



# *Składniki witalności*

Dla całej rodziny,  
dla lepszego życia

*bogactwo substancji bioaktywnych*

Doskonale przebadane  
produkty Dr. Jacob's



## Spis treści

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Niezwykła kurkuma                                | 3  |
| Kwasy tłuszczowe Omega-3: DHA i EPA              | 8  |
| Tarczycza i jelita – mało znane połączenie       | 10 |
| FizjoBalans – składniki dla aparatu ruchu        | 12 |
| Lactacholin – cholina, kwas mlekowy, witaminy B  | 13 |
| Koenzym Q <sub>10</sub>                          | 14 |
| Kwercetyna                                       | 16 |
| Składniki dla silnych nerwów                     | 17 |
| Aloe Vera                                        | 18 |
| Witaminy A D E K                                 | 19 |
| Witamina B <sub>12</sub>                         | 20 |
| Melatonina dla zdrowego snu                      | 23 |
| Super-antyutleniacz OPC                          | 24 |
| Coś dla niej, coś dla niego                      | 26 |
| Przyjemność i zdrowie: ReiChi Cafe i Herbata Chi | 28 |
| Składniki produktów                              | 30 |

## Niezwykła kurkuma

Kurkuma to proszek z korzenia rośliny *Curcuma longa* (ostryż długi). Ma intensywny żółto-pomarańczowy kolor i lekko gorzki smak. Od tysiącleci jest wykorzystywana zarówno w kuchni jak i medycynie Dalekiego Wschodu, gdzie jest tradycyjnym środkiem używanym m.in. w łagodzeniu bólu miesiączkowego, przy dolegliwościach żołądkowych i układu oddechowego, na trudno gojące się rany.

Kurkuma ma właściwości żółciopędne oraz pobudza wydzielanie soków trzustkowych i dlatego jest jedną z podstawowych przypraw w kuchni Azji Południowej. To ona nadaje wielu potrawom piękny złoty kolor.

Kurkuma jest jedną z lepiej przebadanych roślin. Napisano o niej ponad 3000 prac naukowych. Dlatego jest ona powszechnie stosowana do produkcji środków na zaburzenia trawienia, dysfunkcje trzustki, dla wzmacniania wątroby i wydzielania żółci.

Szczególne właściwości nadaje kurkumie jeden z jej aktywnych składników – **kurkumina**. Jest ona jednym z najsilniejszych antyutleniaczy (związków hamujących negatywny wpływ wolnych rodników tlenowych, które przyspieszają procesy starzenia się komórek).

*Warto zadbać, aby kurkuma była  
przyprawą na stałe goszczącą  
w naszej kuchni.*



## Kurkumina

Badacze zwracają szczególną uwagę na jeden ze składników kurkumy – **kurkuminę**, która jest bardzo aktywnym polifenolem. Wiele badań dowodzi, że ten polifenol ma działanie przeciwzapalne, gdyż hamuje nadmierną reakcję zapalną\*.

Bardzo obiecujące są wyniki badań przeprowadzonych w Instytucie Medycyny i Neurofizjologii (Jülich, Niemcy, 2014), gdzie badano wpływ składników kurkumy na mózg. Przypuszcza się, że mogą one przyspieszać procesy regeneracji komórek mózgowych po chorobie lub urazie. Naukowcy twierdzą, że mogą one także być elementem profilaktyki wczesnej demencji, choroby Alzheimera czy udaru mózgu.

Do podobnych wniosków doszli w 2007 roku badacze z Uniwersytetu Kalifornijskiego (Los Angeles, USA). Odkryli oni, że substancje zawarte w kurkumie pobudzają układ odpornościowy do niszczenia białek, które mogą zakłócać przewodnictwo komórek nerwowych w mózgu, co może być przyczyną zaburzeń pamięci, a nawet obumierania neuronów.

Naukowcy zajmujący się demencją z dużą nadzieją patrzą na składniki zawarte w kurkuminie.

Kurkumina stanowi zaledwie 2 – 5 % kurkumy. Dlatego osoby, które chcą uzyskać pozytywne efekty dla mózgu, profilaktyki wczesnej demencji, sprawności komórek nerwowych czy hamowania ewentualnych reakcji zapalnych, powinny sięgnąć po skoncentrowane wyciągi z kurkumy.

### Ważne jest połączenie z lipidami

Kurkumina jest trudnoprzyswajalna, ale jest sposób by to zmienić – należy spożywać ją w produkcie, gdzie jest połączona z tłuszczami (lipidami) lub kwasami tłuszczowymi (np. kwas stearynowy). To znacząco zwiększa jej przyswajalność.

*\*Ma ona także inne właściwości, o których z przyczyn prawnych nie możemy napisać w tej broszurce – zainteresowanych odsyłamy do literatury lub publikacji w internecie. Dotyczy to także innych substancji występujących w tej broszurce.*

# Neuracur

## Dla mózgu i sprawności umysłowej

- ✓ **Kurkumina, która przenika barierę krew-mózg**
- ✓ **Od 65. do 285. razy większa biodostępność w porównaniu ze zwykłą kurkumina**
- ✓ **Z witaminami dla sprawności umysłowej oraz metabolizmu homocysteiny**

### Zoptymalizowana biodostępność

Zoptymalizowana kurkumina **Longvida®**, zawarta w **Neuracur**, ma od **65. do 285. razy wyższą biodostępność** niż konwencjonalne kurkuminy. Szybko przenika do krwi a następnie dociera do mózgu. Kurkumina ma bardzo korzystny wpływ na mózg i jego neurony gdyż wzmacnia działanie DHA (kwas omega-3), który wpływa na prawidłowe funkcjonowanie mózgu (Biochim Biophys Acta. 2015).

| Zawartość w:                                | 2 kapsułki* | % RWS** |
|---------------------------------------------|-------------|---------|
| Longvida® kurkumina zoptymalizowana         | 400 mg      |         |
| w tym kurkumina                             | 80 mg       |         |
| Cholina                                     | 82,5 mg     |         |
| Kwas foliowy (witamina B <sub>9</sub> )     | 120 µg      | 60 %    |
| Witamina B <sub>6</sub>                     | 0,84 mg     | 60 %    |
| Witamina B <sub>12</sub>                    | 5 µg        | 200 %   |
| Kwas pantotenowy (witamina B <sub>5</sub> ) | 12 mg       | 200 %   |

\* 1 porcja dzienna; \*\* Referencyjne wartości spożycia dziennego

Neuracur zawiera kwas pantotenowy, który wspiera sprawność umysłową.

Kwas foliowy, witamina B<sub>6</sub> oraz witamina B<sub>12</sub> wspierają prawidłowe funkcje psychologiczne, a wraz z choliną przyczyniają się do prawidłowego metabolizmu homocysteiny.

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:  
2 kapsułki popite 200 ml płynu.

**30 porcji**

**Neuracur** suplement diety  
**60 kapsułek** roślinnych



# Kurkumin Fosfolipidy

29 razy wyższa biodostępność

- ✓ Skuteczność udowodniona w 24 badaniach klinicznych z udziałem 1800 uczestników
- ✓ Doskonale przenika przez błonę komórkową

## Super przyswajalność

Połączenie cząsteczki kurkuminy z naturalnymi fosfolipidami **29 razy** zwiększa biodostępność kurkuminy. Dzięki temu kurkumina może znacznie lepiej przenikać błony komórkowe i dostać się do wnętrza komórki. Świetnie przenika także barierę krew-mózg.

Kurkumina to super-antyutleniacz, działa przeciwzapalnie, dlatego polecana jest dla osób z tendencjami do stanów zapalnych lub przy ich występowaniu.

Kurkumina ma także korzystny wpływ na mózg oraz neurony – dzieje się tak dlatego, że wzmacnia działanie kwasu omega-3 DHA (więcej informacji na str. 8). DHA jest ważne dla regeneracji komórek nerwowych oraz prawidłowego funkcjonowanie mózgu (Biochim Biophys Acta. 2015).

Produkt oczyszczony z piperyny (składnik występujący m.in. w pieprzu), który może powodować niekorzystne interakcje.



Zawartość w: 2 kapsułki\*

Fosfolipidy kurkuminy 1000 mg

w tym kurkumina 200 mg

Krzem 20 mg

\* 1 porcja

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:  
2 kapsułki z posiłkiem.

**30 porcji**

**Kurkumin Fosfolipidy** suplement diety  
**60 kapsułek** roślinnych

# Kurkumin K<sub>2</sub>

Dla kości i układu odpornościowego

- ✓ Połączenie kurkumina + fosfolipidy – super korzystne dla bioprzyswajalności
- ✓ Z witaminami D<sub>3</sub>, K<sub>1</sub> i K<sub>2</sub>
- ✓ Szczególnie wysoka biodostępność i tolerancja

Składniki zawarte w produkcie sprzyjają zdrowiu kości i stawów oraz hamują procesy zapalne.

| Zawartość w:          | kapsułce <sup>1</sup> | % RWS <sup>3</sup> | 2 kapsułkach <sup>2</sup> | % RWS <sup>3</sup> |
|-----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|
| Fosfolipidy kurkuminy | 450 mg                |                    | 900 mg                    |                    |
| w tym kurkumina       | 90 mg                 |                    | 180 mg                    |                    |
| Witamina K            | 75 µg                 | 100 %              | 150 µg                    | 200 %              |
| w tym K <sub>1</sub>  | 37,5 µg               | 50 %               | 75 µg                     | 100 %              |
| w tym K <sub>2</sub>  | 37,5 µg               | 50 %               | 75 µg                     | 100 %              |
| Witamina D            | 5 µg                  | 100 %              | 10 µg                     | 200 %              |
| Krzem                 | 12 mg                 |                    | 24 mg                     |                    |

<sup>1</sup> 1 porcja; <sup>2</sup> 2 porcje (porcja dzienna); <sup>3</sup> Referencyjne wartości spożycia (RWS)

**Witamina K<sub>2</sub> MK-7** ma najwyższą przyswajalność i bioaktywność. Stymuluje tworzenie komórek budujących kości. U kobiet po menopauzie i osób starszych 45 mcg witaminy K<sub>2</sub> działa korzystnie na utrzymanie prawidłowej gęstości kości. **Witamina K<sub>1</sub>** jest niezbędna dla prawidłowej krzepliwości krwi.

**Witamina D** jest niezbędna dla utrzymania prawidłowego poziomu wapnia i fosforu we krwi, zdrowia kości i zębów oraz dla pracy systemu odpornościowego. Polepsza sprawność mięśni i zmniejsza ryzyko upadków u osób starszych.

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:  
1-2 kapsułki popite 200 ml płynu.

**60 porcji**

**Kurkumin K2** suplement diety  
**60 kapsułek** roślinnych



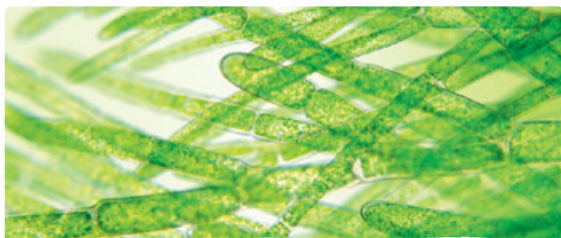
## Kwasy DHA i EPA

**DHA** (kwas dokozaheksaenowy) i **EPA** (kwas eikozapentaenowy) to bardzo ważne dla zdrowia długocuchowe kwasy omega-3. Są one jednymi z podstawowych elementów budulcowych każdej komórki ciała – niezbędne do budowy błon komórkowych, komórek nerwowych (m.in. mózgu i oczu), ważne dla gospodarki tłuszczowej (obniżanie poziomu cholesterolu LDL i trójglicerydów, podwyższanie korzystnego cholesterolu HDL), rozrzedzają krew, przeciwdziałają zakrzepom, korzystnie wpływają na ciśnienie krwi. Poprawiają elastyczność naczyń krwionośnych (w tym mózgowych).

Bardzo ważną ich cechą jest oddziaływanie na mózg – zwiększają efektywność jego pracy (ważne szczególnie dla uczących się i osób starszych) oraz są ważne dla profilaktyki wczesnej rozwoju chorób neurodegeneracyjnych (m.in. Alzheimer, Parkinson, stwardnienie rozsiane).

Objawy niedoboru: suchość skóry; choroby oczu; chroniczne zmęczenie; problemy z pamięcią; choroby serca, zaburzenia krążenia i nastroju, depresja.

DHA i EPA praktycznie nie są wytwarzane przez organizm i muszą być dostarczane z pożywieniem lub suplementami. DHA i EPA są pozyskiwane zwykle z tłuszczu z odpadów przy przetwarzaniu ryb. Proponowane przez nas kwasy DHA i EPA pozyskane są z alg *Schizochytrium* (mikroskopijne rośliny wodne – to z nich ryby pozyskują te kwasy). Algi są hodowane w ekologicznie czystych zbiornikach, co chroni przed ewentualnym zanieczyszczeniem metalami ciężkimi, które mogą występować w rybach.





# DHA-EPA

## Witamina E + DHA-EPA

Kwasy tłuszczowe omega-3 z mikroalg

### Kwasy tłuszczowe DHA i EPA:

- dla utrzymania prawidłowych funkcji mózgu i prawidłowego widzenia (przy codziennym spożyciu min. 250 mg DHA – 2 kapsułki),
- dla prawidłowej czynności serca (przy codziennym spożyciu min. 250 mg DHA i EPA – 1 kapsułka),
- przy problemach z nauką szkolną oraz niskiej zdolności przyswajania wiedzy,
- przy zaburzeniach pamięci i koncentracji,
- przy nadpobudliwości psychoruchowej.

### Spożywanie DHA (min. 200 mg dziennie) w okresie ciąży i karmienia piersią:

- dla rozwoju układu nerwowego dziecka (funkcje psychoruchowe i intelektualne),
- w celu prawidłowego rozwoju i funkcjonowania narządu wzroku u dziecka.

### Witamina E + DHA-EPA

suplement diety

250 ml

| Zawartość w: | 5 ml <sup>1</sup>                        | 10 ml <sup>2</sup>                       |
|--------------|------------------------------------------|------------------------------------------|
| Witamina E   | 36 mg <sup>3</sup> (300 % <sup>4</sup> ) | 72 mg <sup>3</sup> (600 % <sup>4</sup> ) |
| Kwas DHA     | 170 mg                                   | 340 mg                                   |
| Kwas EPA     | 85 mg                                    | 170 mg                                   |

<sup>1</sup> porcja; <sup>2</sup> dwie porcje (porcja dzienna); <sup>3</sup> Referencyjne wartości spożycia (RWS); <sup>4</sup> ekwiwalent D-α-tokoferolu.

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 5-10 ml.

25-50 porcji



### DHA-EPA suplement diety 60 kapsulek roślinnych

60 porcji

| Zawartość w: | 1 kapsułka |
|--------------|------------|
| Kwas DHA     | 167 mg     |
| Kwas EPA     | 83 mg      |

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: kapsułka wraz z posiłkiem.



# Tarczycza i jelita - mało znane, lecz ważne powiązanie

## Gdy brak składników odżywczych

W wielu przypadkach problemy z tarczycą mają swój początek w jelitach (zwłaszcza przy zespole jelita drażliwego lub nieszczelnego). Często suplementacja brakujących składników nie przynosi efektu ponieważ niedobory powstały nie z powodu braku składników w pożywieniu, lecz z powodu niemożności ich przyswojenia. Bez usunięcia przyczyny, samo dostarczanie np.: jodu oraz selenu nie przynosi większego efektu.

## Jod, selen plus bakterie jelitowe

Jod, selen oraz witamina B12 to składniki, których obecnie brakuje bardzo dużej liczbie osób. Lecz to właśnie **bakterie jelitowe** są w dużej mierze odpowiedzialne np. za zdolność przyswajania w jelitach witaminy B12. Dlatego podawanie niektórych składników razem z bakteriami probiotycznymi jest bardzo wskazane.

Bakterie *Lactobacillus plantarum* oraz *Bifidobacterium breve* korzystnie działają na funkcjonowanie jelit. Są szczególnie ważne w przypadku zespołu jelita drażliwego i także przy nieszczelności jelit. Mają dobroczynny wpływ na odnowienie flory jelitowej i ogólną kondycję jelita grubego. Poprawiają także ogólny stan jelit i zwiększają zdolność wchłaniania składników odżywczych, co zapobiega powstawaniu niedoborów.

## Wiedza w służbie zdrowiu

Podawanie składników ważnych dla prawidłowego funkcjonowania tarczycy (jod i selen) razem z wyselekcjonowanymi bakteriami przynosi bardzo dobre efekty. Co ważne, bakterie jelitowe są mikroapsułkowane, a przez to chronione przed zniszczeniem przez kwas żołądkowy i żółć. Uwalniają się dopiero w jelicie grubym.

# Jod + Selen *probio*

*Jod, selen, witamina B<sub>12</sub> oraz miliardy bakterii dla zdrowia tarczycy i jelit*

**Składniki zawarte w Jod + Selen *probio* mają udowodniony naukowo wpływ na następujące funkcje organizmu:**

- jod i selen wspomagają funkcjonowanie tarczycy,
- jod i witamina B<sub>12</sub> przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania metabolizmu energetycznego oraz układu nerwowego.

**Bakterie probiotyczne *Lacto* i *Bifido*:**

- utrzymują prawidłowe środowisko i pH jelit, usprawniają przemianę materii oraz funkcje jelit,
- chronią i pielęgnują błonę śluzową jelit,
- hamują rozrost niekorzystnych bakterii i grzybów, które są źródłem szkodliwych toksyn,
- wytwarzają  $\beta$ -galaktozydazę rozkładającą laktozę.
- korzystnie wpływają na układ odpornościowy, produkcję przeciwciał,

## **Jod + Selen *probio***

*suplement diety*

**90 kapsułek roślinnych**

**90 porcji**

**Produkt wegański,** zawiera organiczny jod z alg morskich. Bakterie *Lacto* i *Bifido* nie zawierają składników mleka oraz są mikrokapsułkowane (uwalniają się w okrężnicy).



| Zawartość w:                                | 1 kapsułce*                  | 2 kapsułkach*                |
|---------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| Jod                                         | 140 µg (93 % <sup>#</sup> )  | 280 µg (187 % <sup>#</sup> ) |
| Selen                                       | 27,5 µg (50 % <sup>#</sup> ) | 55 µg (100 % <sup>#</sup> )  |
| Witamina B <sub>12</sub> (metylokobalamina) | 2,5 µg (100 % <sup>#</sup> ) | 5 µg (200 % <sup>#</sup> )   |
| Lakto- i Bifidobakterie                     | 1,5 miliardów                | 3 miliardy                   |

\* 1 kapsułka = 1 porcja, 2 kapsułki = 2 porcje (porcja dzienna); <sup>#</sup> referencyjne wartości spożycia dziennego (RWS).

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1-2 kapsułki dla dorosłych, kobiet w ciąży i matek karmiących; 1 kapsułka dla dzieci od 7 lat. Spożywać na czczo lub między posiłkami.

# FizjoBalans suplement diety

Aktywne składniki dla układu ruchu  
oraz balansu kwasowo-zasadowego

**Składniki zawarte w FizjoBalans mają wpływ na:**

- Tworzenie kolagenu dla budowy zdrowych kości oraz chrząstek – witamina C,
- Utrzymanie zdrowia kości – wapń, magnez, witamina D,
- Funkcje mięśni – potas, magnez,
- Pracę nerwów – potas, witamina B<sub>1</sub>,
- Zmniejszenie poczucia zmęczenia – magnez, witamina C,
- Metabolizm kwasowo-zasadowy – cynk,
- Utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi – potas.

**FizjoBalans Dr. Jacob's** to smaczne połączenie jagód, glukozaminy z warzyw oraz organicznych związków mineralnych: cytrynianów i mleczanów. Glukozamina (roślinna) i witamina C są potrzebne do tworzenia chrząstek, włókien kolagenowych i mazi stawowej.

Składniki **FizjoBalans** wspomagają zdrowie i dobre funkcjonowanie kości, mięśni i chrząstek – lepszą mobilność i witalność.

To produkt dla wszystkich, którzy chcą zadbać o swoje stawy i kości oraz dobre funkcjonowanie mięśni. Polecany szczególnie uprawiającym sport i po 50. roku życia.



| Zawartość w:                                                                    | 1 M* = 6 g <sup>1</sup> | % RWS <sup>2</sup> |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------|
| Potas                                                                           | 640 mg                  | 32 %               |
| Wapń                                                                            | 230 mg                  | 29 %               |
| Magnez                                                                          | 180 mg                  | 48 %               |
| Cynk                                                                            | 2,5 mg                  | 25 %               |
| Witamina C                                                                      | 120 mg                  | 150 %              |
| Witamina B <sub>1</sub>                                                         | 0,4 mg                  | 36 %               |
| Witamina D                                                                      | 2,5 µg                  | 50 %               |
| Krzem                                                                           | 20 mg                   | -                  |
| Glukozamina                                                                     | 400 mg                  | -                  |
| Miarka; <sup>1</sup> 1 M = 1 porcja <sup>2</sup> Referencyjne wartości spożycia |                         |                    |

**50 porcji**

**FizjoBalans suplement diety 300g**

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1–2 razy dziennie miarka (6g) rozpuszczona w 250 ml soku lub wody gazowanej. Pić do posiłku.

*Przy alkalozie, niewydolności nerek, nadmiarze potasu – skonsultować z lekarzem.*

# Lactacholin suplement diety

Dla układu nerwowego, wątroby  
oraz metabolizmu tłuszczów

**Składniki zawarte w Lactacholin mają wpływ na:**

- Prawidłowe funkcjonowanie wątroby, metabolizm tłuszczów i cholesterolu – cholina,
- Metabolizm homocysteiny – cholina, witaminy B<sub>6</sub> i B<sub>12</sub>,
- Metabolizm energetyczny i zmniejszenie poczucia zmęczenia – witaminy B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, niacyna,
- Funkcje psychologiczne i praca układu nerwowego – witaminy B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, niacyna,
- Pracę układu odpornościowego – witaminy B<sub>6</sub> i B<sub>12</sub>,
- Ochronę skóry i błon śluzowych – witamina B<sub>2</sub>, niacyna.

**Cholina** jest niezbędna dla pracy wątroby i trawienia tłuszczów. Buduje osłonki komórek nerwowych. Jej obniżony poziom w mózgu występuje np. w chorobie Alzheimera. Większość osób spożywa jedynie 10% dziennego zapotrzebowania na cholinę (450-550 mg). Jej suplementacja jest szczególnie ważna w okresie ciąży i laktacji, u spożywających alkohol, wegetarian, po 50. roku życia.

**Prawoskrętny kwas mlekowy** odżywia bakterie jelitowe, stanowi paliwo dla serca i mózgu. Utrzymuje kwaśne środowisko jelita grubego.

**Kompleks witamin z grupy B** ma wpływ na wiele ważnych funkcji życiowych organizmu.

|                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| Zawartość w:             | 1 × 3 ml        |
| Cholina                  | 250 mg          |
| Witamina B <sub>1</sub>  | 0,83 mg (75 %*) |
| Witamina B <sub>2</sub>  | 1,1 mg (75 %*)  |
| Niacyna                  | 8 mg EN (50 %*) |
| Witamina B <sub>6</sub>  | 0,5 mg (36 %*)  |
| Witamina B <sub>12</sub> | 2,5 µg (100 %*) |

|                    |         |
|--------------------|---------|
| L-(+)-kwas mlekowy | 1400 mg |
|--------------------|---------|

\*Referencyjne wartości spożycia; EN = ekwiwalent niacyny.

**33 porcje**

**Lactacholin suplement diety 100 ml**

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1-2 razy dziennie 3 ml rozcieńczone w 300 ml wody lub soku. Pić do posiłku.

*Nie stosować przy niewydolności wątroby i nadwrażliwości żołądka.*



## Koenzym Q<sub>10</sub>

**Koenzym Q<sub>10</sub>** to substancja bardzo ważna dla życia – występuje w każdej komórce naszego ciała. Nasz organizm wytwarza go samodzielnie. Q<sub>10</sub> jest jednym z najsilniejszych antyutleniaczy, który chroni komórki przed uszkodzeniami i przeciwdziała procesom starzenia. Jest ważny dla funkcjonowania mitochondriów – elektrowni komórkowych odpowiedzialnych za wytwarzanie energii. Wspomaga pracę układu odpornościowego.

Szczególnie dużo Q<sub>10</sub> znajduje się w komórkach nieustannie pracującego mięśnia sercowego. Koenzym Q<sub>10</sub> jest ważny dla prawidłowej pracy serca. Serce jest wrażliwe na niedobory Q<sub>10</sub>. Badania wykazały, że przyjmowanie tego koenzymu jest ważnym elementem dbania o serce.

Ilość Q<sub>10</sub> w komórkach maleje stopniowo wraz z wiekiem. Proces ten zaczyna się już po 35 roku życia i wtedy zaleca się rozpoczęcie suplementacji. Więcej Q<sub>10</sub> potrzebują osoby uprawiające sport lub pracujące fizycznie. Ilość Q<sub>10</sub> w komórkach może być także gwałtownie ograniczona przez różne stany chorobowe oraz silny lub długotrwały stres. Ważnym jest aby suplementowany Q<sub>10</sub> był połączony z innymi składnikami powodującymi efekt synergii – wzajemnego wspomagania.

Niektórymi z objawów zbyt niskiego poziomu Q<sub>10</sub> w komórkach mogą być: zespół przewlekłego zmęczenia, obniżenie odporności, spadek wydolności fizycznej, zmniejszenie wydolności serca i zaburzenia jego pracy, zły stan dziąseł, nasilone procesy starzenia się tkanek – zauważalne szczególnie w wyglądzie skóry (staje się ona cieńsza, bardziej sucha, marszczy się).

Koenzym Q<sub>10</sub> znajdziesz m.in. w rybach, podrobach, olejach, szpinaku, brokułach i produktach pełnoziarnistych. Jest on wrażliwy na wysoką temperaturę oraz długie przechowywanie. Ginie przy gotowaniu i nie ma go w żywności przetworzonej.

# Q<sub>10</sub> Synergia

Dla metabolizmu energetycznego,  
wzroku, błon śluzowych

- ✓ Witaminy z grupy B, luteina, tauryna i L-karnityna
- ✓ Najwyższej jakości koenzym Q<sub>10</sub>

| Zawartość w:              | 1 miarka (800 mg)* | % RWS** |
|---------------------------|--------------------|---------|
| Koenzym Q <sub>10</sub>   | 50 mg              | –       |
| Witamina B <sub>2</sub>   | 4,2 mg             | 300 %   |
| Niacyna (B <sub>3</sub> ) | 16 mg EN***        | 100 %   |
| Witamina B <sub>12</sub>  | 7,5 µg             | 300 %   |
| Tauryna                   | 230 mg             | –       |
| L-karnityna               | 50 mg              | –       |
| Lecytyna                  | 93 mg              | –       |
| Krzem                     | 16 mg              | –       |
| Luteina                   | 5 mg               | –       |

\*1 porcja dzienna; \*\* Referencyjne wartości spożycia (RWS);  
\*\*\* EN = ekwiwalent niacyny

Składniki zawarte w **Q<sub>10</sub> Synergia** przyczyniają się do następujących prawidłowych funkcji organizmu:

- **Wytwarzanie energii w komórkach i redukcja poczucia zmęczenia** (witaminy B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>12</sub>),
- **Prawidłowe funkcje układu nerwowego** (witaminy B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>12</sub>),
- **Prawidłowe widzenie** (witamina B<sub>2</sub>),
- **Utrzymywanie zdrowia skóry i błon śluzowych** (witaminy B<sub>2</sub> i B<sub>3</sub>),
- **Prawidłowe podziały komórek** (B<sub>12</sub> jako metylokobalamina).

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:  
1 płaska miarka. Wsypać do ust, rozprawa-  
dzić w jamie ustnej językiem, odczekać aż  
produkt zostanie wchłonięty przez błony  
śluzowe. Lecytyna ułatwia wchłanianie  
składników przez błonę śluzową jamy ustnej.

**100 porcji**

**Q10 Synergia** suplement diety  
80 g



# Kwercetyna Fosfolipidy

*Dla odporności, przeciw reakcjom zapalnym i stresowi oksydacyjnemu*

- ✓ **Większa biodostępność dzięki kompleksowi kwercetyna-bromelaina-papaina-fosfolipidy**
- ✓ **Cynk i selen dla odporności**

**Kwercetyna**, **bromelaina** oraz **papaina** to naturalne enzymy roślinne. **Kwercetyna** wykazuje działanie przeciwalergiczne, przeciwzapalne i przeciwhistaminowe. Uszczelnia naczynia krwionośne, przeciwdziała zlepianiu się płytek krwi (zakrzepom). Jest silnym antyutleniaczem. **Bromelaina** łagodzi stany zapalne, zmniejsza ból, przyspiesza gojenie się ran oraz kontuzji, zmniejsza lepkość płytek krwi. **Papaina** także ma właściwości przeciwzapalne oraz przyspiesza gojenie ran.

| Zawartość w:           | kapsułce*      | 2 kapsułkach* |
|------------------------|----------------|---------------|
| Kwercetyna-fosfolipidy | 250 mg         | 500 mg        |
| w tym kwercetyna       | 100 mg         | 200 mg        |
| Cynk                   | 3 mg (30%#)    | 6 mg (60%#)   |
| Selen                  | 27,5 µg (50%#) | 55 µg (100%#) |
| Krzem                  | 2 mg           | 4 mg          |
| Bromelaina             | 100 mg         | 200 mg        |
| Papaina                | 80 mg          | 160 mg        |

\*kapsułka = porcja; 2 kapsułki = 2 porcje (porcja dzienna); # Referencyjne wartości spożycia (RWS).

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 1–2 kapsułki popite 200 ml płynu.

**60 porcji**

**Kwercetyna fosfolipidy**  
*suplement diety*  
**60 kapsułek** roślinnych





# Silne nerwy

## Spokój i odporność psychiczna

- ✓ **Różeniec górski, ashwagandha, grzybek reishi oraz witaminy B1 i B5**
- ✓ **Naturalne składniki dla równowagi wewnętrznej, spokoju i odporności psychicznej**

**3 silne ekstrakty roślinne z: różenca górskiego** – zawiera co najmniej 3% rozawiny i 1% salidrozydu (ekstrakt RhodioliLife®); **grzybka reishi** – zawiera 30% polisacharydów i 2% triterpenów; **ashwagandhy** – zawiera co najmniej 7% aktywnych witanolidów.

**Jeszcze mocniejszy efekt dzięki witaminie B1**, która wspomaga prawidłowe funkcjonowanie nerwów i psychiki, oraz **B5** – wspiera prawidłową sprawność umysłową, redukcję poczucia zmęczenia oraz tworzenie i metabolizm niektórych neuroprzekazników.

| Zawartość w:           | 2 kapsułki <sup>1</sup>     | 4 kapsułki <sup>2</sup>     |
|------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Ekstrakt z różenca     | 180 mg                      | 360 mg                      |
| Ekstrakt z reishi      | 180 mg                      | 360 mg                      |
| Ekstrakt z ashwagandhy | 180 mg                      | 360 mg                      |
| Witamina B1            | 0,55 mg (50% <sup>3</sup> ) | 1,1 mg (100% <sup>3</sup> ) |
| Kwas pantotenowy (B5)  | 3 mg (50% <sup>3</sup> )    | 6 mg (100% <sup>3</sup> )   |

<sup>1</sup> porcja; <sup>2</sup> 2 porcje (porcja dzienna); <sup>3</sup> Referencyjne wartości spożycia.

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 1–2 kapsułki rano oraz w południe, popite niewielką ilością płynu.

**50 porcji**

**Silne nerwy** suplement diety  
**100 kapsułek** roślinnych



# Aloe Vera

## Orzeźwiający sok z aloesu

- ✓ Z ekologicznych plantacji Andaluzji
- ✓ Bioaktywny aloes i wiśnia Acerola
- ✓ Dla skóry, odporności oraz witalności
- ✓ Bez cukru, dodatków i konserwantów

**AloeVera** to najwyższej jakości bioaktywny aloes z upraw ekologicznych w Andaluzji. Sok jest pozyskiwany w niskiej temperaturze i pasteryzowany na zimno. W **AloeVera** zachowane są wszystkie bioaktywne składniki i ma on jakość świeżo wyciśniętego soku.

**Witamina C z wiśni Acerola**, zawarta w **AloeVera** m.in. wspomaga: tworzenie kolagenu, prawidłowe funkcjonowanie skóry oraz odporność.

| Zawartość w:                      | 100 ml                     | 1 porcji <sup>1</sup>      |
|-----------------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Wartość kaloryczna                | 5 kJ/1 kcal                | 7 kJ/2 kcal                |
| Tłuszcz                           | 0 g                        | 0 g                        |
| – w tym nasycone kwasy tłuszczowe | 0 g                        | 0 g                        |
| Węglowodany                       | <0,5 g                     | <0,5 g                     |
| – w tym cukier                    | <0,5 g                     | <0,5 g                     |
| Białko                            | 0 g                        | 0 g                        |
| Sól                               | <0,01 g                    | <0,01 g                    |
| Witamina C                        | 50 mg (63 % <sup>2</sup> ) | 63 mg (78 % <sup>2</sup> ) |

<sup>1</sup> porcja = 125 ml; <sup>2</sup> Referencyjne wartości spożycia dziennego (RWS).

**AloeVera** jest nie tylko do picia – można go także stosować do zabiegów pielęgnacyjnych. Przepisy są w **Czytelni na DrJacobs.pl**

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 125 ml przed posiłkiem. Można dosłodzić do smaku (np. ksylitolem). Wstrząsnąć przed użyciem!

**8 porcji**

**Aloe Vera Dr. Jacob's**  
suplement diety  
**1000 ml**



# Witamina ADEK

## Współdziałanie czterech witamin

- ✓ Cztery witaminy rozpuszczalne w tłuszczach
- ✓ Szerokie spektrum działania
- ✓ Optymalna biodostępność: wchłaniają się w ustach

**Witamina A dla:** prawidłowego widzenia, funkcjonowania układu odpornościowego, zachowania zdrowej skóry, prawidłowego stanu błon śluzowych, metabolizmu żelaza. **Witamina D<sub>3</sub> dla:** układu odpornościowego, przyswajania wapnia, zdrowych kości i zębów, funkcji mięśni. **Witamina E dla:** ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym i spowalniania procesów starzenia (witamina E to jeden z najsilniejszych naturalnych antyutleniaczy). **Witamina K<sub>2</sub> dla:** prawidłowej krzepliwości krwi, zdrowych kości i zębów.

| Zawartość w: | 1 kropli<br>2 kroplach          | % RWS <sup>1</sup> |
|--------------|---------------------------------|--------------------|
| Witamina A   | 240 µg (800 j.m.) <sup>2</sup>  | 30 %               |
|              | 480 µg (1600 j.m.) <sup>2</sup> | 60 %               |
| Witamina D   | 20 µg (800 j.m.)                | 400 %              |
|              | 40 µg (1600 j.m.)               | 800 %              |
| Witamina E   | 4 mg <sup>3</sup>               | 33 %               |
|              | 8 mg <sup>3</sup>               | 66 %               |
| Witamina K   | 20 µg                           | 26,5 %             |
|              | 40 µg                           | 53 %               |

<sup>1</sup> % referencyjnych wartości spożycia; <sup>2</sup> ekwiwalent retinolu; <sup>3</sup> ekwiwalent tokoferolu.

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: 1-2 krople na łyżeczce lub wprost do ust.

**Uwaga:** osoby przyjmujące leki przeciwzakrzepowe (antagonistów witaminy K, jak antykoagulant typu kumaryny) powinny skonsultować przyjmowanie produktu z lekarzem!

**600 porcji**

**Witamina ADEK** suplement diety  
20 ml



## Witamina B<sub>12</sub>

**Witamina B<sub>12</sub>** jest bardzo ważna dla funkcjonowania nerwów i wytwarzania energii w komórkach. Bierze udział w podziałach komórek oraz tworzeniu DNA i RNA. Jest także konieczna do wytworzenia osłonek mielinowych neuronów oraz produkcji neuroprzekaźników. Bierze również udział w trawieniu komórkowym węglowodanów, białek i tłuszczów. Poprawia apetyt i ułatwia przemianę żelaza. Jest potrzebna do produkcji czerwonych krwinek. Witamina B<sub>12</sub> jest ważna dla dobrej pamięci, koncentracji oraz zdolności poznawczych (uczenie się). W każdym wieku jest ona niezbędna do zachowania zdrowia psychicznego i sprawności umysłowej.

W pożywieniu jest jej niewiele. Wytwarzana jest przez bakterie jelitowe. Od nich także zależy zdolność do przyswajania jej w jelicie grubym.

### **Niedobór witaminy B<sub>12</sub>**

Zaledwie kilkanaście procent osób ma prawidłowy poziom witaminy B<sub>12</sub> we krwi. Niedobór mają zwykle osoby z niewłaściwą florą bakteryjną jelit (np. często stosujące antybiotyki) lub jedzące mało pokarmów odżywiających te bakterie (szczególnie błonnik). Jedną z najczęstszych przyczyn niedoboru B<sub>12</sub> są choroby autoimmunologiczne. Poziom B<sub>12</sub> można sprawdzić prostym badaniem krwi.

Niedobór B<sub>12</sub> wywołuje różne rodzaje objawów. Powstają one w długim czasie, kiedy stopniowo wyczerpują się zapasy B<sub>12</sub>. Dlatego często nie są łączone z niedoborem B<sub>12</sub>. Najgroźniejszymi są te ze strony:

- **układu krwiotwórczego:**
  - bolesne zajady w kącikach ust
  - osłabienie, niekiedy anemia,
- **układu pokarmowego:**
  - utrata smaku i apetytu, chudnięcie,
  - chroniczne zmęczenie i brak siły,

**- układu nerwowego:**

- mrowienie w rękach i nogach,
- osłabienie wzroku,
- zaburzenia równowagi i chodu,
- utrata czucia głębokiego,

**- a także zaburzenia psychiczne:**

- zaburzenia o naturze depresyjnej
- ciągłe poczucie niepokoju
- zmiany osobowości, zachowania
- łagodne zaburzenia pamięci
- zaburzenia poznawcze (nawet do demencji).

## **Suplementowanie B<sub>12</sub>**

Ze względu na małą ilość witaminy B<sub>12</sub> w pożywieniu oraz częste trudności z jej wchłanianiem, suplementacja B<sub>12</sub> jest polecana praktycznie dla każdego, szczególnie dla **wegetarian i wegan, osób po 50 roku życia, kobiet w ciąży i podczas laktacji, osób ze słabym wchłanianiem witaminy B<sub>12</sub>, nadużywających alkoholu.**

### **Jaką witaminę B<sub>12</sub> wybrać**

Najlepszą formą witaminy B<sub>12</sub> jest **metylokobalamina** lub **hydroksykobalamina** (mniej korzystna forma B<sub>12</sub> to cyjanokobalamina).

Wchłanianie B<sub>12</sub> z przewodu pokarmowego w dużym stopniu zależy od jego stanu oraz flory bakteryjnej jelit. **Dlatego najlepiej jest stosować produkt, który zapewnia, że B<sub>12</sub> wchłania się już w ustach.**

### **Ile B<sub>12</sub> należy spożywać dziennie**

Dzienna jej porcja dla osób z prawidłowym poziomem B<sub>12</sub> to 2,5 – 5 µg. Ze względu na trudności z przyswajaniem B<sub>12</sub> zaleca się **dziennie spożywanie nawet 500 µg.** Zostało to potwierdzone przez Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności.

Osoby z niedoborem powinny przyjmować porcje nawet większe niż 500 µg, aż do wyrównania poziomu B<sub>12</sub> we krwi.

# Produkty z witaminą B<sub>12</sub>

## Pełna przyswajalność!

Najwyższej jakości B<sub>12</sub> wytwarzana w laboratorium europejskim\*. W pełni przyswajalna i bioaktywna, wchłania się już w ustach. Produkty wegańskie.



### B<sub>12</sub> Active! suplement diety

**60 porcji**

Witamina B<sub>12</sub> w formie praktycznych oraz smacznych tabletek do ssania (wchłania się już w ustach). Zawiera wysoką ale bardzo bezpieczną porcję dzienną witaminy.

| Zwartość w:              | 1 tabletkę* | % RWS**  |
|--------------------------|-------------|----------|
| Witamina B <sub>12</sub> | 500 µg      | 20 000 % |

\* porcja dzienna;

\*\* Referencyjne wartości spożycia

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:**  
1 tabletką.

### B<sub>12</sub> Fosfolipidy liposomalna

### B<sub>12</sub> Fosfolipidy FORTE liposomalna

*suplementy diety*



**1300 porcji**

Witamina B<sub>12</sub> połączona w kompleksie fosfolipidowym (liposomalna), co znacząco zwiększa jej stabilność oraz przyswajalność.

Witamina wchłania się już w ustach i przechodzi bezpośrednio do krwi.

Krople o przyjemnym smaku wiśniowym lub kakaowym.



| Zawartość w kropli:      | B <sub>12</sub> Fosfolipidy | B <sub>12</sub> Fosfolipidy FORTE |
|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| Fosfolipidy              | 5,6 mg                      | 5,6 mg                            |
| Witamina B <sub>12</sub> | 10 µg (400%*)               | 50 µg (2000%*)                    |
| w tym: metylokobalamina  | 5 µg (200%*)                | 25 µg (1000%*)                    |
| hydroksykobalamina       | 5 µg (200%*)                | 25 µg (1000%*)                    |

\* referencyjne wartości spożycia.

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1 kropla pod język.

\* większość B<sub>12</sub> dostępnej na rynku pochodzi z Chin

# Melatonina

Dobry sen jest niezbędny dla utrzymania zdrowia, zarówno fizycznego jak i psychicznego. Pora, w której przychodzi sen oraz jego jakość jest regulowana przez melatoninę. Substancja ta wytwarzana jest w mózgu o zmierzchu. Jednakże nieregularny tryb życia, stres, sztuczne światło, praca zmianowa, podróże, itp. mogą zaburzyć naturalny rytm wydzielania melatoniny. To powoduje zaburzenia pory oraz jakości snu.

By przywrócić naturalny cykl snu oraz poprawić jakość wypoczynku nocnego warto skorzystać z suplementacji melatoniny. Stosuje się ją okresowo (np.. podczas podróży, w okresach nadmiernego stresu, itp.) aż do momentu przywrócenia odpowiedniej pory i głębokości snu. Melatoninę należy przyjmować na 2 godziny przed planowanym snem.

Melatonina z dodatkiem witaminy B<sub>12</sub> jest bardzo dobrym połączeniem. Witamina B<sub>12</sub> dodatkowo wzmacnia układ nerwowy i podnosi jego odporność na stres oraz daje jeszcze lepszy efekt wypoczynku nocnego.

## Melatonina + B<sub>12</sub> suplement diety 60 tabletek

Produkt stworzony dla osób, które potrzebują wzmocnienia układu nerwowego (żywące lub pracujące w stresie) oraz poprawy jakości snu. 1 mg **melatoniny** skraca czas zasypiania i poprawia jakość snu i nocnego wypoczynku. **Witamina B<sub>12</sub>** wspiera prawidłowe funkcjonowanie nerwów i psychiki.

| Zawartość w              | 1 tabletkę* | % RWS** |
|--------------------------|-------------|---------|
| Melatonina               | 1 mg        |         |
| Witamina B <sub>12</sub> | 2,5 µg      | 100 %   |

\*1 porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia; \*\* Referencyjne wartości spożycia

**Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:** 1 tabletkę przed snem, rozpuszczona w ustach (porcja dzienna jest odpowiednia dla osób od 13 lat).

60 porcji



## OPC - super-antyutleniacz

**OPC** to bardzo złożony związek z grupy polifenoli. Tworzą go oligomeryczne proantocyjanidyny i jest to połączenie około 40 różnych substancji. Pozy-skuje się go z pestek winogron, kory sosnowej, zie-lonej herbaty lub żurawiny.

Jest to jeden z najsilniejszych naturalnych anty-utleniaczy (ochrona komórek przed uszkodzeniami oraz spowalnianie procesów ich starzenia). Jest ok. kilkadziesiąt razy silniejszy od witaminy C i E.

Szczegól-ną cechą OPC jest to, że bardzo łatwo przenika barierę krew-mózg i bardzo skutecznie zwalcza wolne rodniki w obrębie mózgu. To może mieć znaczący wpływ na chronienie mózgu przed przedwczesnym starzeniem się komórek i ich uszkodzeniami przez wolne rodniki tlenowe. Dla-tego OPC przez wielu badaczy jest polecane jako ważny element profilaktyki wczesnej demencji.

Inną ważną zaletą OPC jest zdolność wzmacnia-nia, uelastyczniania i uszczelniania naczyń krwio-nośnych. Cecha ta jest ważna dla sprawnego oraz bezpiecznego funkcjonowania mózgu, dotyczy to szczególnie osób starszych.

OPC może hamować wytwarzanie niektórych en-zymów wywołujących rozpad kolagenu tworzące-go tkankę łączną. Ogranicza produkcję histaminy, co chroni przed nadmiernymi reakcjami zapalnymi.

Jak każda naturalna substancja, OPC potęguje swo-je działanie gdy występuje w towarzystwie innych składników jak np. witaminy C i E – efekt synergii.





# OPC Synergia

Dla ochrony komórek, naczyń  
oraz tworzenia kolagenu

- ✓ **Aż 60 mg super antyutleniacza OPC z czerwonych winogron w porcji**
- ✓ **165 mg polifenoli z winogron, kory sosnowej oraz zielonej herbaty**
- ✓ **Wybrane witaminy, pierwiastki śladowe i ekstrakt z aceroli**

| Zawartość w:                   | 1 kapsułce (1 porcji) | % RWS* |
|--------------------------------|-----------------------|--------|
| Witamina C                     | 80 mg                 | 100 %  |
| Witamina E                     | 12 mg Ea-T **         | 100 %  |
| Witamina B <sub>6</sub>        | 1,4 mg                | 100 %  |
| Kwas foliowy (B <sub>9</sub> ) | 200 µg                | 100 %  |
| Witamina B <sub>12</sub>       | 5 µg                  | 200 %  |
| Cynk                           | 1,5 mg                | 15 %   |
| Selen                          | 27,5 µg               | 50 %   |
| Polifenole                     | 190 mg                | –      |
| w tym OPC                      | 60 mg                 | –      |

\* Referencyjne wartości spożycia; \*\* Ea-T = ekwiwalent D-α-tokoferolu

Składniki odżywcze zawarte w **OPC Synergia** przyczyniają się do prawidłowych funkcji organizmu:

- **Tworzenie kolagenu dla chrząstek, kości, naczyń krwionośnych i skóry** (witamina C z aceroli)
- **Ochrona komórek przed stresem oksydacyjnym** (naturalna witamina E, selen i cynk)
- **Metabolizm homocysteiny** (witaminy B<sub>6</sub>, B<sub>9</sub>, B<sub>12</sub>)
- **Praca układu odpornościowego** (witaminy B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C, cynk, selen)
- **Zdrowa skóra, włosy oraz paznokcie** (cynk)

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: kapsułka z posiłkiem lub z 200 ml płynu.

**120 porcji**

**OPC Synergia** suplement diety  
120 kapsułek roślinnych



# Moc Kobiety

## Dla potrzeb dojrzałej kobiety

**Moc Kobiety** to proszek na koktajl zawierający fitoestrogeny (50mg w porcji), witaminy, pierwiastki śladowe oraz bogactwo enzymów z jagód i owoców pozwalających jak najdłużej zachować pełnię kobiecości. Pomyślany szczególnie dla pań prowadzących intensywny tryb życia, ciężko pracujących (fizycznie i umysłowo), zestresowanych.

Składniki zawarte w **Mocy Kobiety** przyczyniają się m.in. do następujących prawidłowych funkcji organizmu:

- **Metabolizm energii i zmniejszenie zmęczenia** (magnez, witamina B<sub>2</sub>, niacyna, kwas pantotenowy)
- **Układ odpornościowy i dobre samopoczucie** (selen, cynk, witaminy B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C, D)
- **Zdrowa skóra i włosy** (biotyna, cynk, witamina E)
- **Prawidłowa mineralizacja kości** (witamina D i K)
- **Witalność i spowalnianie procesów starzenia**



### 43 porcje

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: miarka (7,75g) zmieszana z napojem sojowym, musli, itp.

**Moc Kobiety**  
suplement diety, 333 g

<sup>1</sup> miarka = porcja (7,75 g);  
<sup>2</sup> Referencyjne wartości spożycia dziennego.  
Eq-T = ekwiwalent D-α-tokoferolu; EN = ekwiwalent niacyny.

| Zawartość w:                       | 1 miarka <sup>1</sup> | % RWS <sup>2</sup> |
|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
| Izoflawony                         | 50 mg                 | -                  |
| Ekstrakt z yam                     | 75 mg                 | -                  |
| Sproszkowane owoce                 | 3,5 g                 | -                  |
| Olej z wiesiołka mikrokapsułkowany | 125 mg                | -                  |
| Ekstrakt z aceroli                 | 94 mg                 | -                  |
| Ekstrakt bioflawonoidów z cytrusów | 10 mg                 | -                  |
| Ekstrakt z pestek winogron         | 30 mg                 | -                  |
| Krzem                              | 13 mg                 | -                  |
| Witamina C                         | 125 mg                | 156 %              |
| Witamina E                         | 12 mg Eq-T            | 100 %              |
| Witamina D                         | 5 µg                  | 100 %              |
| Witamina K                         | 80 µg                 | 107 %              |
| Witamina B <sub>1</sub>            | 1,4 mg                | 127 %              |
| Witamina B <sub>2</sub>            | 1,6 mg                | 114 %              |
| Niacyna                            | 18 mg EN              | 113 %              |
| Kwas pantotenowy                   | 6 mg                  | 100 %              |
| Witamina B <sub>6</sub>            | 2 mg                  | 143 %              |
| Biotyna                            | 100 µg                | 200 %              |
| Witamina B <sub>12</sub>           | 3 µg                  | 120 %              |
| Kwas foliowy                       | 400 µg                | 200 %              |
| Cynk                               | 7 mg                  | 70 %               |
| Selen                              | 50 µg                 | 91 %               |
| Magnez                             | 70 mg                 | 19 %               |
| Mangan                             | 1 mg                  | 50 %               |
| Chrom                              | 25 µg                 | 63 %               |

# Siła Męczyzny

Dla męskości, witalności, wigoru,  
układu odpornościowego i nerwów

**Siła Męczyzny** to proszek na odżywczy koktajl. Zawiera wiele składników witalnych: korzeń macy, guaranę, ekstrakt z granatów, flawonole z kakao, magnez, 13 witamin i pierwiastków śladowych. Wzmacnia siły witalne, korzystnie działa na prostatę i układ krążenia, wzmacnia serce i libido. Dla panów 40+, zarówno cieszących się pełnią zdrowia, jak i przeciążonych pracą, przemęczonych, zestresowanych.

Składniki zawarte w **Sile Męczyzny** przyczyniają się do następujących prawidłowych funkcji organizmu:

- **Wytwarzanie energii i zmniejszenie zmęczenia** (magnez, witamina B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C, niacyna, kwas pantotenowy)
- **Odporność** (witamina A, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C, D, selen, cynk)
- **Układ nerwowy** (magnez, witamina B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C, niacyna)
- **Płodność, libido, utrzymywanie poziomu testosteronu we krwi** (cynk)
- **Wytwarzanie nasienia** (selen)

| Zawartość w:             | 1 miarka <sup>1</sup> | % RWS <sup>2</sup> |
|--------------------------|-----------------------|--------------------|
| Witamina A               | 800 µg ER             | 100 %              |
| Witamina C               | 160 mg                | 200 %              |
| Witamina E               | 12 mg Ea-T            | 100 %              |
| Witamina D               | 7,5 µg                | 150 %              |
| Witamina K               | 75 µg                 | 100 %              |
| Witamina B <sub>1</sub>  | 1,1 mg                | 100 %              |
| Witamina B <sub>2</sub>  | 1,4 mg                | 100 %              |
| Niacyna                  | 16 mg EN              | 100 %              |
| Kwas pantotenowy         | 6 mg                  | 100 %              |
| Witamina B <sub>6</sub>  | 1,4 mg                | 100 %              |
| Biotyna                  | 50 µg                 | 100 %              |
| Witamina B <sub>12</sub> | 2,5 µg                | 100 %              |
| Kwas foliowy             | 200 µg                | 100 %              |
| Cynk                     | 7 mg                  | 70 %               |
| Selen                    | 55 µg                 | 100 %              |
| Mangan                   | 1 mg                  | 50 %               |
| Chrom                    | 30 µg                 | 75 %               |
| Magnez                   | 300 mg                | 80 %               |
| L-arginina               | 300 mg                | -                  |
| Korzeń macy              | 2100 mg               | -                  |
| Ekstrakt z granatu       | 250 mg                | -                  |
| Ekstrakt z guarany       | 200 mg                | -                  |

<sup>1</sup> porcja (10g); <sup>2</sup> Referencyjne wartości spożycia dziennego; ER = ekwiwalent retinolu; EN = ekwiwalent niacyny; Ea-T = ekwiwalent D-α-tokoferolu.



**35 porcji**

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: miarka (10g) zmieszana z napojem sojowym lub musli.

**Siła Męczyzny**  
suplement diety, 350 g

# ReiChi Cafe

## Kremowa przyjemność z kawą, grzybkiem reishi i kokosem

Spraw aby twój nawyk picia kawy stał się źródłem zdrowia! Sekretem pysznej kawy **ReiChi Cafe** jest jej specjalny skład, który łączy w sobie doskonale lekką goryczkę grzybka reishi, kawy espresso, guarany i żeń-szenia z kremowym muśnięciem mleka kokosowego.

**Filiżanka ReiChi to dzienna porcja witaminy B<sub>12</sub>!** Witamina B<sub>12</sub> i magnez, zawarte w **Rei-Chi Cafe**, wspierają prawidłowe funkcjonowanie nerwów oraz funkcji psychologicznych oraz pomagają w zmniejszeniu poczucia zmęczenia. Kofeina z kawy oraz guarany wspomaga koncentrację (75 mg w porcji).

Składniki zawarte w **ReiChi Cafe** wspomagają:

- **Metabolizm energetyczny i zmniejszenie poczucia zmęczenia** (witamina B<sub>12</sub>, magnez),
- **Funkcje psychologiczne i pracę nerwów** (witamina B<sub>12</sub>, magnez),
- **Funkcje mięśni** (magnez),
- **Utrzymanie zdrowia kości i zębów** (magnez).

### **ReiChi Cafe** środek spożywczy

Napój w proszku z grzybkiem reishi, kawą, kokosem, aromatycznymi ekstraktami roślinnymi, magnezem oraz witaminą B<sub>12</sub>. **180 g / 400 g**



### **36 / 80 porcji**

| Zawartość w:             | Filizance***           |
|--------------------------|------------------------|
| Wartość energetyczna     | 88 kJ / 21 kcal (1 %*) |
| Tłuszcz                  | 1,1 g (1,5 %*)         |
| – w tym NKT#             | 0,9 g (4,7 %*)         |
| Węglowodany              | 2,3 g (0,9 %*)         |
| – w tym cukier           | 0,6 g (0,7 %*)         |
| Białko                   | 0,3 g (0,7 %*)         |
| Sól                      | 0,01 g (0,1 %*)        |
| Magnez                   | 40 mg (10,7 %**)       |
| Witamina B <sub>12</sub> | 2,5 µg (100 %**)       |
| Grzyb Reishi             | 0,7 g                  |

\*Referencyjne wartości spożycia dla osób dorosłych przy diecie (8400 kJ/2000 kcal); \*\*RWS = referencyjne wartości spożycia dziennego; \*\*\* filizanka: 5 g proszku + 125 ml wody; # nasycone kwasy tłuszczowe.

75 mg kofeiny w porcji.

# Herbata Chi

## Przyjemność i wsparcie dla metabolizmu energetycznego

„Chi” (czyt. „czy”) w języku chińskim oznacza „energię życiową”. W **Herbacie Chi guarana, herbata zielona i mate, ksylitol** (cukier brzozyowy), **acerola** i **ashwagandha** (zwana też indyjskim żeń-szeniem) doskonale współgrają smakowo z owocem **mango** oraz witalizującym **wapnem**. **Kofeina** zawarta w **guaranie**, przynosi łagodne, przyjemne i długotrwałe pobudzenie. Rozpuszczalny  **błonnik** z akacji wspomaga pracę jelit oraz odżywia bakterie jelitowe.

Dzięki zawartości **magnezu** oraz **witamin B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub> i C** **Herbata Chi** wspiera metabolizm energetyczny (wytwarzanie energii) i redukcję poczucia zmęczenia.

**Herbata Chi** w sposób szczególny wspomaga w wyzwaniach dnia codziennego dodając energii i składników witalnych.

**Aż 99% mniej aluminium!**

**W Herbacie Chi udało nam się praktycznie wyeliminować aluminium**, które w większych ilościach ma niekorzystne działanie, a którego jest dużo w herbacie zielonej i czarnej.

**Herbata Chi** *środek spożywczy wzbogacony*

Napój w proszku z naturalnym słodzikiem ksylitolem, zieloną herbatą, ekstraktami roślinnymi i owocowymi oraz witaminami.

| Zawartość w:         | 1 porcji #      |
|----------------------|-----------------|
| Wartość energetyczna | 23 kJ /6 kcal   |
| Tłuszcz              | <0,5 g          |
| - w tym NKT**        | <0,1 g          |
| Węglowodany          | 1,5 g           |
| - w tym cukier       | 0,1 g           |
| Błonnik              | 0,2 g           |
| Białko               | <0,5 g          |
| Sól                  | <0,01 g         |
| Magnez               | 37,5 mg (10%*)  |
| Tiamina              | 0,28 mg (25 %*) |
| Ryboflawina          | 0,35 mg (25 %*) |
| Niacyna              | 4 mg (25 %*)    |
| Witamina C           | 40 mg (50 %*)   |

\* Referencyjne wartości spożycia (RWS);

# porcja: 2,5 g proszku + 125 ml wody; \*\* nasycone kwasy tłuszczowe.

**72 porcje**



# Składniki produktów

(wszystkie produkty są wegetariańskie lub wegańskie)

**ADEK:** olej słonecznikowy bogaty w kwas oleinowy (95%), mieszanka tokoferoli (naturalna witamina E), aromat – olejek z bergamotki, palmitynian retinyli, cholekalcyferol (witamina D3), witamina K2 (all-trans menachinon-7).

**AloeVera:** sok z liści *Aloe barbadensis* (95 %), puree z owoców Acerola (5 %).

**B12 Active!:** środek słodzący (ksylitol), naturalny aromat wiśniowy, celuloza mikrokryształiczna, substancja przeciwzbrylająca (dwutlenek krzemu), celuloza modyfikowana, metylokobalamina (B12). Produkt może zawierać śladowe ilości orzechów.

**B12 Fosfolipidy (liposomalna):** koncentrat soku z wiśni, woda, fosfolipidy słonecznikowe (15%), etanol, metylokobalamina (B12), hydroksykobalamina (B12).

**B12 Fosfolipidy FORTE (liposomalna):** woda, gliceryna (roślinna), etanol, lipidy słonecznikowe (13%), proszek kakao, metylokobalamina (B12), hydroksykobalamina (B12).

**DHA-EPA:** olej z mikroalg *Schizochytrium* sp. bogaty w DHA i EPA, skrobia, substancja utrzymująca wilgoć: glicerol; olej słonecznikowy; substancja zagęszczająca: karagen; przeciwutleniacze: mieszanina tokoferoli, palmitynian askorbylu; aromat: ekstrakt z rozmarynu; regulator kwasowości: węglan sodu.

**Fizjobalans:** cytrynian potasu, mleczan wapnia, sole magnezowe kwasu cytrynowego (cytrynian magnezu), siarczan glukozaminy (8,7%), sproszkowany owoc czarnej porzeczki (5,2%), sproszkowany owoc żurawiny (3,5%), sproszkowany owoc dzikiej róży (3,5%), kwas l-askorbinowy (witamina C), regulator kwasowości: kwas jabłkowy, węglan magnezu, dwutlenek krzemu, naturalny aromat owocu czarnej porzeczki, substancja słodząca – glikozydy stewiolowe, cytrynian cynku, chlorowodorek tiaminy (witamina B1), cholekalcyferol (witamina D3 z porostów). Może zawierać śladowe ilości orzechów.

**Herbata Chi:** ksylitol (naturalny słodzik), cytrynian magnezu, mleczan wapnia, rozpuszczalny błonnik z akacji, ekstrakt z zielonej herbaty (5%), sproszkowany owoc mango (5%), sproszkowany owoc aceroli (2%), ekstrakt z guarany (2%), kwas askorbinowy (witamina C), regulator kwasowości - kwas jabłkowy, ekstrakt z owocu ashwagandhy *Withania somnifera* (2%), ekstrakt z herbaty mate (2%), ekstrakt z korzenia lukrecji (2%), aromaty naturalne: olejek cytrynowy i bergamotowy; ekstrakt zielonej kawy (1%), ekstrakt z kurkumy, amid kwasu nikotynowego (witamina B3), ryboflawina (witamina B2), chlorowodorek tiaminy (witamina B1). Może zawierać śladowe ilości orzechów.

**Jod + Selen probio:** algi *Ascophyllum nodosum* (63%), hydroksypropylometyloceluloza (kapsułka roślinna), *Lactobacillus plantarum* i *Bifidobacterium breve* (mikrokapsułkowane, 8%), substancja przeciwzbrylająca – dwutlenek krzemu, selenin sodu, metylokobalamina (witamina B12). Może zawierać śladowe ilości orzechów.

**Kurkumin fosfolipidy:** kompleks fosfolipidów 81% (zawiera lecytynę sojową), substancja glazurująca – hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), substancja przeciwzbrylająca – dwutlenek krzemu.

**Kurkumin K2:** kompleks fosfolipidów kurkuminy (76%, zawiera soję), hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), substancja przeciwzbrylająca – dwutlenek krzemu, menachinon (witamina K2), filochinon (witamina K1), cholekalcyferol (witamina D3). \*\*

**Kwercetyna Fosfolipidy:** kompleks kwercetyna-fosfolipidy (56%, zawiera lecytynę słonecznikową), ekstrakt z ananasa bogaty w bromelaninę, hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), ekstrakt z papai, cytrynian cynku, dwutlenek krzemu, selenin sodu.

**Lactacholin:** L-(+) kwas mlekowy (40%), woda, wodorocytrynian choliny (20%), substancja słodząca: glikozydy stewiolowe, amid kwasu nikotynowego, ryboflawina, chlorowodorek tiaminy, chlorowodorek pirydoksyny, cyjanokobalamina.

**Melatonina + B12:** substancja słodząca ksylitol, naturalny aromat wiśniowy, masa tabletkowa: celuloza mikrokryształiczna i celuloza zagęszczona, sproszkowany sok z buraków, melatonina, metylkobalamina (witamina B12).

**Moc Kobiety:** mieszanka sproszkowanych owoców (48% – maliny, czereśnie, żurawina, banany, jagody, jeżyny), cukier owocowy, białko sojowe, koncentrat soi\* (6,5%), węglan magnezu, aromat malinowy (naturalny), emulgator: lecytyna sojowa\*, regulator kwasowości – kwas jabłkowy, olej z wiesiołka dwuletniego (1,6% mikro kapsułkowany), inulina, kwas L-askorbinowy (witamina C), ekstrakt aceroli (1,2 %), ekstrakt yamu *Dioscorea villosa* (1%), glukonian cynku (cynk), ekstrakt z pestek winogron (0,4%), drożdże wzbogacone w selen (selen), amid kwasu nikotynowego (niacyna), D-alfa-tokoferol (witamina E), ekstrakt z cytrusów (0,13%), glukonian manganu, D-pantotenu wapnia, chlorowodorek pirydoksyny (witamina B6), chlorowodorek tiaminy (witamina B1), ryboflawina (witamina B2), kwas pteroilomonoglutaminowy (kwas foliowy), chlorek chromu III (chrom), D-biotyna (biotyna), witamina K1, cholekalcyferol (witamina D3), cyjanokobalamina (witamina B12). Może zawierać śladowe ilości **orzechów**. \*\*

**NeuraCur:** Longvida® zoptymalizowana kurkumina (47% wyciąg z kurkumy *Curcuma longa*, kwas stearynowy (kwas tłuszczowy), maltodekstryna, lecytyna sojowa, palmitynian askorbylu, wodorocytrynian choline, hydroksypropylometyloceluloza (substancja do stosowania na powierzchnię – kapsułka roślinna), D-pantotenu wapnia, dwutlenek krzemu – substancja przeciwbrylająca, chlorowodorek pirydoksyny (B6), kwas pteroilomonoglutaminowy (B9), metylkobalamina (B12).

**OPC Synergia:** ekstrakt z suszonych owoców wiśni aceroli\* zawierający kwas L-askorbinowy (42%), ekstrakt z winogron\* (26%), hydroksypropylometyloceluloza (substancja do stosowania na powierzchnię – kapsułka roślinna), ekstrakt z zielonej herbaty\* (6,5%), kwas askorbinowy, drożdże wzbogacone w selen, D-alfa-tokoferol, glukonian cynku, dwutlenek krzemu – substancja przeciwbrylająca, ekstrakt z kory sosny\* (0,9%), chlorowodorek pirydoksyny (witamina B6), kwas foliowy, metylkobalamina (B12). Może zawierać śladowe ilości **orzechów**. \*stopień koncentracji 1:5

**Q10 Synergia:** substancja słodząca: ksylitol, tauryna (29%), emulgator: lecytyna sojowa, winian L-karnityny (9%), koenzym Q<sub>10</sub> (7%), substancja przeciwbrylająca: dwutlenek krzemu, luteina z koncentratu z nagietka (3%), amid kwasu nikotynowego, ryboflawina (B<sub>2</sub>), metylkobalamina (B<sub>12</sub>). Może zawierać śladowe ilości **skórek owoców**.

**ReiChi Cafe:** mleko kokosowe w proszku (51%), ekstrakt z kawy arabica (19%), grzyb reishi – proszek i ekstrakt (14%), aromaty naturalne – ekstrakty z guarany i żeńszenia, cytrynian magnezu, metylkobalamina (witamina B12). Może zawierać śladowe ilości **orzechów**.

**Silne nerwy:** ekstrakt z różenia *Rhodiola rosea* (26%), ekstrakt z reishi *Ganoderma lucidum* (26%), ekstrakt z ashwagandhy *Withania somnifera* (26%), hydroksypropylometyloceluloza (kapsułki roślinne), D-pantotenu wapnia (B<sub>5</sub>), chlorowodorek tiaminy (B<sub>1</sub>).

**Siła Mężczyzny:** substancja słodząca (ksylitol), proszek z macy (21%), kakao (21%; odtłuszczone), cytrynian magnezu, L-arginina (3%), lecytyna słonecznikowa (3%), węglan magnezu, ekstrakt z owocu granatu (2,5%), kwas L-askorbinowy, ekstrakt z guarany (2%), glukonian cynku, drożdże wzbogacone w selen, amid kwasu nikotynowego, octan DL-alfa-tokoferolu, glukonian manganu, D-pantotenu wapnia, octanu retinolu, chlorowodorek pirydoksyny (B6), chlorowodorek tiaminy (B1), ryboflawina, kwas pteroilomonoglutaminowy (kwas foliowy), chlorek chromu III, filochinon (fitomenadion; witamina K1), biotyna, cholekalcyferol (D3), metylkobalamina (B12). Może zawierać śladowe ilości **orzechów**. \*\*

**Witamina E + DHA-EPA:** oliwa z oliwek extra virgin (88%), olej bogaty w DHA oraz EPA z mikroalg *Schizochytrium* (10%), mieszanka tokoferoli (2%), olejek cytrusowy.

\*\* osoby przyjmujące leki przeciwzakrzepowe (antagonistów witaminy K jak antykoagulant typu kumaryny) powinny skonsultować przyjmowanie produktu z lekarzem!

## „Wiedza w służbie zdrowiu”

To motto naszej firmy. A to oznacza dla nas: tworzenie receptur produktów i koncepcji, które będą służyły zdrowiu, ale także przynosiły przyjemność. Działamy tak, aby nieść korzyść ludziom, zwierzętom i środowisku.

W skład produktów **Dr. Jacob's** wchodzi wyłącznie naturalne składniki najwyższej jakości. Wszystkie półprodukty podlegają ścisłej kontroli już od momentu zakupu. Wysokie standardy etyczne, normy produkcji oraz ponad 22 lata doświadczenia sprawiają, że produkty **Dr. Jacob's** mają szczególny charakter i są bardzo skuteczne w działaniu.

Tworzymy lepszą przyszłość!

Więcej informacji o produktach **Dr. Jacob's** pod adresem: [www.DrJacobs.pl](http://www.DrJacobs.pl) lub w bezpłatnych folderach wysyłanych przez biuro firmy.



Założyciel firmy dr med. K. O. Jacob  
i dr med. L. M. Jacob. Ich motto:  
*Primum nihil nocere, secundum bene  
facere (po pierwsze nie szkodzić, po  
drugie czynić dobro).*

© Copyright 2019 Dr. Jacob's Poland  
05.2019



**Dr. Jacob's Poland**

ul. Kasprzaka 7 / U1, 01-211 Warszawa

Telefon: 22 490 94 30 (pon. - pt, godz. 9:00 - 16:00)

e-mail: [biuro@drjacobs.pl](mailto:biuro@drjacobs.pl)

Więcej informacji i katalog wszystkich produktów na [www.DrJacobs.pl](http://www.DrJacobs.pl)

**Wykonaj Test Zdrowia na [DrJacobs.pl](http://DrJacobs.pl)**