



Naturell



ASHWAGANDHA

Withania somnifera 140 mg w jednej tabletkie

SUPLEMENT DIETY

Ashwagandha (*Withania somnifera*) stosowana jest od ponad 3000 lat w Indyjskiej Ajurwedzie¹. Składnikami aktywnymi w korzeniu Ashwagandhy są substancje adaptogenne należące do grupy glikowitanolidów: sitoindozyny i witanozyny².

Właściwości adaptogenów:

Rośliny adaptogenne są to rośliny, które w organizmie ludzkim wywołują stan podwyższonej odporności niespecyficznej, czyli pomagają w przystosowaniu się do zwiększonego wysiłku fizycznego oraz przeciwdziałają stresowi.

Obecnie nieustannie narażeni jesteśmy na stres oraz działanie czynników zewnętrznych, pochodzących z zanieczyszczonego środowiska. Czynniki te wpływają niekorzystnie na ludzki organizm, w tym na jego równowagę. Adaptacja jest to dążenie do utrzymania równowagi, przy narażeniu na stałe zmiany w otoczeniu. Jest ona niestety ograniczona i zależy od wieku i indywidualnych cech organizmu. Zwiększenie energii adaptacyjnej, a tym samym wsparcie odporności na stres możliwe jest poprzez stosowanie substancji adaptogennych².

Działanie Ashwagandhy:

• Wspierające w sytuacjach stresowych

Składniki aktywne wspierają odporność organizmu na stres oraz łagodzą jego skutki, wspomagają w okresach napięcia psychicznego i niepokoju. Wspomagają utrzymanie odprężenia organizmu.

• Pozytywny wpływ na samopoczucie

Ekstrakt z Ashwagandhy ma pozytywny wpływ na nastrój oraz wspomaga utrzymanie dobrego samopoczucia psychicznego i fizycznego.

• Wspomaga sprawność umysłową i fizyczną

Wspiera procesy kojarzenia i zapamiętywania oraz zwiększa psychiczną i fizyczną wydolność organizmu przy wyczerpanym wysiłku. Wspomaga utrzymanie sprawności fizycznej i umysłowej w przypadkach osłabienia i utraty koncentracji.

• Prawidłowe działanie układu krążenia i serca

Ashwagandha ma pozytywny wpływ na układ sercowo-naczyniowy.

• Właściwości adaptogenne

Ashwagandha ma właściwości adaptogenne, czyli pomaga w przystosowaniu się do zwiększonego wysiłku fizycznego.

• Wspomaga vitalność organizmu

Wspomaga utrzymanie optymalnej wytrzymałości, zwiększonej energii i vitalności.

• Pozytywny wpływ na sen

Ashwagandha wspomaga zasypianie.

• Zdrowie skóry i efekt odmłodzenia

Ashwagandha pozytywnie wpływa na zdrowie skóry i efekt odmłodzenia organizmu.

• Właściwości antyoksydacyjne

Ashwagandha ma pozytywny wpływ na ogólny stan organizmu ze względu na działanie antyoksydacyjne.

SUPLEMENT DIETY

czcionka - wysokość x	wersja	data
≥ 1,2 mm	Ashwagandha_leaf	2020_09_16

Kiedy warto stosować suplement diety Naturell Ashwagandha:

- w celu wspierania odporności na stres i łagodzenia jego skutków
- zmęczenie psychiczne i fizyczne
- okresy intensywnej pracy umysłowej i fizycznej oraz zmniejszonej witalności

Jedna tabletką zawiera:

Ekstrakt z Ashwagandhy (*Withania somnifera*) 140 mg, standaryzowany na 7% witanolidów.

Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia:

Dorośli - 1 tabletkę dziennie.

Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) różnicowanej diety.

Zrównoważony sposób odżywiania i zdrowy tryb życia są podstawą prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Ograniczenia stosowania:

Nadwrażliwość na którykolwiek składnik preparatu. Produkt nie powinien być spożywany w przypadku stosowania leków o działaniu uspokajającym, nasennym, przeciwpadaczkowym. Nie stosować u dzieci, kobiet w ciąży i w trakcie laktacji. Należy unikać łączenia produktu z alkoholem.

Literatura:

1. Cooley i wsp., Naturopathic Care for Anxiety: A Randomized Controlled Trial ISRCTN78958974. PLoS ONE, 2009, 4, 8, 1-10.
2. Obidoska G., Sadowska A. Rośliny o działaniu adaptogennym. Biuletyn Instytutu Hodowli i Aklimatyzacji Roślin, 2004, 233, 163-171.

Ashwagandha pochodzi spoza UE.

www.naturell.pl



Producent:
Naturell AB, Szwecja

Dystrybutor:
USP Zdrowie Sp. z o.o.
ul. Poleczki 35
02-822 Warszawa

Naturell to suplementy diety inspirowane szwedzką naturą i oparte na naukowej wiedzy. Stworzyliśmy je po to by wspierać twoje zdrowie na co dzień. Stawiamy na substancje naturalne, organiczne i w takiej formie jakiej organizm czerpie ze zdrowej diety.

Składniki w suplementach **Naturell** dostarczamy w odpowiednich proporcjach opartych o wiedzę ekspertów, badania naukowe i nasze długoletnie doświadczenie. Kierujemy się też szwedzką filozofią lagom - „nie za mało, nie za dużo” - dokładnie tyle, ile organizm potrzebuje.

Nasze produkty to głównie preparaty monoskładnikowe. Zaprojektowaliśmy naszą ofertę tak, aby każdy mógł dopasować suplementację do swoich indywidualnych potrzeb. Ważne są dla nas wysoka jakość i rozsądna cena ponieważ to, co wspiera zdrowie powinno być dostępne codziennie i dla wszystkich. To dzięki szwedzkiej jakości w dobrej cenie od lat cieszymy się dużym zaufaniem i popularnością w Polsce.

32PL-ASH-03

czcionka - wysokość x	wersja	data
≥ 1,2 mm	Ashwagandha_leaf	2020_09_16