
- סופר-פלורה, אריזה אחת (90 כמוסות צמחיות);
- גריפונייה, אריזה אחת (60 כמוסות).

הערכה מסייעת ל:

- שיקום מאזן המינרלים של הגוף;
- זירוז תהליך הסילוק של רעלים;
- ויסות האזון הפסיכו-אמוציונלי ושיפור מצב הרוח;
- הקלה על תהליך ההירדמות ושיפור איכות השינה;
- שיקום המיקרופלורה של המעינים;
- חיזוק מערכת החיסון המוחלשת.

MSM – מוצר סינרגטי על בסיס גופרית אורגנית זמינה ביולוגית (MSM), ויטמין C וביוטין. הרכיבים הפעילים מסייעים לסילוק של מגוון חומרים רעילים, מגנים על התאים מפני סטרס חמצוני, משפרים את מצב העור, השיער והציפורניים. גופרית היא רכיב חיוני שמשמש לייצור של חומצות אמינו שונות, ויטמינים, אנזימים, חלבונים של מערכת החיסון ורכיבים של רקמות החיבור. היא מובילה את החומרים המזינים לשרירים ובכך מזרזת את השיקום שלהם.

סופר-פלורה – קומבינציה מאוזנת של פרוביוטיקה (חיידקי ביפידו ולקטו) ופרה-ביוטיקה אינולין לוויסות המיקרופלורה של המעינים. הגדלת כמות החיידקים המועילים במעינים משפרת את תהליך עיכול המזון ומחזקת את מערכת החיסון.

גריפונייה – שילוב של תמצית זרעי גריפונייה וויטמינים B6 ו-B12. גריפונייה משמשת כמקור של חומצת האמינו HTP-5 שמשותפת בהפקת "הורמון האושר" סרוטונין. הקומפלקס מסייע להפחית את תחושות החרדה והעצבנות, להגביר את הריכוז, לשפר את השינה ואת מצב הרוח.

אושנמין – מאפשר לשקם את מאזן המינרלים בגוף, תומך בפעילות הלב, השרירים ומערכת העצבים. משלים את המחסור באלקטרוליטים (בראש ובראשונה מגנזיום) ומגוון רחב של מינרלים נוספים ממי האוקיינוס העמוקים.

פנטוקאן – מקור של אשלגן פעיל, ויטמין C וריבוז. אשלגן מסייע לשיקום המהיר של משאבי האנרגיה לאחר מחלות ותומך בבריאות הלב. ויטמין C מניע את כוחות ההגנה של הגוף, מחזק את כלי הדם ומזרז את תהליך הריפוי. ריבוז הוא רכיב בתרכובת ה-ATP (אדנוזין-תלת-זרחתי) שמשפר את כושר העבודה הפיזי ומספק לגוף אנרגיה זמינה ומהירה.

קורל ארטישוק – מכיל הפטו-פרוטקטורים צמחיים ידועים, כגון: תמציות של ארטישוק, גדילן מצוי, שורש שן ארי ובטאין. התמציות של ארטישוק ושן ארי מזרזות את סילוק הרעלים, מחזקות את הפרשת המרה ומשפרות את תהליך העיכול. תמצית גדילן מצוי משקמת את תאי הכבד, ואילו בטאין משפר את תפקוד הכבד כאיבר מנקה רעלים.

סלניום – מכיל שילוב סינרגטי של נוגדי חמצון חיוניים – סלניום וויטמין C. עוזר לשמור על הסטטוס החיסוני של הגוף המוחלש. סלניום מנטרל רעלים, קושר מתכות כבדות ומסייע לסילוק שלהם מהגוף. בנוסף, סלניום שומר על בריאות הלב ומונע הצטברות של טרמובוציטים (טסיות הדם). משפיע באופן חיובי על בריאות השיער והציפורניים.

הוראות השימוש		יום 1-10	יום 11-30
במהלך היום		אושנמן – ממיסים תכולה של סטיק אחד ב-1 ליטר של מי שתייה בטמפרטורת החדר ומערבבים היטב לפני השתייה	
בבוקר לפני ארוחה		סופר-פלורה – 2 כמוסות כ-20 דקות לפני הארוחה	
בבוקר עם ארוחה		פנטוקאן* – 2 טבליות קורל ארטישוק – 2 כמוסות MSM – כמוסה אחת גריפוניה – כמוסה אחת	פנטוקאן* – טבליה אחת קורל ארטישוק – 2 כמוסות MSM – כמוסה אחת גריפוניה – כמוסה אחת
בערב לפני ארוחה		סופר-פלורה – כמוסה אחת כ-20 דקות לפני הארוחה	
בערב עם ארוחה		קורל ארטישוק – כמוסה אחת MSM – כמוסה אחת גריפוניה – כמוסה אחת סלניום** – כמוסה אחת	קורל ארטישוק – כמוסה אחת MSM – כמוסה אחת גריפוניה – כמוסה אחת סלניום** – כמוסה אחת

* פנטוקאן: יש להיצמד להוראות השימוש שמופיעות על תוית המוצר. מכיל ממתיק. צריכת יתר עלולה לגרום לשלשול.
** סלניום: לאחר סיום הטיפול נותרות 70 כמוסות באריזה. מומלץ להמשיך וליטול כמוסה אחת ביום בשעות הערב עם ארוחה.

התוויות נגד:

רגישות אישית לרכיבי המוצר, היריון והנקה.
יש להיוועץ עם רופא לפני השימוש.

המלצות משטר השתיה:

חשוב לשתות מים בכמות מספיק גבוהה כדי לעודד מערך תקין של תהליכי החילוף בגוף אשר משפיעים ישירות על משך השיקום לאחר מחלות.

- במהלך התוכנית מומלץ לשתות בכל יום לפחות 1.5 ליטר של מים, מתוכם 1 ליטר של מים עם אושנמן;
- יש להקפיד על שתיית מים איכותיים ונקיים;
- עדיף לשתות מים במנות של 200-250 מ"ל;
- לפתן פירות יבשים, חליטות של פירות וגרגרי יער, תה ירוק יכולים לשמש כמקור נוסף של חומרים פעילים ביולוגית;
- יש להימנע משתיית אלכוהול, משקאות מוגזים ומשקאות אנרגיה, להגביל צריכה של קפה ותה חזק.

המלצות תזונה ואורח חיים במהלך התוכנית:

- יש להעדיף מוצרים שעשירים בוויטמינים, מינרלים, סיבים תזונתיים, פרוביוטיקה ופרה-ביוטיקה;
- יש לצרוך יותר מזון עתיר בחלבון;
- יש לצרוך ירקות ופירות טריים באופן יומיומי;
- יש להגביל צריכה של מוצרים עתירים במלח וסוכר;
- יש להקפיד על שעות מסודרות של שינה וערות;
- מומלץ למתן את הפעילות הגופנית ולהימנע מעומס יתר;
- חוויות חיוביות והליכות בחוץ מועילות מאוד לתהליך השיקום.