

корпоративный журнал

ПЛАНЕТА

№ 1, весна–лето 2018

Арт Лайф

ВСТРЕЧАЙТЕ НОВИНКУ! ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ

Включает все процессы
восстановления в организме

стр. 6



«МУЛЬТИМЕГИН» ДЛЯ РОСТА И РАЗВИТИЯ

Ещё одна новинка
лета от «Артлайф»

стр. 16

ВНИМАНИЕ: ДАЧНЫЙ СЕЗОН!

Как урожай собрать
и здоровье не потерять

стр. 46

Тема номера

Лучшие новинки лета от «Артлайф»!

В начале лета в сервисных центрах «Артлайф» появился новый уникальный комплекс на основе полипренолов — «Олеопрен Генез». Он действует на клеточном уровне и помогает организму запускать процессы восстановления при любых проблемах со здоровьем. А вслед за ним выходит другая новинка, тоже в своём роде уникальная, — БАК «МультиМегин». Это первый биологически активный комплекс производства «Артлайф», который рекомендован детям от трёх лет. Встречайте лучшие новинки лета от «Артлайф»!



Продолжение на стр. 6



Семья – это главная ценность

Уважаемые читатели журнала, дорогие друзья!

Каждый день в своей жизни мы сталкиваемся с большим числом задач и сложных вопросов – на работе, дома, среди близких и дальних, среди коллег и друзей. Каждый день нам приходится выбирать, что важнее, ради чего стоит вставать утром и встречать новый день. Достижение серьёзных целей или душевное спокойствие. Быстрое движение по жизни от успеха к неудаче и снова к успеху или неторопливое наслаждение каждым прожитым днём среди близких людей. Работа или дом? Карьера или семья? Каждому из нас приходится определять, что является главной ценностью его жизни. Для меня такой ценностью является семья. Мои дети и недавно появившийся на свет первый внук. Этот маленький человек, вместе с которым в жизнь пришло много радости, снова показывает нам, как

важно иметь крепкую, сильную и здоровую семью. Без неё человек, как растение без воды и без солнца, может зачахнуть, исчезнуть, не оставив следа.

То, что семья – это главная ценность, понимает и компания «Артлайф». Поэтому все продукты, которые мы выпускаем, созданы для того, чтобы сохранять здоровье семьи – от самых старших её представителей до совсем маленьких детей. Я желаю вам и вашим семьям крепкого здоровья и долгих лет жизни, полной семейных радостей.

С уважением,
Президент-основатель
компании «Артлайф»
Татьяна АВСТРИЕВСКИХ



06

Олеопрен Генез.

Первая ступень к восстановлению здоровья и красоты.

Новый биологически активный комплекс уже в продаже

16 «МультиМегин» — новинка для активного роста и развития.

«Первый комплекс для детей от трёх лет



26 Кто может сказать: «Я Новая!»

История большой победы над собой и своими килограммами

Коллаген – наносить и пить!

Рассказываем всё про самый нужный компонент молодости и красоты



28



34 Красота без инъекций

Что такое питьевая мезотерапия от бренда Beautelle?

44 Сок чаги клеточный – волшебный продукт!



Внимание: дачный сезон!

Как урожай собрать
и здоровье не потерять

52 Программа «Артлайф» при мужском бесплодии



54 Конкурс отзывов о продуктах «Артлайф»

Кто написал
лучший отзыв?

ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ

Первая ступень к восстановлению здоровья и красоты

Тема сохранения и восстановления здоровья не теряет своей актуальности. Целые институты работают над созданием всё новых методов и препаратов, способствующих более эффективному восстановлению организма. Одну из лидерских позиций в этой области занимает производственно-экспериментальная лаборатория компании «Артлайф». Каждый год лаборатория создаёт всё более совершенные продукты. Одна из последних разработок компании — биологически активный комплекс (БАК) на основе полипrenoлов «Олеопрен Генез».

Основным отличием этого комплекса от других препаратов является его универсальность. Он способен настраивать организм на процесс восстановления при любых имеющихся проблемах — от обычных для современного человека умственных и физических перегрузок до серьёзных патологий, включая онкологические заболевания.

«Олеопрен Генез» действует на клеточном уровне. Он восстанавливает процессы обмена в клетке. Другими словами, этот биологически активный комплекс закладывает фундамент для восстановительных процессов. Благодаря этому фундаменту другие БАД начинают работать более эффективно. Например, восстановление после перелома кости может происходить быстро, а может затянуться надолго. Длительность периода восстановления зависит от



ряда причин, но главную роль играет то, как протекает процесс клеточного обмена веществ. При нарушениях этого процесса организм не может эффективно усвоить нужные для восстановления вещества, и процесс реабилитации существенно затягивается. Действие «Олеопрен Генез» заключается в нормализации процессов обмена в клетке, благодаря чему усвоение веществ, необходимых для восстановления организма при тех или иных патологиях, будет происходить максимально эффективно.

«Олеопрен Генез» может применяться и как монопрепарат, и в комплексе с другими БАД. Это зависит от решаемой проблемы. Как монопрепарат его рекомендуется принимать при повышенных физических или умственных нагрузках, при смене климата, при состояниях болезненности, а также для предотвращения развития тех или иных патологий.

При повышенных физических и умственных нагрузках в организме могут возникать скрытые дефекты. Ткани и органы справляются с нагрузкой, но они напряжены, находятся в состоянии стресса. В это же состояние дисбаланса организм приводит резкая смена климата, режима дня или даже выход на другое место работы. А любой стресс немедленно вызывает сбой молекулярных процессов в организме.

Что касается так называемой «болезненности», то это состояние характеризуется повышенной утомляемостью, нестабильным эмоциональным состоянием, снижением иммунитета, может проявляться болью или ломотой в теле. В эти периоды очень важно поддержать организм и помочь ему вернуться в здоровое состояние.

В составе комплексной терапии «Олеопрен Генез» может применяться при лечении конкретных заболеваний. Его способность восстанавливать процессы метаболизма на клеточном уровне является основой для полноценного и эффективного воздействия других биологически активных комплексов.



Андрей ВЕКОВЦЕВ,
заместитель директора компании «Артлайф»
по науке и производству

— Перед группой разработчиков была поставлена задача создать препарат, который бы «включал» процессы восстановления в организме, независимо от типа заболевания, и ускорял процессы регенерации, повышая эффективность восстановительных программ. Эта задача была решена при создании «Олеопрен Генез». Но, помимо основного эффекта действия, у него есть и дополнительный — повышение усвояемости полезных веществ при совместном использовании с другими БАД.

Наш организм — это единая система. Любое нарушение в одном звене системы влияет на весь организм в целом. Наименьшей элементарной частицей нашего организма является клетка. Клетки образуют ткани, из тканей состоят органы, а органы сложены во взаимосвязанные системы: дыхательную, пищеварительную, систему кровообращения и так далее. Если в организме возникает какой-либо патологический процесс, то это отражается и на клетке.

Учёные выяснили, что многие заболевания сопровождаются повреждением клеточных мембран и дефицитом долихолов. Как при заболеваниях, так и с возрастом выведение долихолов из организма возрастает в десятки раз. Дефицит долихолов приводит к преждевременному старению и гибели клеток, а также к нарушению обменных процессов в органах и системах.

Полипrenoлы, входящие в состав «Олеопрен Генез», являются исходным материалом для воспроизводства долихолов. Попадая в организм человека, полипrenoлы преобразуются в долихолы и восполняют их дефицит в клетках. Благодаря этому в клетке запускается механизм восстановления, нормализуются процессы метаболизма и энергообмена. Помимо полипrenoлов, восстанавливающих организм на клеточном уровне, в состав «Олеопрен Генез» входят природные биостимуляторы, иммуномодуляторы и адаптогены, проверенные временем: мумиё, маточное молочко, экстракт чаги, экстракты элеутерококка и лимонника, а также среднецепочечные триглицериды. Все вещества в капсуле БАК дозированы таким образом, чтобы организм мог усвоить их максимально эффективно.



Долихолы — это очень длинные молекулы, которые располагаются внутри клеточной мембраны, буквально прошивая её. Клеточная мембрана — это внешняя оболочка клетки, её защита, её «панцирь». Она отделяет содержимое клетки от внешней среды и контролирует проникновение различных веществ внутрь клетки. Разрушенная, «дырявая» мембрана приводит к гибели клетки. Именно благодаря долихолам мембрана становится гибкой и эластичной, от них зависит её проницаемость.



Александр НАГАЙЦЕВ,
кандидат медицинских наук,
доцент,
научный консультант компании
«Артлайф»

— Основой уникального и инновационного комплекса «Олеопрен Генез» являются полипrenoлы, которые получают из лапок пихты сибирской. Они играют центральную роль в составе комплекса, воздействуя на все процессы в клетках тела. Эти вещества очень важны для нормальной деятельности организма, поскольку отвечают за процессы взаимодействия между клетками и активно влияют на обмен фосфолипидов в мембранах клеток. Именно они запускают процесс регенерации клеток в повреждённых тканях, восстанавливают структуру клетки и контролируют процесс создания белков. Недостаток полипrenoлов в организме может привести к появлению различных заболеваний.

«Олеопрен Генез» является не только рычагом восстановления, «кнопкой запуска» регенерации, но и эффектором, который увеличивает эффективность действия любых других БАД.

Количество полипrenoлов сильно снижается при таких заболеваниях, как болезнь Альцгеймера и рассеянный склероз, различные формы рака, бронхиальная астма, кардиосклероз, старческое слабоумие, болезни желудочно-кишечного тракта, гепатит разных типов, дистрофия печени, тромбоз сосудов. Чтобы успешно бороться с болезнью, нужно восполнять дефицит этих жизненно необходимых веществ.

Кроме того, полипrenoлы полезны для снижения побочных эффектов после применения гормональных препаратов. Также их употребление понадобится, если человек переживает серьёзный стресс, работает на вредном производстве или в силу пожилого возраста начал ощущать проблемы с работой мозга — стал забывчивым или быстро утомляется.

Кроме полипrenoлов, в составе комплекса «Олеопрен Генез» присутствует мумиё — средство, при-

меняемое как лекарственное уже больше трёх тысяч лет. На сегодняшний день научно доказано, что мумиё благотворно действует на весь организм в целом, повышает сопротивляемость организма к различным заболеваниям, стимулирует процесс регенерации, что позволяет сократить период срастания костной ткани, способствует заживлению ран, положительно влияет на желудочно-кишечный тракт.

Ещё один компонент комплекса «Олеопрен Генез» — маточное молочко. Это вещество называют «эликсиром жизни». Оно содержит в себе более 400 активных компонентов, среди которых ценнейшие витамины, незаменимые аминокислоты, белки, ферменты, гормоны

и пр. Маточное молочко улучшает процессы кроветворения, нормализует деятельность нервной системы, обладает иммуномодулирующим и тонизирующим свойствами.

В состав комплекса добавлены также экстракты элеутерококка и лимонника. Они обладают стимулирующим и адаптогенным действием на центральную нервную и эндокринную системы — это помогает адаптировать организм к неблагоприятным факторам внешней среды. И ещё один компонент — экстракт чаги. Уникальный биогенный стимулятор, иммуномодулятор и адаптоген. Оказывает положительное влияние на деятельность желудочно-кишечного тракта, активизирует ферментативные системы окислительно-восстановительного цикла и протеолиза (расщепления белков), активизирует обмен веществ в мозговой ткани, оказывая стимулирующее и тонизирующее действие на ЦНС.



Таким образом, уникальная рецептура комплекса «ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ» способствует проявлению и реализации следующих эффектов:

1. Регенерирующий

- улучшаются обменные процессы в мембранах клеток;
- активируется мембранный транспорт в клетке;
- активируются окислительно-восстановительные процессы в тканях.

2. Биостимулирующий

- улучшается нейрогуморальная регуляция;
- активируются ферментные системы;
- улучшаются функции нервной, дыхательной и иммунной систем.

3. Иммуномодулирующий

- активируются клеточное и гуморальное звенья иммунитета.

4. Адаптогенный

- улучшается умственная активность;
- улучшается физическая активность.

5. Общеукрепляющий

- улучшается физическое и эмоциональное состояние;
- повышается работоспособность;
- сокращается восстановительный период после заболеваний, травм, операций;
- снижается риск возникновения простудных заболеваний.

В каких случаях показано применение комплекса «ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ»?

1. Снижение иммунитета.
2. Нарушение обмена веществ.
3. Воспалительные процессы.
4. Переутомление, стресс.
5. Повышенные нагрузки (спортивные или физические).
6. Ушибы, переломы, растяжения.
7. Гормональные нарушения.
8. Восстановительный период после перенесённых заболеваний.

«ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ» как монопрепарат можно рекомендовать в качестве профилактического средства людям преклонного возраста, пациентам с предрасположенностью к развитию хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, дыхательной системы. Ещё одна из возможностей использования этого комплекса — профилактика заболеваний, которые могут возникать при воздействии вредных веществ и климатических факторов.

Биологически активный комплекс «ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ» обладает широким спектром действия, который можно активно использовать для повышения эффективности лечебно-оздоровительных программ разной направленности. Сам комплекс можно рекомендовать к применению и как монопрепарат, и в составе комплексной терапии совместно с другими препаратами.

Состав «Олеопрен Генез»

Компонент	Описание
<p>ПОЛИПРЕНОЛЫ С 2012 года вошли в список незаменимых компонентов питания для нормального жизнеобеспечения.</p>	<p>Способствуют восстановлению структуры клеток (мембраны, рецепторы, митохондрии), помогают быстрой регенерации органов и тканей. Оказывают иммуномодулирующее и антиоксидантное действие. Благодаря натуральному растительному сырью и высокой степени очистки субстанции полипreno-лы не проявляют побочных эффектов при длительном применении.</p>
<p>МАТОЧНОЕ МОЛОЧКО Особая питательная среда для выращивания пчелиной матки медоносных пчёл.</p>	<p>Имеет в составе 22 аминокислоты, более 100 макро- и микро-элементов, все известные углеводы и ферменты. Является источником деценовых кислот, обладающих самостоятельной ферментативной активностью. Запускает каскад реакций в организме, направленных на улучшение пищеварения и деятельности ЖКТ, а также процессов кроветворения. Нормализует деятельность нервной системы (предотвращение неврозов, повышение физической и умственной работоспособности). Увеличивает сопротивляемость организма инфекциям.</p>
<p>МУМИЁ Более трёх тысяч лет используется в народной и традиционной медицине.</p>	<p>В его составе более 85 необходимых человеку минералов и микроэлементов. Активизирует процессы регенерации, улучшает обмен микроэлементов, что проявляется в иммуномодулирующем, противовоспалительном и тонизирующем эффектах.</p>
<p>ЭКСТРАКТ ЧАГИ Высококонцентрированная вытяжка полезных веществ из чаги. Гриб чага произрастает на стволе берёзы, распространён по всей территории России, в Европе, Канаде, США. Наиболее ценной по содержанию полезных веществ считается чага, выросшая в сибирской тайге и собранная с живой берёзы.</p>	<p>В чаге содержится широкий спектр биоактивных веществ, среди которых самыми ценными являются полисахариды, флавоноиды, птерины, бетулин и его производные. Также чага богата такими микроэлементами, как магний, калий, железо, марганец, кобальт, медь, цинк, никель, алюминий, серебро и другие. Обладает иммуностимулирующими, антиоксидантными, антиоксидескими, противоопухолевыми свойствами. Нормализует обмен веществ, оказывает положительное влияние на деятельность ЖКТ, активизирует обмен веществ в мозговой ткани, оказывает стимулирующее и тонизирующее действие на центральную нервную систему (ЦНС), повышает защитные силы организма, регулирует функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p>
<p>ЭКСТРАКТЫ ЭЛЕУТЕРОКОККА И ЛИМОННИКА</p>	<p>Обладают общетонизирующим действием на ЦНС, улучшают эндокринную регуляцию и обменные процессы, что помогает организму адаптироваться к неблагоприятным факторам внешней среды. Улучшают зрение, слух, обладают ярко выраженной способностью подавлять многие болезнетворные микроорганизмы.</p>
<p>СРЕДНЕЦЕПОЧЕЧНЫЕ ТРИГЛИЦЕРИДЫ Особый класс жирных кислот. Источник «быстрой» энергии.</p>	<p>Способствуют образованию энергии, повышают работоспособность, ускоряют обмен веществ, стимулируют процесс сжигания жиров, предупреждают развитие метаболического синдрома.</p>

Новинка

Арт Лайфс®



Олеопрен ГЕНЕЗ

І СТУПЕНЬ
КЛЕТОЧНОЙ ТЕРАПИИ

КОМПОНЕНТЫ ПРЕПАРАТА:

полипrenoлы, мумие, экстракт чаги, экстракты элеутерококка и лимонника, среднецепочечные триглицериды восстанавливают обменные процессы в клетке.

- ✓ Обладают выраженным регенерирующим, общеукрепляющим, адаптогенным, иммуномодулирующим, биостимулирующим действием
- ✓ Повышают уровень энергии
- ✓ Способствуют выведению токсинов на клеточном уровне
- ✓ Повышают эффективность восстановительных программ разной направленности
- ✓ Препятствуют развитию осложнений
- ✓ Показаны при патологиях

Реклама



БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Программы восстановления с «ОЛЕОПРЕН ГЕНЕЗ»

Разработаны Александром Нагайцевым (кандидат медицинских наук, доцент, сотрудник клиник СибГМУ)

1. Программа поддержки здоровья при повышенных физических и умственных нагрузках

При повышенных нагрузках в первую очередь нарушается межклеточное взаимодействие в тканях и органах. Для предотвращения негативных реакций организма на состояния напряжения и стресса рекомендуется два варианта программы (в зависимости от тяжести состояния).

	Описание	Программа приёма
Программа 1 «Олеопрен Генез» как монопрепарат	При умственных или физических перегрузках – восстановление повреждённых участков мембран клеток; – восстановление обменных процессов, протекающих в мембране.	По 2 капсулы в день во время еды в период перегрузок.
Программа 2 – «Олеопрен Генез» – «АСЕвит» – «Персифен»	При стрессе на фоне перегрузок «АСЕвит» — комплекс для нормализации энергетического обмена в клетке. «Персифен» — антиоксидантное действие. При стрессе активируется окисление липидов, образуются свободные радикалы, повреждающие клеточные структуры.	«Олеопрен Генез» — по 2 капсулы в день во время еды. «Персифен» — по 1 капсуле 2 раза в день во время еды. «АСЕвит» — по 1 капсуле в день во время еды.

2. Программа при заболеваниях дыхательных путей

	Описание	Программа приёма
– «Олеопрен Генез» – «Персифен» – «АСЕвит» – «Ивлаксин» – «Абитэль» – «Эхинол» – «Рудвитол»	«Олеопрен Генез» — активатор процессов в клеточной мембране, направленных на восстановление мембран. Способствует выведению продуктов распада, накопившихся в результате иммунной реакции на инфекцию. «Персифен» — антиоксидантный комплекс, блокирует образование свободных радикалов. «АСЕвит» активирует местный иммунитет. «Ивлаксин» — жаропонижающий и противовоспалительный эффект. Взвар «Абитэль» saniрует дыхательные пути и ЖКТ благодаря активным веществам пихты сибирской и шиповника. Взвар «Эхинол» — иммуномодулятор растительного происхождения. «Рудвитол» повышает сопротивляемость организма к возбудителям инфекционных заболеваний.	«Олеопрен Генез» — по 2 капсулы в день во время еды. «Персифен» — по 1 капсуле 2 раза в день во время еды. «АСЕвит» — по 1 капсуле в день во время еды. «Ивлаксин» — по 1 таблетке 3 раза в день во время еды. «Абитэль» — по 1–2 ст. л. 3 раза в день во время еды. «Эхинол» — по 1 ч. л. 2 раза в день во время еды. «Рудвитол» — по 1 капсуле в день во время еды, продолжительность приёма — 2–3 недели.

3. Восстановительная программа после перенесённых заболеваний

Рекомендуется два варианта программы (в зависимости от заболевания).

	Описание	Программа приёма
Программа 1 «Олеопрен Генез» как монопрепарат	– активирует процессы в клеточной мембране; – запускает реакции восстановления повреждённых участков мембран; – активирует транспортные системы клетки, способствует поступлению питательных веществ и выведению продуктов распада, накопившихся в результате патологического процесса в организме.	по 2 капсулы в день во время еды в течение всего восстановительного периода.
Программа 2 – «Олеопрен Генез» – «Лецитин» – «Новомегин»	«Лецитин» содержит фосфолипиды, необходимые для энергетического обмена и нормализации деятельности ЦНС. «Новомегин» оказывает противовоспалительное действие, уменьшает ломкость сосудистой стенки. Селен в составе комплекса способствует нормализации иммунной системы.	«Олеопрен Генез» — по 2 капсулы в день во время еды в течение восстановительного периода. «Лецитин» — по 1 ст. л. в день во время еды. «Новомегин» — по 1 капсуле в день во время еды.

4. Программа при ушибах, переломах, растяжениях

	Описание	Программа приёма
– «Олеопрен Генез» – крем «Хондротол Актив» – «Кальцимакс» – «Неоколлаген Артро»	«Хондротол Актив» активизирует процессы восстановления костной и хрящевой ткани за счёт хондропротекторов – хондроитина и глюкозамина. «Кальцимакс» восполняет бреши в костной ткани за счёт наличия в составе кальция в легкоусвояемой форме. Магний, марганец, цинк и кремний в составе стабилизируют костную матрицу. «Неоколлаген Артро» повышает эластичность соединительной ткани, восполняя дефицит коллагена.	«Олеопрен Генез» — по 2 капсулы в день во время еды. Крем «Хондротол Актив» — 2–3 раза в день на место ушиба, растяжения. Курс применения — от 1 до 6 месяцев. «Кальцимакс» — по 1 капсуле 2 раза в день во время еды. «Неоколлаген Артро» — 1 порция в день.

5. Программа при гормональных нарушениях

Причиной гормональных нарушений является сбой в работе эндокринной системы.

Чаще всего сбой гормональной системы начинается с дисфункции щитовидной железы. Она отвечает за весь основной обмен, который происходит в организме, под её началом работают все остальные гормональные системы.

	Описание	Программа приёма
– «Олеопрен Генез» – «Тиреобаланс» – «Бурдок-С»	«Олеопрен Генез» стимулирует обменные процессы в мембранах клетки, активирует регенерацию на уровне липидов мембран. «Тиреобаланс» восполняет дефицит гормонов щитовидной железы за счёт йодказеина и аминокислоты тирозин. «Бурдок-С» корректирует нарушения обмена веществ за счёт экстракта лопуха и листа брусники.	«Олеопрен Генез» — по 2 капсулы в день во время еды в течение месяца. «Тиреобаланс» — по 1 таблетке в день во время еды. «Бурдок-С» — по 1 таблетке 2 раза в день во время еды.



Программа красоты с «Олеопрен Генез»



Валерия СОЛЯТОВА,
врач-косметолог,
кандидат медицинских наук,
научный консультант компании
«Артлайф»

— В процессе взросления, а затем и старения человека во всех слоях кожи нарастают дистрофические изменения. Толщина эпидермиса становится меньше, толщина рогового слоя — больше, появляются участки неравномерного гиперкератоза (ороговения), кожа приобретает тусклость и неоднородный рельеф. Кроме того, межклеточных липидов становится меньше, гидро-

липидная мантия истончается, потеря влаги увеличивается. Изменениям подвергаются и более глубокие слои кожи — в фибриллярных структурах дермы нарастает количество «сшивок», которые приводят к ригидности (неэластичности) молекул коллагена и эластина. «Сшивки» становятся неузнаваемыми для собственных ферментов, то есть отсутствует сигнал для разрушения старого коллагена, что сильно замедляет образование нового коллагена. В результате кожа становится сухой, появляются морщины, ухудшается цвет лица.

Как остановить или значительно замедлить эти процессы? Возможно ли это в принципе? Мой ответ как врача — да, возможно. Но нужно подойти к делу системно. Красота кожи — это прежде всего её здоровье. И восстанавливать здоровый вид кожи нужно не только с помощью наружных средств ухода, но и

с помощью биологически активных комплексов, которые помогают правильной работе организма. Для получения максимального эффекта я рекомендую совместное применение косметологических программ и БАД.

Биологически активный комплекс «Олеопрен Генез» содержит целый спектр ценных компонентов, благоприятно влияющих как на состояние кожи и волос, так и на общее самочувствие. Он восполняет дефицит питательных веществ и усиливает восстановительные процессы в коже. Входящие в его состав эффективные биорегуляторы создают основу для торможения возрастных изменений и ускоряют процессы обновления как в организме в целом, так и непосредственно в коже.

А восстанавливать здоровый и молодой вид кожных покровов снаружи помогает программа «Oleopren Beauty Derm».

1. Для глубокого очищения используется **каолиновая маска** из серии «**Oleopren Beauty Derm**». Белая глина (каолин) и бромелайн очищают кожу от белковых загрязнений, шлаков и токсинов, параллельно насыщая её необходимыми микроэлементами. Экстракт шалфея оказывает противовоспалительное и антиоксидантное действие, смягчает кожу, способствует сужению пор, устраняет раздражения и покраснения. А хвойная хлорофилло-каротиновая паста в составе маски обладает бактерицидным, иммуномодулирующим, тонизирующим, противовоспалительным, ранозаживляющим, антиоксидантным действием и стимулирует клеточное обновление. Маска подготавливает кожу к следующему этапу — биоревитализации.



2. Для биоревитализации кожи используется **регенерирующая маска** «**Oleopren Beauty Derm**», в состав которой включён провитаминный концентрат хвойный, CO_2 -экстракт пихты сибирской и молотые семена чиа. Важной составляющей этого комплекса являются полипренолы пихты сибирской. Это уникальные соединения, выделенные по особой технологии из зелёной массы хвойных растений. Они эффективно борются со свободными радикалами, улучшают местный иммунитет, способствуют восстановлению целостности клетки и повышают ее энергетический потенциал. CO_2 -экстракт пихты сибирской обладает антиоксидантными, антибактериальными, противовоспалительными, витаминизирующими свойствами. Семена чиа содержат много омега-3-жирных кислот, кальция, витаминов PP, A, K, калия, железа и мощных антиоксидантов (кофеиновая и хлорогеновая кислоты, мирицетин, кверцетин, кемпферол и флавонол). В составе семян чиа присутствует природный антибиотик, который способствует быстрому заживлению ранок на коже. Маска с семенами чиа восстанавливает оптимальный гидролипидный баланс, выравнивает тон лица, запускает процесс регенерации.



3. Завершающий этап программы — увлажнение и лифтинг. Эти задачи решает **антивозрастная сыворотка** «**Oleopren Beauty Derm**». Она содержит высокую концентрацию биологически активных веществ, замедляющих процессы старения, и обогащена сверхактивными ингредиентами для восстановления упругости кожи. Сыворотка завершает программу омоложения, насыщает кожу влагой, делает её гладкой, ухоженной и сияющей.

Биологически активный комплекс «Олеопрен Генез» доставляет все необходимые элементы в глубокие слои кожи через кровь, а косметические средства восполняют недостаток питательных веществ в коже снаружи. Такой всесторонний подход к решению косметологических проблем является особенно эффективным и обеспечивает максимальный оздоравливающий результат.





«МУЛЬТИМЕГИН» — новинка для активного роста и развития

В середине июля компания «Артлайф» выпустила в продажу новый биологически активный комплекс (БАК) – «МультиМегин». Он создан для активной поддержки роста и развития детей и подростков, так как восполняет дефицит эссенциальных нутриентов, без которых невозможно полноценное формирование и обновление клеток тканей и органов. «МультиМегин» способствует восстановлению резервов организма, нормализует обмен веществ, снижает риск развития острых заболеваний и прогрессирование хронических болезней. Он защищает и питает органы зрения, благотворно влияет на состояние сердечно-сосудистой, иммунной, нервной систем и делает детский организм устойчивым к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Что нужно знать о «МультиМегине»?

Основные компоненты комплекса «МультиМегин» — полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК) омега-3: декозагексаеновая кислота, эйкозапентаеновая кислота (животного происхождения) и альфа-линоленовая кислота (растительного происхождения). Эти три кислоты являются жизненно необходимыми для человеческого организма, особенно альфа-линоленовая, так как декозагексаеновая и эйкозапентаеновая могут синтезироваться из альфа-линоленовой, но для этого человек должен быть абсолютно здоров, и у него не должно быть дефицита полезных веществ в организме, что в наше время практически невозможно.

Зачем нужны эти три кислоты? Они:

- препятствуют формированию воспалительных реакций любого генеза, в том числе аллергических;
- принимают активное участие в регуляции тонуса сосудов кровеносной системы;
- стимулируют активность иммунной системы;
- препятствуют воздействию повреждающих агентов на клетки организма;
- снижают уровень холестерина, обеспечивая профилактику атеросклероза;
- уменьшают степень проявления болевого синдрома;
- снижают уровень хронического воспаления.

Что в составе комплекса?

Содержание ПНЖК в «МультиМегине» доведено до 35 % от суточной потребности. Кроме них, комплекс содержит в своём составе рыбий жир, а также лютеин, зеаксантин, водо- и жирорастворимые витамины.

Рыбий жир, который используется в «МультиМегине», получен из высокосортных видов океанической рыбы. В процессе производства сырьё проходит более 200 проверок на



Недостаток в организме кислот омега-3 испытывают около 80 % жителей различных регионов мира, в том числе и нашей страны. В рационе современного человека почти нет жирной морской рыбы — основного источника столь необходимых кислот. Морская рыба на прилавках магазинов часто дорогая, но некачественная. Получить из неё норму жирных кислот почти невозможно, для этого необходимо принимать биологически активные добавки, содержащие омега-3.

соответствие стандартам. Для повышения безопасности рыбий жир тщательно очищают, а для повышения эффективности концентрируют.

Экстракт цветков календулы содержит **лютеин и зеаксантин**. Эти каротиноиды обладают способностью накапливаться в центре сетчатки глаза, ответственной за центральное и цветное зрение. В комплексе эти два элемента защищают от повреждений те части глаза, которые отвечают за восприятие света. Функция лютеина и зеаксантина — поглощение ультрафиолетовых лучей, которые негативно влияют на состояние сетчатки. Лютеин и зеаксантин в 10 раз эффективнее защищают глаза от ультрафиолета, чем витамин Е. Высокое содержание лютеина в составе сетчатки увеличивает остроту зрения, обеспечивает чёткость изображения и позволяет человеку без усилий различать мельчайшие детали того, на что он смотрит.

Какие витамины содержит БАК?

«МультиМегин» содержит полноценный комплекс водо- и жирорастворимых витаминов, формы и количества которых рекомендованы НИИ питания РАМН для детей в качестве

дополнительного источника незаменимых нутриентов. **Жирорастворимые витамины** — альфа-токоферол, бета-каротин, холекальциферол принимают активное участие в построении скелета за счёт активации фосфор-кальциевого обмена. **Витамин А** участвует в иммунном ответе, необходим для хорошего зрения и для дифференцировки клеток сосудистого русла. **Витамин Е** является мощным антиоксидантом, он связывает молекулы активного кислорода, которые образуются в ходе биохимических процессов.

В состав комплекса входят и **водорастворимые витамины**: L-аскорбиновая кислота, никотинамид, пантотеновая кислота, пиридоксина гидрохлорид, рибофлавин, тиамин, биотин, цианокобаламин. **Тиамин и рибофлавин** принимают участие в синтезе белка, являясь поставщиками аминокислот. **Пиридоксин и цианокобаламин** необходимы для кроветворения. **Никотинамид** лечит авитаминозы, участвует в метаболизме жиров, белков, аминокислот и в тканевом дыхании. Способен снижать вред, наносимый организму при неполноценном и несбалансированном питании.



В чём преимущество «МультиМегины» перед другими БАД?

Большим преимуществом комплекса «МультиМегин» является то, что в нём используется сочетание рыбьего жира фармацевтического качества и льняного масла. Рыбий жир является источником декозагексаеновой кислоты и эйкозапентаеновой кислоты. А льняное масло — настоящий чемпион по содержанию полиненасыщенных жирных кислот, причём в нём содержится очень важная альфа-линоленовая кислота.

У льняного масла в бутылках есть один минус: оно очень быстро окисляется при контакте с воздухом. От момента производства масла до его употребления должно пройти не более месяца. Иначе вреда от продуктов окисления будет больше, чем пользы. Преимущество льняного масла в мягких желатиновых капсулах — оно защищено от контакта с воздухом и не окисляется.

Альфа-линоленовая кислота (ALA) играет очень большую роль в процессах формирования детского организма. Она влияет на развитие головного мозга, органов зрения, половых желёз. Без неё невозможны сбалансированная биохимия нервной системы и передача нервных импульсов от мозга к органам. Поддержание высокого уровня мозговой активности, борьба со стрессом, регулировка артериального давления и уровня холестерина в крови, очистка кровеносных сосудов, сохранение влаги в коже и волосах — решение этих задач невозможно без альфа-линоленовой кислоты.

Но получить нужное количество ALA только из льняного масла или других продуктов, которые её содержат (тыквенное масло, рапсовое масло, масло грецкого ореха, льняное семя, семена тыквы, грецкие орехи, соевые бобы, фасоль, тёмно-зелёные листовые овощи), невозможно. Нужно обязательно употреблять пищевые добавки, которые содержат эту кислоту.



Оксана ЦЮК,
врач-педиатр,
партнёр компании
в статусе Президент

— Все родители мечтают о том, чтобы их дети росли здоровыми и умными. Но реализовать эти мечты можно только при правильном питании и обязательном включении в рацион детей полиненасыщенных жирных кислот. Значение этих веществ для организма ребёнка очень велико, особенно в период активного роста. Они участвуют в метаболиче-

ских процессах и улучшают кровоснабжение головного мозга. Это способствует мозговой активности и умственному развитию ребенка. Дети лучше понимают и запоминают информацию. Гиперактивные дети становятся более усидчивыми, у них повышается способность к концентрации внимания. У маленьких детей быстрее развивается мелкая моторика рук. Малыши быстрее учатся писать и читать, меньше устают.

В подростковом периоде важен эффект ПНЖК, связанный со стимуляцией выработки серотонина, который называют гормоном счастья. Благодаря ему улучшается настроение, что особенно важно при депрессии в подростковом возрасте.

Современные дети часто увлекаются фастфудом, что способствует нарушению обмена веществ и разви-

тию ожирения, а омега-3 будут сжигать насыщенные жиры и способствовать нормализации массы тела.

Также ценно влияние жирных кислот на иммунную систему. Они укрепляют иммунитет, предупреждают развитие аллергии, астмы, снижают воспалительные реакции, повышают устойчивость к инфекциям. Это действие связано со стимуляцией выработки простагландинов.

Комплекс ПНЖК в «МультиМегине» сочетается с веществами, полезными для зрения. Возникновение и прогрессирование близорукости у детей и подростков совпадает с периодом интенсивного роста. Именно поэтому комплекс «МультиМегин» будет очень полезен для профилактики нарушений зрения у детей школьного возраста.

Арт Лайф®

НОВИНКА



МУЛЬТИМЕГИН

КАЖДЫЙ ДЕНЬ НЕОБХОДИМ!

✓ Источник рыбьего жира в высокой концентрации

Комплекс **МУЛЬТИМЕГИН** содержит ингредиенты, которые чрезвычайно важны для здоровья и хорошего самочувствия взрослых и детей*

ОМЕГА-3

Предупреждают отложение холестерина в стенках сосудов, поддерживают работу мозга, улучшают когнитивные функции

ЛЮТЕИН И ЗЕАКСАНТИН

Снижают проявление синдрома зрительного утомления

КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ

Способствует укреплению иммунитета

ФОРМА КАПСУЛЫ

Обеспечивает лучший механизм доставки полезных веществ в организм

*рекомендуется детям с 3-х лет.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Кому рекомендуется принимать «МультиМегин»?

«МультиМегин» рекомендуется для поддержки активных процессов роста детей. Комплекс способствует профилактике респираторных заболеваний (особенно у часто болеющих детей), может использоваться для профилактики аллергии, астмы, кожных заболеваний, а также в качестве общеукрепляющего продукта после перенесённых заболеваний. Кроме того, компоненты комплекса препятствуют снижению зрения из-за высоких зрительных нагрузок, повышают концентрацию внимания и улучшают способность ребёнка к обучению.

«МультиМегин» может употребляться также и взрослыми людьми для профилактики возрастного снижения зрения, профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы и атеросклероза, для поддержки работы мозга, при постинфарктных состояниях и аллергических заболеваниях, при метаболическом синдроме, нарушениях обменных процес-

сов, воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды (солнечное и радиоактивное излучения, продолжительная работа за компьютером, резкий перепад температур). Комплекс помогает бороться со старением кожи, ранней потерей волос, с хроническими воспалительными процессами различной этиологии.

Как его принимать?

Детям от 3 до 7 лет: по 1 капсуле 1 раз в день во время еды. Продолжительность приёма — 1 месяц, курс можно повторять 2–3 раза в год.

Детям и подросткам от 7 до 18 лет: по 1 капсуле 2 раза в день во время еды. Продолжительность приёма — 1 месяц, курс можно повторять 2–3 раза в год.

Взрослым: по 1 капсуле 2 раза в день во время еды. Продолжительность приёма — 1 месяц, курс можно повторять 2–3 раза в год.

Капсулы «МультиМегины» небольшого размера, с приятным запахом. Их форма удобна для применения как детьми, так и взрослыми.



Павел БЫЛИН,
ведущий инженер по внедрению
новой техники и технологий
компании «Артлайф»

— Сегодня на рынке представлено большое количество витаминов, капель и комплексов для улучшения работы глаз. В качестве наиболее популярных ингредиентов производители используют экстракт черники и лютеин. Эти средства имеют большую рекламную поддержку и популярны среди потребителей. Но для того чтобы продукт действительно обладал конкурентными преи-

муществами, нужно, чтобы он имел сбалансированный состав и обладал комплексным действием (антиоксидантным, сосудоукрепляющим, противовоспалительным, регенерирующим). Также потребители ценят наличие в БАД натуральных компонентов.

Сегодня на рынке практически отсутствуют БАД для зрения, содержащие полиненасыщенные жирные кислоты. Вместе с тем пользу ПНЖК для зрения нельзя недооценивать, так как они входят в состав клеток сетчатки, оказывают противовоспалительное и защитное действие, повышают эластичность кровеносных сосудов. При этом ПНЖК не синтезируются организмом, поэтому должны быть включены в ежедневный рацион. Новый продукт «МультиМегин» производства компании «Артлайф» обладает неоспоримыми

преимуществами для поддержки органов зрения:

1. Присутствие в продукте ПНЖК позволяет снизить интенсивность воспалительных процессов в глазном яблоке.

2. В составе комплекса бета-каротин и витамин Е — эти антиоксиданты обладают способностью защищать клетки сетчатки от повреждения ультрафиолетом.

3. Наличие ПНЖК является преимуществом для потребителя с экономической точки зрения, так как вместо трёх комплексов (отдельно для зрения, отдельно ПНЖК, отдельно витамины) он может приобрести один.

4. Продукт подойдёт как взрослым, так и детям. Покупая экономичную упаковку 120 капсул, вы сможете принимать комплекс одновременно со своим ребёнком.

Сравнительный анализ составов комплексов с ПНЖК, разрешённых детям с 3 лет

Наименование продукта	Количество капсул в день	Источник ПНЖК и количество в суточной дозе	Лютеин и зеаксантин	Витамин Е	Бета-каротин	Витамины группы В, биотин	Витамин D3	Цена за упаковку, руб.	Цена курса, 1 мес
«МультиМегин», 120 капсул, «Артлайф»	2	Рыбий жир из мышечной ткани рыб — 420 мг (сумма ЭПК и ДГК — 146 мг) Льняное масло — 200 мг (альфа-линолевая кислота — 88 мг)	+	+	+	+	+	1183*	591
«Витамама», 90 капсул, «Сибирское здоровье»	2	Из жира морских рыб / Этиловая форма ПНЖК, более концентрированная, но хуже абсорбируется 312 мг (ЭПК и ДГК в сумме 266 мг)		+	+		+	540	540
«Кусалочка», 60 капсул, «Реал капс»	2	Из рыб с коротким жизненным циклом (анчоусовые, ставридовые) (ЭПК и ДГК в сумме 150 мг)		+	+		+	235	235
«MiniOmega-3», 30 капсул, Multi-Tabs	1	348 мг (ЭПК и ДГК в сумме 300 мг)					+	834	834
«KINDER OMEGA-3 для детей с 7 лет», 45 капсул, «Доппельгерц»	2	300 мг		+	+		+	426	568
«Омега-3 Тутти Фрутти» капсулы жевательные 45 шт., «Биориджинал»	2	290 мг		+			+	420	560

* Указана розничная цена без учета скидки партнера



DIETALIKA®

10 ВОПРОСОВ И ОТВЕТОВ о преимуществах фитнес-продуктов



1 ДЛЯ КОГО РАЗРАБОТАНЫ ПРОДУКТЫ ЛИНИИ «ДИЕТАЛИКА»?

Продукты «Диеталика» созданы для людей, которые хотят похудеть или улучшить формы своего тела, а ещё для тех, кто придерживается здорового образа жизни. Все продукты линии имеют низкую калорийность и оптимальное соотношение белков, жиров и углеводов. Они помогают обеспечивать организм энергией, активизируют обменные процессы, в том числе направленные на сжигание жировой массы тела.



2

КАК ПОХУДЕТЬ С ПРОДУКТАМИ «ДИЕТАЛИКА»?

Заменяя белковыми продуктами линии «Диеталика» один или несколько приёмов пищи, можно добиться планомерного снижения веса. Белок является ключевым элементом в управлении весом, он способствует чувству полноценного насыщения, помогает стабилизировать уровень сахара в крови – благодаря этому любая диета переносится легче. Преимуществом использования коктейлей «Диеталика» является то, что снижение веса происходит за счёт жировой массы, а не мышечной. Люди, которые используют коктейли «Диеталика», отмечают, что уменьшается объём талии, а кожа становится более упругой.

3

МОЖНО ЛИ УПОТРЕБЛЯТЬ КОКТЕЙЛИ «ДИЕТАЛИКА» В КАЧЕСТВЕ ПРОДУКТА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ?

Коктейли «Диеталика» — продукт функционального и здорового питания. Одна порция коктейля соответствует полноценному приёму пищи, он состоит из натуральных компонентов, не содержит вредных веществ и быстро утоляет чувство голода. Эти коктейли полезны всем людям, имеющим дефицит белка, антиоксидантов и витаминов в рационе. Кроме того, мицеллярный казеин, который входит в состав коктейля, — богатый источник кальция, полезного для костей. В белковых коктейлях «Диеталика» отсутствует сахар, вместо него используется современный сахарозаменитель эритритол. Поэтому их можно употреблять людям с сахарным диабетом. Регулярное употребление коктейлей «Диеталика» поможет поддержать работу иммунной и пищеварительной систем, улучшить сердечно-сосудистую функцию, снизить риск развития диабета.



4

КАКИЕ ПРОТЕИНЫ ИСПОЛЬЗУЕТ КОМПАНИЯ «АРТЛАЙФ» В ЛИНИИ «ДИЕТАЛИКА»?

Компания «Артлайф» использует протеины высокого качества производства Швейцарии. В коктейлях «Диеталика Дневная формула» соотношение сывороточного и мицеллярного протеинов находится в пропорции два к одному. В коктейлях «Диеталика Вечерняя формула» присутствует только мицеллярный протеин. Содержание протеина в продуктах более 49 %.

Отличие протеинов, прежде всего, в скорости их усвоения. Сывороточный протеин имеет самую высокую биологическую ценность из всех белков, усваивается организмом за 30–60 минут. Считается лучшим протеином для роста мышц. Мицеллярный казеин получают из обезжиренного молока методом микрофльтрации. Всасывается медленно, постепенно повышая концентрацию аминокислот в крови и поддерживая её на высоком уровне в течение 6–8 часов.



5

ПОЧЕМУ СЫВОРОТОЧНЫЙ ПРОТЕИН И МИЦЕЛЛЯРНЫЙ КАЗЕИН ЛУЧШЕ СОЕВОГО БЕЛКА?

Разные виды белков отличаются по аминокислотному составу и биологической ценности (БЦ). БЦ — наиболее точный показатель биологической и анаболической активности белка. Индекс биологической ценности протеина рассчитывается как отношение количества азота, оставшегося в организме, к количеству азота, полученного из данного белка, то есть учитывается его усвояемость. Для сравнения: биологическая ценность сывороточного протеина — 130, а соевого — 73.



6 ЧЕМ ЛУЧШЕ РАЗВОДИТЬ КОКТЕЙЛИ «ДИЕТАЛИКА»: ВОДОЙ ИЛИ МОЛОКОМ?

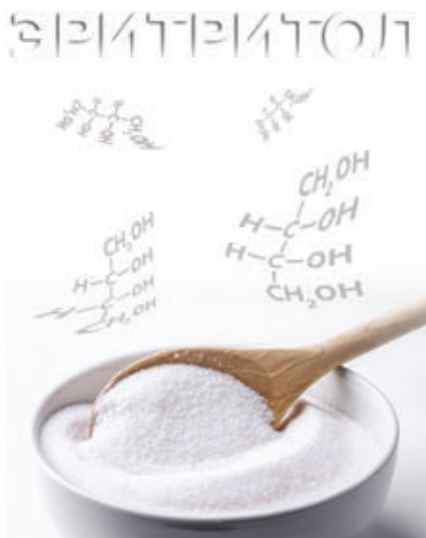
Протеиновые коктейли «Диеталика» можно разводить как водой, так и молоком. Какой способ выбрать — зависит от ваших целей.

Молоко добавляет калории (калорийность коктейля «Диеталика» на воде — 86 ккал, с молоком — 160 ккал), а также вызывает резкий рост выработки инсулина в организме. Если ваша цель похудение, то утром или после тренировки разводите протеиновый коктейль «Диеталика» молоком, а во второй половине дня выбирайте вариант на воде.

Почему утром полезен протеиновый коктейль на молоке? В утренние часы чувствительность к инсулину и углеводная толерантность чрезвычайно высоки, поэтому чуть больше инсулина и калорий на завтрак не повредят. Для приёма в вечернее время лучше развести водой коктейль «Диеталика Ягодный бриз» на медленном мицеллярном казеине.

7 ЕСТЬ ЛИ В СОСТАВЕ КОКТЕЙЛЕЙ САХАР?

Нет! В составе коктейлей «Диеталика» присутствует только эритритол — инновационный заменитель сахара. Этот продукт, по сравнению с другими сахарозаменителями, обладает целым рядом достоинств. Прежде всего, это максимально натуральный компонент: эритритол производят путём ферментации сока фруктов с использованием природных дрожжей. Эритритол не повышает уровня глюкозы и полностью выводится из организма. Коктейли «Диеталика» на эритритоле имеют приятную сладость, но низкую калорийность, их могут употреблять люди, страдающие сахарным диабетом.



8 СКОЛЬКО ПРОТЕИНОВЫХ БАТОНЧИКОВ МОЖНО УПОТРЕБЛЯТЬ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ?

Количество потреблённых калорий должно соответствовать энергозатратам. В зависимости от интенсивности физической активности рекомендуется употреблять 1–2 батончика в день. Для людей, контролирующих массу тела, оптимальная дозировка — один батончик в сутки (желательно в первой половине дня).



10 ПЛАНИРУЕТ ЛИ КОМПАНИЯ «АРТЛАЙФ» ВВЕСТИ В ЛИНИЮ «ДИЕТАЛИКА» НОВЫЕ ПРОДУКТЫ?

Новой разработкой наших специалистов являются фруктово-овощные батончики «Зелёный чай и спирулина» и «Апельсин и чиа» в линии «Диеталика». В их состав входят исключительно природные растительные компоненты, в том числе экстракт гарцинии камбоджийской. Гарциния камбоджийская интересна тем, что является источником гидроксиминовой кислоты, под влиянием которой в организме человека вырабатывается серотонин. Его нередко называют «гормоном хорошего настроения». При высоком уровне серотонина человеку легче переносить ограничения в питании. Так что батончики «Диеталика» станут хорошими помощниками тем, кто контролирует массу тела или придерживается вегетарианского питания.

9 МОЖНО ЛИ УПОТРЕБЛЯТЬ ПРОДУКТЫ ЛИНИИ «ДИЕТАЛИКА» ПОСТОЯННО?

Продукты линии «Диеталика» могут применяться постоянно без побочных эффектов. Они имеют безопасный состав, не содержат компонентов, вызывающих привыкание или являющихся стимуляторами нервной системы (таких как гуарана, кофеин и т. п.).

Анна ШУШПАНОВА

Вкус (к) здоровой жизни!



Стройность



Бодрость
и энергия



Здоровое
питание



Улучшение
метаболизма



В шоколадной
глазури



Протеин
4 видов

Со вкусом
апельсина

НОВИНКА

Со вкусом
ванильного
маффина



Брокколи



Веганский

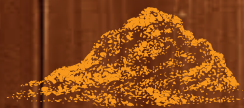


С семенами
чиа

С экстрактом
гарцинии



НОВИНКА



Спирулина



Зеленый
чай



Индийский



История победы над собой

Виктория ЗАЖИГИНА,

г. Вологда

У меня раньше никогда не было проблем с лишним весом, но после рождения младшего сына появились лишние килограммы. Мышцы потихоньку обросли жиром, стало неприятно смотреть на себя в зеркало, а недовольство собой стали замечать окружающие и близкие люди. Мой вес был 75 кг. Я не знала, с чего начать, ведь времени на занятия в спортзале у меня не было, а информации о разнообразных способах похудения было, конечно, много, но у меня она не вызывала доверия.

Отработав много лет в официальной медицине, я не могла доверять рецептам «быстрого, но здорового» избавления от лишнего веса из интернета. У меня они вызывали нечто вроде профессионального ступора. Кроме того, куда-то исчезла мотивация худеть. В стране произошёл затяжной экономический кризис, и рассчитывать на новые интересные карьерные предложения, казалось, не было резона. Так я думала до встречи с компанией «Артлайф».

Общаясь с коллегами в компании, я узнала, что существует проект по обучению принципам здорового образа жизни и личностному преобразению «Я Новая!». В начале было сложно перестроиться на новый образ жизни, стиль питания, на это ушло дней пять-семь. Но шаг за шагом, я привыкла и... втянулась. Я прошла программу очищения «Артлайф». Мне так понравилось то, что я делаю, что без этого уже не представляю своей жизни. Помимо того что я убрала лишние сантиметры, я ещё и укрепила своё здоровье. Ушли отёки и чувство тяжести, мучавшие меня до этого, кожа заметно подтянулась и стала упругой. Мой вес сейчас 63 кг.

“

Я прошла программу очищения «Артлайф». Мне так понравилось то, что я делаю, что без этого уже не представляю своей жизни.



до | 75 кг



после | 63 кг

Я чрезвычайно благодарна организатору и руководителю клуба «Я Новая!» Юлии Шустовой за её личный вклад в моё здоровье! Все мои сомнения остались сейчас далеко позади, но вначале было много вопросов – справлюсь ли я, смогу ли? Кроме того, некоторые препараты и продукты, несмотря на мой медицинский опыт, были мне малоизвестны. Но, по многочисленным благодарным отзывам наших вологодских покупателей, я поняла – это работает! Это помогает! Все это окончательно убедило меня, что я на правильном пути.

Мои успехи и моя новая жизнь вдохновили меня, и я решила организовать филиал клуба «Я Новая!» в Вологде. Нашла отличных специалистов, занятия проводят мастера и дипломированные специалисты высшего класса: врачи, косметологи, психологи, дизайнеры. Не так давно прошёл первый выпуск нашего клуба – тех, кто решил принять участие в программе по изменению себя. Моё вдохновение пе-

“

Мои успехи и моя новая жизнь вдохновили меня, и я решила организовать филиал клуба «Я Новая!» в Вологде.

редалось и участницам первого выпуска. На занятиях я говорю о продукции «Артлайф», дегустируем коктейли, чай, кисель, конфеты. Все участницы сразу же влюбляются в эту продукцию.

В первом выпуске было 11 женщин разных возрастов. Самый лучший результат – минус 9 кг, хорошо ушли объёмы – минус 10 см талии и бёдер. Мы зарядили своей позитивной энергией и результатами гостей, приглашённых на выпускной, так что жительницы города Шексна тоже захотели принять участие в данном проекте. И вот параллельно со вторым набором в Вологде мы запустили клуб «Я Новая!» в Шексне.

Наш клуб – это не объединение пышек, которые жаждут

похудеть. Клуб «Я Новая!» – это группа людей, которые объединены идеей здоровья и красоты, которые приняли решение измениться. Почти каждый из людей испытывает недовольство собой, нас часто что-то не устраивает в собственной внешности. Кто-то живет с этим всю жизнь, а самые смелые и ответственные ищут путь к самосовершенствованию. Состояние здоровья, особенности внешности, вес, объём, структура тела, метаболический возраст – всё это можно довести до вашего личного идеала!

«Артлайф» даёт огромные возможности не только обрести себя в лучшей форме, но и помочь другим повторить ваш успех. Заботьтесь о себе, стремитесь быть лучше и помогите другим сделать то же самое!



Коллаген – наносить и пить!

Самый нужный компонент молодости и красоты

Красивые волосы, сияющая кожа, лёгкая походка — важные составляющие женской красоты. Все мы знаем, что внешняя привлекательность и здоровье тесно взаимосвязаны, но мало кто задумывается о том, что упругость и эластичность кожи, здоровье суставов и мышц во многом определяет такое вещество, как коллаген. Именно коллаген составляет основу соединительной ткани человека, он присутствует во всех органах и кровеносных сосудах, а также является основным компонентом кожи, волос и ногтей.

Вразном возрасте содержание коллагена в коже неодинаково. У молодых людей образование коллагена протекает интенсивно, но примерно с 25 лет процессы распада начинают преобладать над синтезом. Количество коллагена в кожных покровах и в организме в целом заметно снижается. Происходит накопление дефектов на молекулярном уровне, эластичный

коллагеновый каркас становится менее прочным, это приводит к изменениям внешнего вида и нарушениям функций органов и систем.

Внешне это проявляется не сразу, но уже после 30–35 лет становятся заметны изменения: появляются тонкие морщины, снижается упругость кожи, ухудшается способность дермы удерживать достаточный объём

воды. Кроме процессов, заложенных природой, на распад коллагена влияют и такие факторы, как повышенная инсоляция, курение, стресс, нерациональное питание, недостаток витаминов и микроэлементов, соматические заболевания. Свой вклад вносит также избыток употребляемых сладостей. Сахар усиливает процесс гликации (склеивания волокон коллагена с глюкозой) и

делает коллагеновые волокна сухими, слабыми и ломкими.

Что делать, чтобы спасти свою молодость и красоту от быстрого исчезновения? Можно ли остановить этот процесс или хотя бы максимально замедлить его? Косметологи отвечают: да! И первый способ, который жизненно необходим на этом пути, — использование коллагена. Причём использовать его нужно как снаружи, так и употребляя внутрь.

Коллаген снаружи и внутри

Сегодня очень популярен комплексный подход к красоте — омоложение не только снаружи, но и изнутри. Опираясь на общемировые тренды, компания «Артлайф» разработала собственный подход к использованию коллагена. Этот подход предполагает как нанесение на кожу косметики, обогащённой коллагеном, так и употребление его внутрь в составе продук-

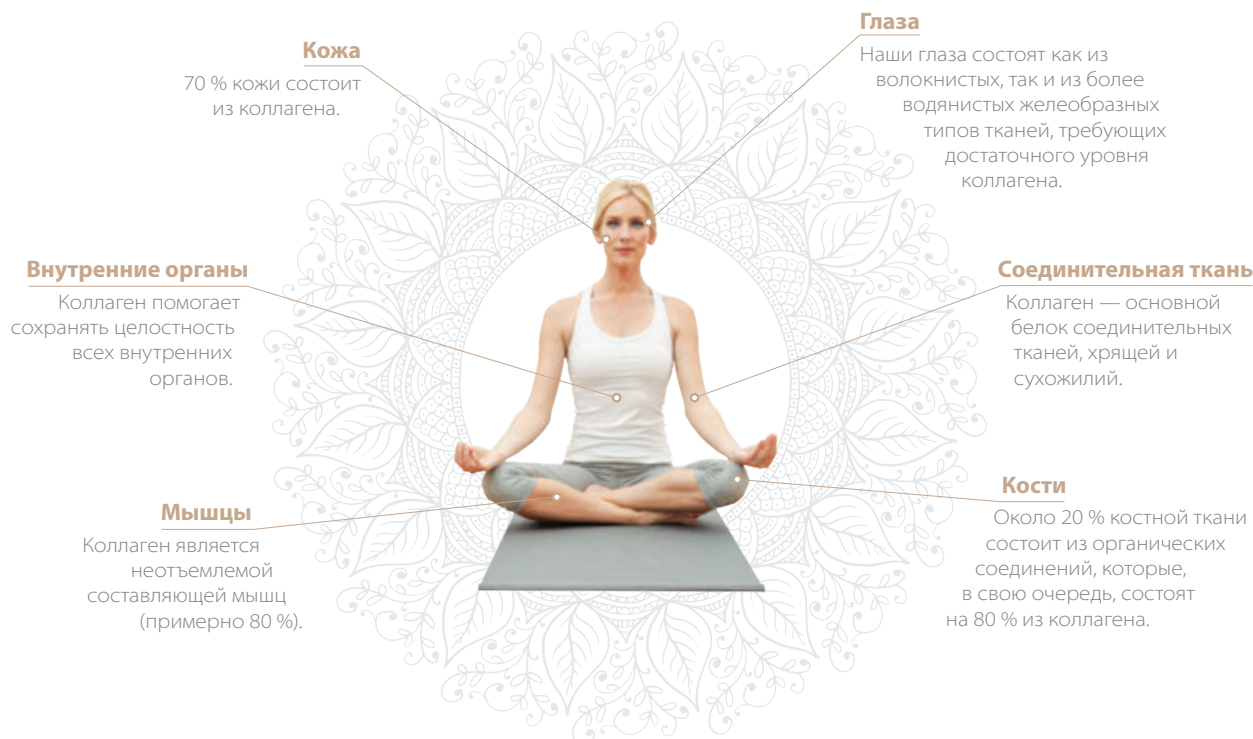
Образующаяся на коже коллагеновая плёнка постепенно подсыхает и создаёт натяжение, обеспечивая лифтинг-эффект. Коллаген на какое-то время заполняет неровности на коже, придавая ей гладкость.

тов функционального питания. В ассортименте «Артлайф» есть целые линейки продуктов с этим бесценным компонентом — коллагеном.

В составе продуктов питания коллаген, распадаясь на аминокислоты, прекрасно усваивается организмом и служит материалом для построения собственных коллагеновых волокон. В косметике же действует иной принцип. Коллаген в составе косметических препаратов является натуральным увлажняющим компонентом.

Коллаген чрезвычайно гигроскопичен. Он может притя-

гивать и удерживать большое количество влаги — до 30 раз больше собственного объёма. Образуя на поверхности кожи воздухопроницаемую плёнку, он усиливает защитный барьер, предохраняя кожу от потери влаги. И эта плёнка, в отличие от жировой, не закупоривает поры и позволяет коже дышать. Оптические свойства увлажнённой кожи заметно улучшаются: тон кажется более однородным, а морщины — менее заметными. В итоге как лицо, так и всё тело выглядит более молодым и свежим.



Эффективная формула

Компания «Артлайф» выпускает целую серию косметики на основе коллагена под маркой «Лё Неж». Каждый продукт линии «Лё Неж» содержит эффективную формулу, основой которой является **коллаген**.

Его основная функция — увлажнение и лифтинг. Но ещё одной важной особенностью коллагена является то, что он способен пролонгировать действие других ингредиентов в составе косметической композиции. Например, действие **масла льна**.

Льняное масло уникально тем, что имеет в своём составе сразу две незаменимые полиненасыщенные жирные кислоты: омега-3 и омега-6. Кроме того, оно содержит все известные «витамины красоты и молодости»: А, Е и F. Льняное масло имеет питательные, увлажняющие и восстанавливающие свойства. Оно способно дать коже необходимую подпитку и поддержать её барьерные свойства.

Таким образом, благодаря действенной формуле «коллаген + масло льна» кожа прекрасно увлажнена и наполнена биологически активными веществами, недостаток которых может привести к сухости, раздражениям и воспалительным реакциям.

Нежный уход за телом

Тщательно ухаживая за лицом, многие женщины нередко забывают о том, что сухость, обезвоженность, потеря тонуса и упругости проявляются также на коже тела и оно не меньше нуждается в постоянном уходе. Очистение, увлажнение, защита — вот три кита, на которых строится правильный уход. В соответствии с этими принципами и были разработаны продукты линии «Лё Неж».

Очень часто мытьё водой, даже без использования моющих средств, иссушает кожу, провоцирует появление шелушения и дискомфорта. Коллаген, выполняющая смягчающую и защитную функцию, способен нейтрализовать действие жёсткой воды. Таким образом, при использовании продуктов с коллагеном

уход за кожей начинается уже на этапе очищения: исчезает чувство стянутости после умывания, кожа становится более гладкой и увлажнённой.

● **Жидкое крем-мыло «Лё Неж» с коллагеном и маслом льна** очищает кожу рук мягко и эффективно благодаря комбинации специальных моющих компонентов и увлажняющего крема.

● **Гель для душа «Лё Неж»** содержит мягкую моющую основу, полученную **из аминокислот яблочного сока**. Она хорошо переносится кожей, не раздражает глаза и не разрушает липидный барьер. **Д-пантенол** в составе геля улучшает регенерацию кожи, а также оказывает смягчающее действие.

SPA-мыло «Лё Неж» в форме камня — великолепный презент к любому празднику.

Мыло включает в себя коллаген, масло льна и бурачника, а также экстракт родиолы розовой, который стимулирует активное обновление клеток, поддерживает упругость и эластичность кожи.



Увлажнение и питание

После очищения кожу необходимо в обязательном порядке увлажнять и питать, чтобы помочь ей восполнить баланс необходимых веществ.

● **Крем для рук «Лё Неж»** имеет лёгкую питательную формулу, которая способствует защите и увлажнению кожи.

● **Крем для тела «Лё Неж»** содержит дополнительный питательный компонент — **масло бурчника (огуречника)**. Это ценнейший ингредиент в медицине и косметологии. Своё название масло получило благодаря душистым листьям, источающим огуречный запах.

Ещё один «работающий» элемент крема для тела — **экстракт родиолы розовой**. Он стимулирует обмен веществ и активное обновление клеток кожи, улучшает синтез собственного коллагена и эластина, уменьшает трансэпидермальные потери воды. В результате повышаются защитные функции кожи, её упругость и эластичность.

Масло огуречника

Масло огуречника с древности известно своими лечебными и омолаживающими свойствами, которые обусловлены наличием в составе масла высокой концентрации жирных кислот:

- линолевой (от 35 до 40 %),
- гамма-линолевой (от 25 до 40 %),
- альфа-линолевой (до 3 %),
- олеиновой (до 18 %).

По содержанию ПНЖК это масло — несомненный природный лидер. Оно подходит коже любого типа, но особенно полезно для сухой, чувствительной, обезвоженной и увядающей кожи. При нанесении на кожу запускает деление клеток и обновление эпидермиса, восстанавливает клеточные слои кожи после агрессивных воздействий (например, пилинга). Лечит дерматиты, воспаления, раздражения. Обладает лифтинговым действием.



Нужно ли пить collagen?

Несомненно, что пополнять количество этого жизненно важного вещества в организме нужно, и лучше делать это регулярно. Хотя самый полезный и эффективный collagen — тот, который производится собственным организмом. Но мы способны помочь ему в этом процессе. А именно — поддержать процесс синтеза собственного коллагена с помощью биологически активных добавок. Для этого нужно регулярно употреблять аминокислоты, которые являются составляющими коллагена, а также минералы и витамины для обеспечения процесса синтеза.

Необходимые аминокислоты и пептиды содержатся в гидролизованном коллагене,

который чаще всего используется в нутрицевтике. Гидролизат — это наилучшая форма для восполнения дефицита и усвоения белка. Попадая в организм, гидролизированный collagen усваивается практически моментально. Благодаря своей низкой молекулярной массе и абсолютной водорастворимости, аминокислоты в составе гидролизата практически полностью и за короткое время поступают в глубокие слои кожи и уже там начинают выполнять свою целительную функцию. Именно поэтому компания «Артлайф» использует гидролизированный морской collagen в своих пищевых продуктах, созданных для сохранения молодости и красоты.



Компания «Артлайф» использует гидролизированный морской коллаген в своих пищевых продуктах, созданных для сохранения молодости и красоты. Эти продукты решают многие задачи, с которыми сталкивается любая женщина в определённом возрасте.

Профилактика возрастных изменений

Для поддержания хорошей физической формы и сохранения в здоровом состоянии кожи, волос и ногтей необходим баланс определённых веществ в организме. А именно — антиоксидантов, аминокислот, хондропротекторов, гиалуроновой кислоты. С задачей сохранения баланса этих веществ прекрасно справляются все продукты линии «Бьютель», а также напиток **«Неоколлаген Артпро»**. Он способствует укреплению соединительной ткани, улучшает подвижность суставов и связок. А **франппе «Лаймовый пирог»** с пептидом морского коллагена, фукоиданом и кальцием морского жемчуга запускает и усиливает процессы регенерации в глубинных слоях кожи, повышает её упругость и увлажнение, улучшает состояние волос и ногтей.

Профилактика сезонного выпадения волос

Очень часто при смене сезона наблюдается более интенсивное, чем обычно, выпадение волос. Это связано как с внешними факторами (меняются погодные условия), так и с внутренними (снижение иммунитета, нехватка витаминов и микроэлементов при переходе из зимы в лето). Справиться с этой проблемой поможет приём обогащённых продуктов и напитков. Напиток **«Неоколлаген Бьюти»** помимо коллагена содержит биотин — серосодержащий элемент, который оказывает влияние на рост волос, нормализует процессы усвоения белка, усиливает восстановление клеток кожи и волос. Кроме того, в напитке есть такой микроэлемент, как цинк, — он нормализует процессы салоотделения, укрепляет волосы и уменьшает их ломкость.

Восстановление упругости кожи после похудения

Часто бывает так, что долгожданное избавление от лишних килограммов не приносит должного удовлетворения. Вес уходит, а дряблость и провисание кожи остаётся, ей заметно не хватает упругости. И всё потому, что при избыточном весе кожа всегда растянута, ткани отёчные, в них нарушена микроциркуляция, задерживаются шлаки и токсины. Для того чтобы улучшить состояние кожи после похудения, вернуть ей упругость, необходимо поддержать кожу аминокислотами и антиоксидантами. В качестве средств для наружного применения необходимо использовать косметические продукты **«Лё Неж»**, а внутрь принимать **леденцы «Бьютель»** с коллагеном и гиалуроновой кислотой. Кроме того, восстановлению структуры кожи отлично помогает **кофе «Ирландские сливки»**.

Использование пищевых продуктов, содержащих коллаген, и косметики с коллагеном позволяет реализовать современный подход к космецевтике и нутрицевтике, который продлевает молодость и позволяет женщине надолго сохранить привлекательность.

Будьте здоровы и привлекательны с «Артлайф»!

Валерия СОЛЯТОВА,
Татьяна ГОНЧАРОВА

Le Neige

Le Neige

Формула с коллагеном –
основа молодости
кожи!

Коллаген защищает кожу
от потери влаги,
повышает ее упругость
и эластичность.



Арт Лайфс®



Красота без инъекций

Питъевая мезотерапия от бренда Beautelle

Во все времена люди
хотели быть красивыми,
нравиться себе и окружающим.

Именно эта потребность во внешней
положительной оценке, ведущая к всплеску
гормонов радости, заставляет нас обдуманно
подбирать себе гардероб, заниматься спортом,
стричь волосы и заниматься ещё массой дел,
направленных на создание собственного образа.
Работая над своей внешностью и телом, современный
человек преследует не только эстетические цели,
но и обеспечивает личную конкурентоспособность.

Различные исследования говорят о том,
что привлекательные люди пользуются
успехом не только в личной жизни.
Они вызывают больше доверия у окружающих
и быстрее продвигаются по службе.

Психологи называют это
«эффектом ореола».

Понятие красоты также тесно связано с понятием здоровья. Физически активные и энергичные люди воспринимаются как красивые, а люди малоподвижные, с нездоровым цветом лица в восприятии окружающих утрачивают привлекательность.

Один из индикаторов здоровья и красоты — наша кожа. Особенно кожа лица. Лицо — первое, на что мы смотрим, когда с кем-то общаемся. По лицу мы судим о настроении человека и его физическом состоянии. Достаточно одного взгляда, и вот мы уже спрашиваем: «Что-то ты сегодня бледная, выглядишь усталой. У тебя всё хорошо?» Лицо — это, можно сказать, наша визитная карточка.

*Традиционный уход
за лицом включает в себя
очищение, увлажнение
и питание кожи
различными
косметическими
средствами.*

*Но достаточно ли этого,
чтобы хорошо выглядеть?
Для точного ответа
на этот вопрос необходимо
понимать, как устроена
кожа и какое значение
для красоты лица имеет
каждый её слой*

Кожа состоит из трёх слоев (рис. 1). Самый верхний, видимый слой кожи — эпидермис. Он является универсальным механическим барьером, с которым сталкивается любой потенциально опасный для организма фактор внешней среды, а их много: солнечное излучение, жара, холод, ветер, пыль, выхлопные газы, аллергены, бактерии и вирусы. Верхний (роговой) слой эпидермиса защищает организм от проникновения вредных веществ и снижает их негативное воздействие.

Механизм этой защиты довольно прост. Нижний (базальный) слой эпидермиса, 95 % которого составляют кератиноциты, постоянно продуцирует новые клетки. А отмирающие клетки образуют роговой слой из прилегающих друг к другу чешуек. Плотность прилегания обеспечивают скрепляющие эти чешуйки липиды (жиры). Поскольку эпидермис постоянно обновляется, вместе с чешуйками с кожи удаляются химические и биологические патогены. Здесь же, в эпидермисе, находятся меланоциты — это клетки, накапливающие пигмент меланин, необходимый для защиты кожи от ультрафиолета.

Кожа защищает наш организм, а что защищает саму кожу? Липиды, пот и кислоты, образующиеся в процессе жизнедеятельности эпидермиса, создают на поверхности кожи гидролипидный барьер. Жиры защищают кожу от обезвоживания, поскольку не пропускают воду, а кислотность среды не даёт размножаться бактериям.



Светлана НЕКРАСОВА,

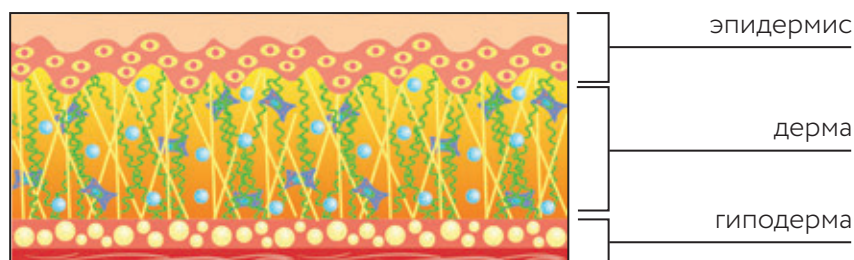
главный врач медицинского центра «Эстетик», г. Томск, врач-дерматолог, физиотерапевт, специалист по лазерной терапии, преподаватель кафедры дерматовенерологии СибГМУ на курсе профессиональной переподготовки врачей по специальности «Косметология» Опыт работы в косметологии более 10 лет

— Главной задачей косметологов является сохранение молодости и здоровья кожи. Для этого в ход идут всевозможные процедуры и косметические средства. В том числе те, которые помогают защитить кожу от агрессивного воздействия окружающей среды и дать отпор свободным радикалам — главным виновникам старения. Но даже самые дорогие кремы обладают лишь поверхностным действием и не затрагивают глубокие слои кожи.

Наружные косметические средства работают с эпидермисом: лосьоны очищают, скрабы удаляют ороговевшие чешуйки, кремы питают эпидермис, смягчая и разглаживая его поверхность, уменьшая сухость.

Расстояние между клетками эпидермиса составляет миллионные доли миллиметра. Поэтому большое значение для косметических средств имеет молекулярный вес активных веществ: не все из них способны проникнуть в эпидермис. Кроме того, наиболее выраженным эффектом обладают косметические средства, состав которых схож с составом липидного барьера. Это средства на жирной основе, с жирорастворимыми веществами. Они способны проникать через барьер и протягивать за собой другие вещества. Ещё глубже, в дерму, могут проникнуть только препараты в виде инъекций или нутрикосметические средства. А ведь именно этот слой отвечает за такие характеристики кожи, как упругость и эластичность, что даёт красивый овал лица, отсутствие морщин и складок.

РИСУНОК 1. СТРОЕНИЕ КОЖИ



Дерма (рис. 2) — это соединительная ткань, формирующая каркас нашей кожи. Здесь находятся коллагеновые и эластиновые волокна, а также кровеносные и лимфатические сосуды, сальные и потовые железы, волосные луковицы. Чтобы лучше понять строение дермы, представьте себе комбинацию водного и пружинного матраса: пружинки матраса — это волокна коллагена и эластина, а вода между ними — это гель из гиалуроновой кислоты.

Коллаген — основной структурный компонент дермы. Это белок спиралевидной формы, состоящий из различных аминокислот. Тройные нити спирали образуют особо прочные волокна с высокой сопротивляемостью растяжению. Волокна коллагена не растягиваются, но могут изгибаться.

Эластин так же, как и коллаген, образует волокна, только более тонкие. Они позволяют коже растягиваться и возвращаться к исходному состоянию при разнообразных движениях тела.

Коллаген нужен нашей коже для поддержания прочности. Эластин — для упругости и гибкости. Благодаря этим свойствам коллагена и эластина кожа может растягиваться, скручиваться, выдерживать серьёзную нагрузку и при этом не рваться как бумага.

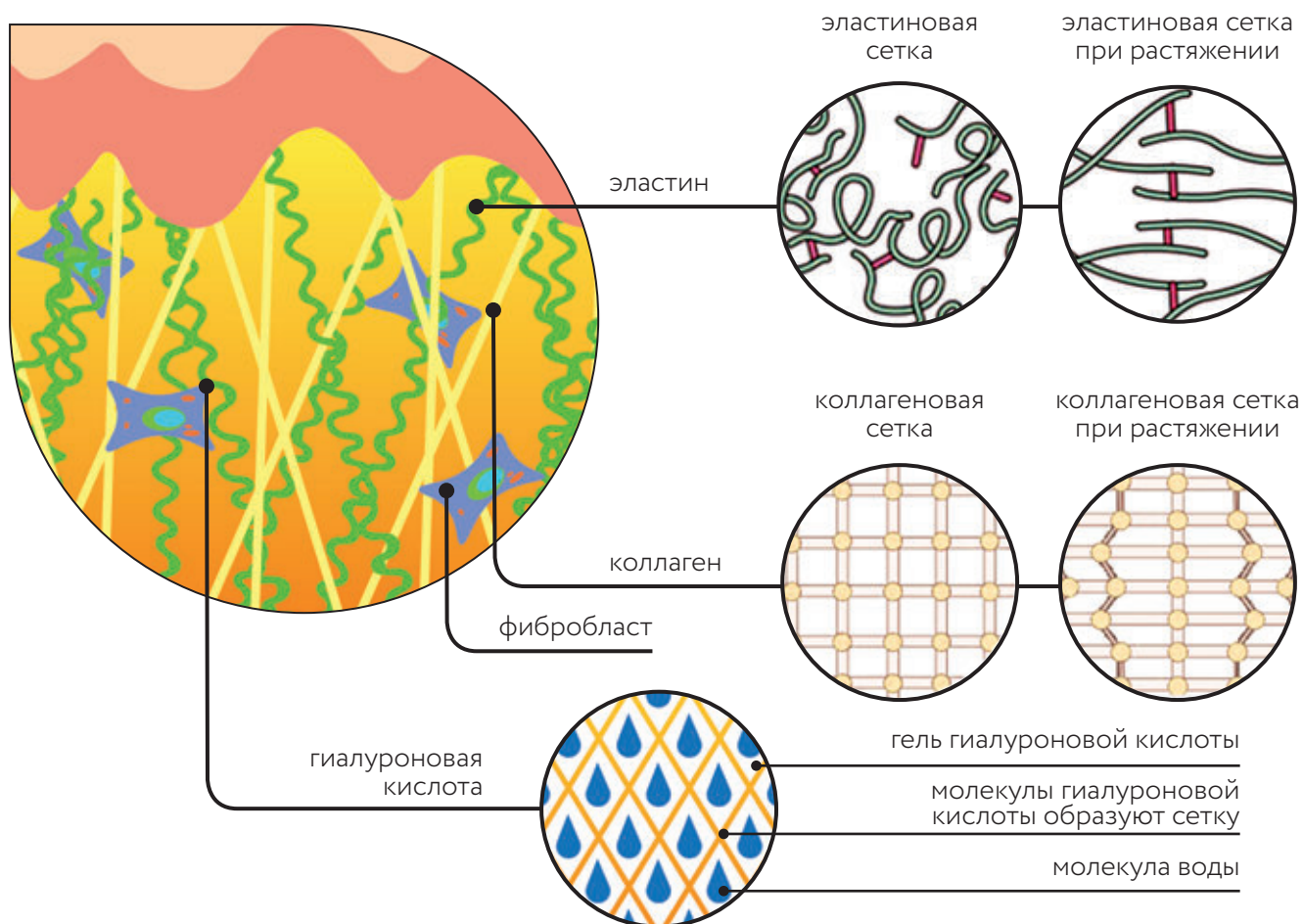
Пространство между волокнами коллагена и эластина заполнено гелеобразным веществом, которое мы называем гиалуроновой кислотой. Молекулы гиалуроновой кислоты образуют сеть с ячейками, притягивая и удерживая в ячейках огромное ко-

личество воды. Гель, образующийся в результате взаимодействия воды и молекул, формирует упругость кожи.

Итак, коллаген и эластин формируют прочный каркас, гиалуроновая кислота его наполняет, и в результате кожа выглядит гладкой и упругой.

Самый нижний слой кожи — гиподерма. Это подкожная жировая клетчатка, связывающая кожу с мышцами. Слой представляет собой сеть коллагеновых и эластиновых волокон с ячейками, заполненными жировыми клетками. Гиподерма предохраняет внутренние ткани от ушибов и переохлаждения, содержит запас питательных веществ и воды. Количество подкожного жира также имеет значение для тургора кожи, не зря у нас в шутку говорят: с возрастом каждой женщине приходится выбирать — фигура или лицо.

РИСУНОК 2. СТРОЕНИЕ ДЕРМЫ



*Возраст — это не приговор,
и то, как человек выглядит в своём возрасте,
во многом зависит от него самого*

Невозможно отменить естественный процесс старения, но его можно замедлить. У людей, ведущих нездоровый образ жизни, интенсивнее накапливаются токсины и шлаки, снижается иммунитет, появляются хронические заболевания, ускоряется износ организма. Деструктивные процессы находят своё отражение и во внешнем облике: преждевременно появляется дряблость и нездоровый цвет кожи, накапливается лишний вес, ухудшается осанка. Биологическое время ускоряется настолько, что организм проживает за один календарный год полтора или даже два года биологической жизни.

Нет никакой тайны в том, что поможет противостоять процессам ускоренного старения. Это рациональное питание, двигательная активность, достаточное время сна и отдыха, отказ от вредных привычек, приём витаминно-минеральных комплексов, профилактика наследственных заболеваний, оздоровительные процедуры. Всё перечисленное опосредованно влияет и на состояние кожи. Но для того чтобы лучше понимать её потребности, рассмотрим,

что происходит с кожей в среднем возрасте. Он, как считают косметологи, начинается после 25 лет.

Молекулы коллагена, эластина и гиалуроновой кислоты продуцируются фибробластами — клетками, которые располагаются в межклеточном веществе дермы между волокнами. Синтез новых клеток и разрушение старых — непрерывный процесс, поэтому межклеточное вещество дермы постоянно обновляется. Если бы этот процесс протекал с одной скоростью на протяжении всей жизни, кожа всегда была бы молодой. Однако с возрастом активность фибробластов снижается, процессы обновления замедляются, способность к синтезу утрачивается, а повреждённые молекулы и волокна накапливаются. Вспомним аналогию с матрасом: со временем пружинки продавливаются, а набивка проседает. Внешний вид кожи напрямую зависит от состояния «пружинок» — волокон коллагена и эластина и качества «набивки» — водного геля, образованного гиалуроновой кислотой. С возрастом волокна ослабевают, гель переста-

ёт удерживать влагу, и в результате кожа начинает терять тонус, провисать, сморщиваться, образуются складки.

После 35 лет в организме постепенно снижается количество эстрогена. Гормональные изменения нарушают работу сальных желёз, и эпидермальный барьер становится слабее. В эпидермисе снижается скорость деления базальных клеток, сам базальный слой истончается, тогда как толщина рогового слоя, наоборот, увеличивается. Кожа становится более сухой и менее ровной. Замедляется синтез меланина, и коже сложнее противостоять фотостарению. Уменьшается количество капилляров, а значит, ухудшается кровоснабжение кожи и её питание, проявляются сосудистые изменения (купероз). Снижается антиоксидантная деятельность организма.

После 45 лет наблюдается дистония мускулатуры лица: снижается тонус мышц, начинают формироваться поперечные и продольные провисания, деформируется овал лица. А процессы разрушения продолжают-ся с прежней скоростью: на волокнах коллагена всё так же оседает глюкоза, клетки атакуют свободные радикалы, ежедневная порция токсинов из окружающей среды не становится меньше.



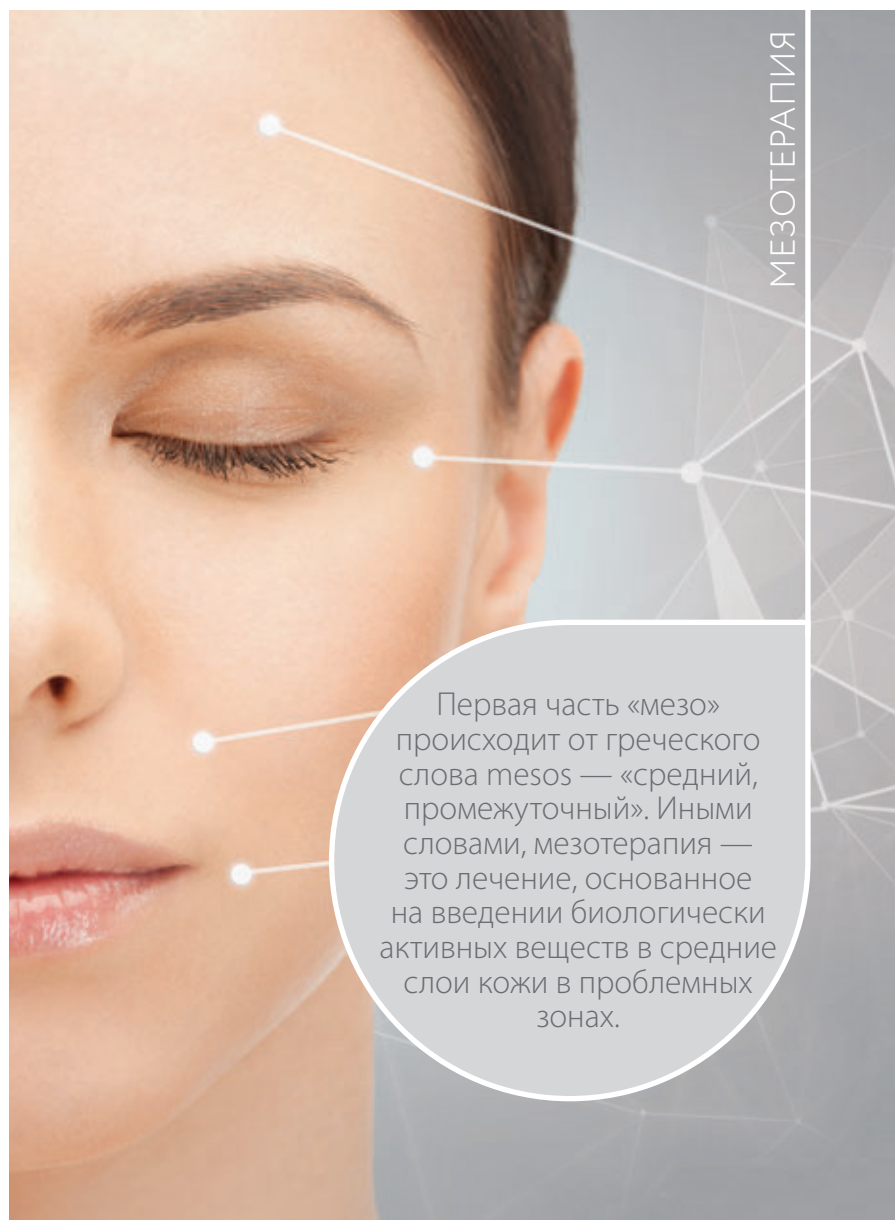
Всё это звучит не слишком ободряюще, но мы помним, что многое зависит от наших действий. Наружные косметические средства воздействуют только на эпидермис, но это уже немало. С их помощью мы можем защитить лицо от УФ-излучения, удалить лишние чешуйки рогового слоя, увлажнить, смягчить и выровнять кожу. Декоративная косметика поможет устранить поверхностные дефекты: скрыть излишнюю пигментацию и сосудистую сетку, освежить цвет лица.

Мышцы можно укреплять специальной гимнастикой, кровообращение усиливать с помощью массажа. Но как быть с дермой?

Сегодня существует множество косметологических процедур, направленных на восстановление кожного каркаса. Например, аппаратный метод — термолифтинг, который запускает активность фибробластов и улучшает местное кровоснабжение. Или инъекционные методы: биоревитализация и мезотерапия, в ходе которых введённый подкожно кок-

тейль из аминокислот, витаминов, антиоксидантов и гиалуроновой кислоты утилизируется клетками, и они начинают вырабатывать собственную гиалуронку, синтезировать волокна эластина и коллагена, реставрируя структуру стареющей кожи.

Эффект от процедуры проявляется достаточно быстро и сохраняется до полугода. Но ведь кожа нуждается в полезных веществах каждый день, правда? Да и не все являются поклонниками инъекционных процедур.



*Существует
другой способ
насыщения кожи
активными веществами.
Это нутрикосметика,
от латинского
слова *nutrio* —
«питать, кормить».
Функция «съедобной
косметики» — восполнять
дефицит веществ,
синтез которых
в организме по каким-то
причинам снижен,
и тем самым
поддерживать здоровье
клеток кожи,
оказывая на неё
реальное косметическое
воздействие!*

Как это работает? Очень просто: съеденный нами нутрикосметический комплекс попадает сначала в желудок, где переваривается при помощи желудочного сока и ферментов до определённой консистенции. Затем комплекс перемещается в кишечник, где происходит дополнительная обработка желчью и соком поджелудочной железы. В результате таких превращений всё, что входило

в состав съеденного продукта, — белки, жиры, углеводы, витамины и минералы — расщепляется на простейшие вещества, которые всасываются стенками двенадцатиперстной кишки и направляются в кровеносное русло, а оттуда — в те органы, которые нуждаются в соответствующем строительном материале.

В отличие от обычных продуктов, из которых организм может извлекать нужные ему вещества, полезные вещества в нутрикосметике находятся в концентрированной и специально подготовленной форме. Например, коллаген — обычно в форме гидролизата. Прочные и сложно перевариваемые животные белки гидролизуются, то есть подвергаются химической реакции при участии воды. В ходе гидролиза они разлагаются на мельчайшие вещества — пептиды и аминокислоты, которые легко перевариваются и быстро усваиваются организмом человека. Гидролизированный белок имеет тот же аминокислотный состав, что и исходный, но не содержит природных белков, способных вызвать аллергические реакции.

Светлана НЕКРАСОВА,

главный врач медицинского центра «Эстетик», г. Томск

— Нехватка в организме белков, витаминов, минеральных веществ и других важных элементов приводит к ускоренному разрушению коллагена, потере эластичности и шелушению кожи, раннему появлению морщин, ломкости ногтей, выпадению волос. Получается, что для достижения хорошего косметологического эффекта нам необходимы не только наружные средства (кремы, сыворотки), но и изнутри наша кожа должна получать все базовые ингредиенты. Восполнить их дефицит при помощи питания удаётся далеко не всегда, особенно это трудно в зимне-весенний период, когда во фруктах и овощах уже нет витаминов. Поэтому мы предлагаем клиентам биологически активные комплексы, которые помогают сделать рацион более сбалансированным, поддерживают организм и положительно влияют на внешний вид кожи.

Грамотный приём нутрицевтиков может оказать реальную помощь и решить многие проблемы (в том числе косметические), компенсируя недостаток витаминов, микроэлементов, аминокислот, незаменимых жирных кислот и многих других полезных веществ. Для здоровья эпидермиса необходимы кальций, фосфор, цинк, селен, различные витамины и ПНЖК. Неоценимую пользу дерме (а также суставам и связкам!) принесёт готовый «стройматериал»: коллаген и гиалуроновая кислота. Полезными будут экстракты растений, которые стимулируют механизмы клеточного обновления и обеспечивают коже антиоксидантную поддержку.

На Западе биологически активные комплексы, в том числе и нутрикосметические, давно и прочно вошли в повседневную жизнь людей, так как они способствуют повышению активности, улучшению самочувствия и долголетию. В России нутрикосметические средства пока не распространены — у нас не сформирована культура их потребления. Но многие наши клиенты уже ими пользуются, и число таких клиентов год от года растёт. Поэтому проект «Кулинарная косметика» компании «Артлайф», и особенно продукты программы «Мезо Эксперт», апробацию которых мы проводили, обязательно найдёт свою благодарную аудиторию.



В

BEAUTELLE
кулинарная косметика

Линия кулинарной косметики «Бьютель» — первая и до сих пор единственная в России, которая представляет оригинальные низкокалорийные напитки с эффектом косметического воздействия.

Первая кулинарная косметика

Программа «Мезо Эксперт» — новый проект нутрикосметической линейки.

Она включает в себя два продукта, состав каждого из них обосновывается биоритмами человека. Утренний напиток-бустер насыщает организм энергией, защищает его от воздействия внешних и внутренних стресс-факторов в течение дня. Вечерний коктейль запускает процессы обновления на клеточном уровне, нейтрализуя последствия дневных стрессов. Кроме того, он укрепляет барьерные функции кожи.

МЕЗО
эксперт



Дневная формула программы «Мезо Эксперт» — напиток-бустер «Розовый гранат» содержит два мощных защитных комплекса веществ, замедляющих старение не только кожи, но и всего организма в целом.

• **Комплекс антиоксидантов растительного происхождения** (астаксантин, экстракт граната, экстракт вина, экстракт виноградных косточек) нейтрализует разрушительное воздействие свободных радикалов на волокна коллагена и эластина, защищает кожу от УФ-излучения.

• **Комплекс гликопротекторов** препятствует деформации волокон коллагена глюкозой: **экстракт розмарина** расщепляет уже гликозилированные белки, **карнозин** предотвращает оседание глюкозы на их волокнах. Кроме этого, карнозин

известен как «молекула-реаниматор». Его деятельность стимулирует способность клеток обновляться, увеличивает длительность жизни фибробластов, отвечающих за тургор кожи.

Напиток содержит 5000 мг сыровоточного белка. Как и коллаген, это строительный материал для кожи, источник незаменимых аминокислот, необходимых для синтеза, роста и здорового функционирования новых клеток.

Осознавая высокий ритм современной жизни, разработчики продукта ввели в состав напитка **комплекс энергетиков**, который повышает общую работоспособность, а также ускоряет клеточное обновление. **Гуарана** борется с физической и умственной усталостью, **таурин** улучшает память и снижает раздражительность, **тианин** снимает напряжение, улучшает когнитивные способности и настроение.



В одной порции фραπε содержится 5000 мг морского коллагена — это мощная доза, способная одновременно поддержать и красоту кожи, и здоровье суставов и связок.



Ночная формула программы «Мезо Эксперт» — фραπε «Лаймовый пирог» содержит три мощных морских ингредиента (гидролизированный коллаген морских рыб, жемчужный кальций и фукоидан), а также один из сильнейших антиоксидантов — дигидрокверцетин.

Коллаген необходим для построения упругого каркаса дермы, фукоидан улучшает эластичность кожи, жемчужный кальций отвечает за её плотность, благотворно влияет на здоровье эпидермиса. Дигидрокверцетин замедляет как процессы окисления в клетках, так и выработку пигмента, кроме того, он укрепляет защитные функции кожи.

• **Коллаген — самый распространённый белок в организме человека.** Являясь ключевым компонентом всех соединительных тканей, он формирует основу костно-мышечной системы и является основным структурным элементом кожи. Гидролизированный морской коллаген в составе фραπε характеризуется фракциями с низкой молекулярной массой (в основном — олигопептидами), то есть быстро и легко усваивается. Кроме того, коллаген из морских рыб по своему биохимическому (аминокислотному) составу ближе к человеческому коллагену, чем животный, и обладает большим потенциалом взаимодействия с кожей и волосами. Его биодоступность — около 90 %.



● **Фукоидан** — *вещество, выделяемое из морской водоросли ундарии перистой*. Оно стимулирует обновление клеток, восстанавливает эластичность кожи и по своему увлажняющему эффекту превосходит известную всем гиалуроновую кислоту. Кроме того, фукоидан замедляет образование меланина.

Открытый японскими учёными, фукоидан приобрёл популярность по всему миру. Сейчас он активно используется в виде экстрактов для внутреннего применения и для наружных косметических средств. И вот почему. Фукоидан проявляет чрезвычайно широкий спектр биологической активности: антикоагулянтную, антиоксидантную, иммуностимулирующую, противовирусную и противоопухолевую. Основным компонент фукоидана — полисахарид фукоза. Согласно последним научным исследованиям, полисахариды являются стартовым субстратом для обмена белков, жиров и углеводов и частью рецепторов, отвечающих за восприятие клеткой активных веществ. Фукоза способна влиять на углеводный обмен, подавляя развитие инсулинорезистентности, и приводить к снижению в крови холестерина и других липидов, предупреждая развитие атеросклероза и связанных с ним заболеваний.

● **Кальций активизирует обменные процессы в коже, усиливая её защитные механизмы и улучшая внешний вид**. Кожа становится крепче, эластичнее, выглядит более свежей, приобретает шелковистость и здоровый румянец. Особенно важен кальций для эпидермиса — верхнего рогового слоя кожи.

Кальций регулирует процессы кератинизации, обеспечивая плотность кожи и её барьерную функцию. Он даёт плотность липидных слоёв кожи, укрепляя её влагоудерживающую функцию и регулируя жировой обмен. Кальций играет важную роль для дермы: регулирует активность фибробластов, увеличивая упругость и эластичность дермы, влияет на усвоение питательных веществ и на энергообмен, тонизирует капилляры, обеспечивая лимфодренаж.

Морской жемчуг (или жемчужная пудра) является источником кальция в форме карбоната. При этом усвоение карбоната кальция из фармацевтических препаратов обычно составляет 22 %, а жемчужный карбонат усваивается примерно на 60 %. Дело в том, что, кроме неорганического кальция, жемчужный порошок содержит органическое вещество конхиолин, а также микроэлементы (цинк, медь, магний, марганец, кремний) и витамины группы B и D.

Конхиолин, или жемчужный протеин, — органическое вещество белкового типа, образующее как наружный слой раковины моллюсков, их «каменную» кожу, так и каркас жемчужины. Конхиолин является источником 18 аминокислот, таких как глицин, тирозин, аланин, валин, аспарагиновая кислота, играющих важную роль в синтезе клеток и обмене веществ в кожных покровах. Именно благодаря конхиолину обычный карбонат кальция в жемчужном порошке усваивается в три раза лучше фармацевтического аналога и оказывает особое воздействие на структуру кожи.



Светлана НЕКРАСОВА,

главный врач медицинского центра «Эстетик», г. Томск

— Нутрикосметические комплексы являются обязательной составляющей антивозрастных программ. Питьевой комплекс «Мезо Эксперт» является ярким представителем продуктов функционального питания, которые изнутри усиливают работу клеток молодости — фибробластов, помогая косметологу в достижении максимального эффекта. Надо отметить, что положительный результат приходит не мгновенно, но стабильно сохраняется, особенно при поддерживающих курсах.

У клиентов часто возникает вопрос: как долго нужно употреблять нутрикосметические комплексы, чтобы получить эффект? Наш ответ: от трёх месяцев до полугода, в зависимости от состояния кожи и её потребностей. Затем делается перерыв, чтобы стимулировать выработку собственного коллагена и подстегнуть извлечение организмом полезных веществ из обычных пищевых продуктов. Цикл полного обновления клетки у молодых людей составляет 28 дней. С каждым годом этот период немного увеличивается, поскольку с возрастом накапливаются различные повреждения на клеточном уровне. Нужно избавиться от повреждённых структур, нейтрализовать последствия стрессов, наладить процессы обмена и синтеза. В идеале, после 35–40 лет нутрикосметике, пропивая курс раз в полгода. И нужно понимать, что приём таких комплексов не отменяет применение наружных косметических средств и косметологических процедур. Наоборот, сочетая косметику с приёмом полезных веществ и, например, массажем лица или аппаратной antiage-методикой, вы получите более стойкий эффект.

Программа «Мезо Эксперт» не зря носит своё громкое название. Благодаря такому сложному составу напитки комплексно удовлетворяют различные потребности зрелой кожи, эффективно воздействуют на здоровье её глубинных слоёв, замедляя процессы старения и поддерживая вашу красоту и здоровье.

Марина ЧИЖОВА

MADE IN SIBERIA

Арт Лайфс®

УТМ-ТЕХНОЛОГИЯ

АССОРТИМЕНТ

- С КЛЕТОЧНЫМ СОКОМ БЕРЁЗОВОГО ЛИСТА И БОЯРЫШНИКА для сердечно-сосудистой и нервной систем
- С КЛЕТОЧНЫМ СОКОМ ПИХТЫ И ЗВЕРБОЯ для иммунной системы
- С ОБЛЕПИХОЙ И ПРОПОЛИСОМ для желудочно-кишечного тракта

5 ЛИТРОВ
ГОТОВОГО
НАПИТКА



КЛЕТОЧНЫЙ

СОК
ЧАГИ

ВСЯ ПОЛЬЗА ЧАГИ
ИЗ САМОГО СЕРДЦА
КЛЕТКИ



«Сок чаги клеточный» волшебный продукт!

«Артлайф» представляет уникальный продукт — «Сок чаги клеточный». Сок производится по UTM-технологии, позволяющей высвободить максимум биологически активных веществ из клетки растения. Ассортиментная линейка соков состоит из трёх продуктов:

- сок чаги с клеточным соком берёзового листа и боярышника;
- сок чаги с клеточным соком пихты и зверобоя;
- сок чаги с облепихой и прополисом.

В одной бутылке «Сока чаги клеточного» содержится 30 порций напитка, которых хватает на 30 дней применения. Сок упакован в стеклянную бутылку объёмом 0,5 литра и в картонную коробку. Каждый из соков в линейке выполняет свою задачу по оздоровлению организма.

Сок чаги с клеточным соком берёзового листа и боярышника способствует нормализации работы сердечно-сосудистой и нервной

систем. Приводит в норму ритм сердца и артериальное давление, снижает возбудимость центральной нервной системы, укрепляет иммунную систему и способствует выведению из организма вредных веществ.

Сок чаги с клеточным соком пихты и зверобоя содержит вещества, поддерживающие иммунную систему. Усиливает сопротивляемость организма к возбудителям инфекционных заболеваний. Оказывает противовоспалительное действие при заболеваниях дыхательных путей.

Сок чаги с облепихой и прополисом помогает гармоничной работе желудочно-кишечного тракта. Усиливает антитоксическую функцию печени, поддерживает функциональное здоровье органов желудочно-кишечного тракта, повышает уровень гемоглобина в крови. Обладает бактериостатическими (подавляющими размножение бактерий), противогрибковыми и гепатопротекторными свойствами.



*Ирина СМИРНОВА,
г. Екатеринбург*

— Продукцию компании «Артлайф» знаю почти 20 лет. Перепробовала практически все биологически активные добавки, получила много хороших результатов. Когда появился новый продукт «Сок чаги клеточный», я сразу же его купила. И результат превзошёл все мои ожидания. Июль прошлого года выдался для меня очень тяжёлым: работа, заготовки и соленья на зиму, выкармливание птенца стрижа — кормёжка восемь раз в день через каждые три часа, как грудного младенца. Первое кормление в шесть утра, последнее в двенадцать ночи. Ещё я ездила проводить двух котят у детей, уехавших в отпуск, в квартирах, находящихся в разных концах города. В итоге спала всего по четыре-пять часов каждый день. К тому же июнь-июль для меня традиционно

являются периодом снижения иммунитета и адаптационных возможностей организма, его ослабления. А тут ещё такая нагрузка в 59 лет! Но «Сок чаги клеточный» помог мне по всем пунктам. Появились активность, бодрость, работоспособность, крепкий, хоть и короткий, сон, улучшилось состояние сосудов на пальцах рук. Я всё и везде успевала сделать. К слову, птенец стрижа был благополучно выкормлен и выпущен на волю. В октябре и январе я повторила курс приёма «Сока чаги клеточного». В итоге грипп прошёл мимо, не было ни насморка, ни кашля. Обратила внимание на уменьшение количества и размеров варикозных «паутинок» на ногах, вены стали менее выпуклыми, вдвое уменьшился подкожный жировик на сгибе голеностопа. Мои родные и знакомые, успевшие зимой подхватить простуду, с помощью «Сока чаги клеточного» быстро и без осложнений вышли из заболевания, кроме того, они тоже отмечали подъём работоспособности и бодрость. Две знакомые, имеющие аллергию, начинали приём с одной чайной ложки сока на стакан воды, через неделю добавляли ещё одну ложку, на третью неделю — третью ложку. В результате обычная весенняя аллергия ни у той, ни у другой женщины не проявилась, а общее самочувствие улучшилось. Низкий поклон и огромная благодарность за такой продукт его создателям!



Регина ВИЛЬДАНОВА,
г. Альметьевск

— Всю зиму укрепляю иммунитет «Соком чаги клеточным», так как болеть мне некогда! А ещё заметила, что перестал беспокоить гастрит, и теперь постоянно чувствую бодрость в течение дня. Напиток прост в при-

готовлении: нужно всего лишь три чайные ложки добавить в половину стакана воды. Я люблю сок чаги с облепихой и прополисом, его очень легко и приятно пить!



Лидия КРУТОВА,
г. Вологда

— Уникальным продуктом из сибирской тайги решила воспользоваться и я. После рождения ребёнка появились усталость и нервозность, вызванные недосыпанием! Но после приёма сока чаги с клеточным соком березового листа и зверобоем всё как рукой сняло! Вкус очень приятный. Уже после нескольких приёмов почувствовала лёгкость. Советую всем попробовать сок чаги, ведь только в «Артлайф» по специальной технологии извлекают полезные вещества из самого «сердца» клетки!



Александр ЧАСОВСКОЙ,
г. Санкт-Петербург

— Коктейль сок чаги плюс «КамБиоЧай» по вкусу очень напоминает пепси-колу из детства. Одна чайная ложка «Сока чаги клеточного» и одна чайная ложка «КамБиоЧая» на стакан воды. Лучше брать воду с газом, охлаждённую. Или в обычную воду добавить лёд. Получается натуральный, безвредный, очень полезный напиток. Содержит витамины, необходимые органические кислоты, полученные путём естественной ферментации. Тонизирует, защищает от жары, оптимизирует работу всего организма. Выходя из дома, возьмите с собой коктейль «Комбичага» — не пожалеете!

Пишу сегодня я вам стих,
Чтоб каждый искренне проник,
Что не лекарство нас спасает!
Природа — вот что помогает!

«Сок чаги клеточный» —
волшебный продукт.
К сожалению, пока не все это
поймут!
Но я расскажу и не буду таить,
Как же он важен и как он возник.

Технология ультразвуковая
трансмембранная —
Сила очень ураганная!
В первозданном виде сохраняет
в клетке вещества —
Такого точно никто не видел
мастерства!

Сок чаги, без сомнения,
волшебный эликсир!
Для сердечно-сосудистой и нервной
систем незаменим!
Улучшает состояние ЖКТ,
укрепляет иммунитет.
Рассказала очень кратко,
но вопросов, думаю, нет.

Ещё скажу лишь, к слову, вам —
Спасибо нашим мастерам!
«Артлайф» компании поклон
За то, что сыночка рождён!





Внимание: дачный сезон!

Приходу весны радуются, как правило, все. Школьники и студенты предвкушают конец учебного года, работающие строят планы на отпуск, а пенсионеры, засидевшиеся за зиму в квартирах, перебирают семена, поливают рассаду на подоконнике и готовятся к предстоящим делам на свежем воздухе. Начинается дачный сезон.

У большинства наших соотечественников дача ассоциируется не с отдыхом, а с полевыми работами в ударном темпе: сначала интенсивная подготовка к посеву, затем бесконечные прополки и поливы, к которым постепенно добавляется обработка урожая. В зависимости от региона нашей большой страны дачный сезон может продолжаться от четырёх месяцев до полугода, и всё равно кажется коротким, ведь хочется многое успеть.

Казалось бы, риски труда на износ всем давно известны, но каждый раз мы продолжаем наступать на одни и те же грабли. Давление скачет, болят суставы рук и ног, отнимается спина — это те самые проблемы со здоровьем, рост которых фиксируют медики с приходом тёплого сезона. «Зато потом будем есть витамины с грядки!» — с энтузиазмом восклицают дачники, забывая о том, что одними овощами здоровье

сосудов и суставов не поправишь.

Безусловно, душевный подъём, который испытывают люди от работы на земле, а также активное движение на свежем воздухе способствуют улучшению общего самочувствия, аппетита и сна. Но куда лучше, если при этом удастся избежать специфических проблем со здоровьем.



Весенняя перезагрузка

Зима ни для кого из нас не проходит бесследно. К началу весны человек находится не в лучшем состоянии: иммунная система ослаблена респираторными инфекциями, авитаминозом и нехваткой солнечного света, общий метаболизм замедлен от недостатка активности и кислорода. Многие в это время жалуются на слабость и хандру, а также на снижение работоспособности. Самое время поддержать и взбодрить организм:

обогатить рацион полезными веществами, раскатать обменные процессы, увеличить количество пеших прогулок на свежем воздухе. Ослабленный организм — мишень для стрессов, и любое повышение нагрузки на уставшее от зимней «спячки» тело может спровоцировать как легкие недомогания, так и обострение хронических заболеваний. Вот почему так важно заранее подготовить организм к интенсивному летнему труду.

Компания «Артлайф» предлагает целый ряд комплексов, укрепляющих иммунную систему.



Александр НАГАЙЦЕВ,

доцент,
кандидат медицинских наук,
научный консультант
компании «Артлайф»:

— Чтобы организм справился с резко возросшими нагрузками в дачный сезон, необходимо заранее позаботиться об активации его резервов, а также укрепить защитные силы и механизмы адаптации. Особенно важно это для пожилых дачников. Компания «Артлайф» предлагает целый ряд комплексов, укрепляющих иммунную систему. Я рекомендую делать ставку на продукты, действующие мягко, но системно: напитки, чаи, пасты. Например, многотравники линии «Зеленая фабрика», напитки на основе чаги, ферментированные биотоники «Камбиочай», взвары «Абитэль» и «Эхинол». Из биологически активных комплексов с общеукрепляющим действием подойдут «Кларивит», «Новомегин» и «Супер шилд актив».

«Кларивит» способствует снижению уровня сенсibilизации у людей, склонных к аллергии, ведь дачники ежедневно контактируют с цветущими растениями. «Новомегин» с селеном и липосомированным дигидрокверцетином обеспечивает устойчивость организма к неблагоприятным условиям окружающей среды: перепадам температур, солнечному излучению, аллергенам. Кроме того, этот препарат снижает риск развития острых заболеваний и прогрессирования хронических, нормализует обмен веществ. А лизаты бактерий в составе «Супер шилд актив» активизируют иммунную систему, подготавливая её к работе в условиях повышенной физической нагрузки.

Тише едешь — дальше будешь

Если дачник ведёт активный образ жизни круглый год, то для него летний сезон, скорее всего, пройдёт без особых проблем. Но когда несколько месяцев огородничества — это единственная серьёзная нагрузка на организм за весь год, то стоит внимательнее относиться к себе и рассчитывать свои силы. Сидячий образ жизни, отсутствие адекватной нагрузки на мышцы, сосуды и сердце провоцируют заболевания сердечно-сосудистой и опорно-двигательной систем, нарушают обмен веществ. С возрастом эти проблемы накапливаются, и мы всё труднее переносим высокую или, наоборот, низкую температуру воздуха на улице, скачки атмосферного давления и резкую смену погоды.

На даче в интенсивном режиме работают мышцы, суставы, сосуды, сердце, дыхательная система и вестибулярный аппарат, колоссальную нагрузку испытывает позвоночник.

Из-за поднятия тяжестей, напряжения мышц спины может возникнуть люмбаго — резкая боль (прострел) в пояснице, после чего человек иногда просто не может двигаться!

Ещё один характерный диагноз у дачников — эпикондилит, когда из-за однообразных движений руками происходит перенапряжение сухожилий и связок, и возникают боли в локтевом суставе. Чрезмерно активная работа на участке может вызвать воспаление сухожилий плечевого сустава.



Александр НАГАЙЦЕВ,

научный консультант
компании «Артлайф»:

— После 40–45 лет опорно-двигательный аппарат претерпевает определённые изменения из-за нарушения обменных процессов в тканях и недостатка микроэлементов. Нарушается секреция синовиальной жидкости, что приводит к изнашиванию хрящевой поверхности суставов и уплотнению связок. Костная ткань теряет свою плотность, становится бо-

лее хрупкой и ломкой. Всё это провоцирует воспалительные процессы, вызывая болевые ощущения после активной физической нагрузки.

Следует подготовить опорно-двигательный аппарат к весенним полевым работам: восполнить недостаток строительных материалов для костей и хрящей, усилить механизмы адаптации опорно-двигательного аппарата к повышенным нагрузкам.

— Я рекомендую проводить программную профилактику примерно за один-два месяца до начала дачного сезона и принимать комплексы не менее трёх месяцев, так как они имеют накопительное действие.

Программа № 1. Профилактика обострений заболеваний суставов и позвоночника

- ✓ «Неоколлаген Артро» — 2–3 ч. л. 1 раз в день
- ✓ «Кальцимакс» — 1 капсула 2 раза в день
- ✓ «Джойнт Флекс Форте» — 1 таблетка 3 раза в день
- ✓ «Новомегин» — 1 капсула 1 раз в день

Гидролизированный коллаген с высокой степенью биодоступности в составе напитка «Неоколлаген Артро» является строительным материалом для соединительной ткани, повышает её эластичность. «Кальцимакс» содержит кальций в форме гидроксиапатита — это наиболее биодоступная для организма и активная форма минерала, которая позволяет интенсивно стабилизировать костную матрицу. Комплекс «Джойнт Флекс Форте» содержит хондропротекторы — хондроитин и глюкозамин, которые снабжают ткани питательными элементами и активизируют процессы регенерации костной и хрящевой ткани, стимулируя выработку коллагена, синовиальной жид-

кости и фосфорно-кальциевый обмен. Пептиды молочного белка в составе «Джойнт Флекс Форте» значительно усиливают процесс обновления и предупреждают воспалительные процессы, улучшая функциональное состояние суставов и связок. Омега-3 и омега-6 в комплексе «Новомегин» повышают качество внутрисуставной смазки и эластичность связок и сухожилий, усиливают эффективность противовоспалительных средств.

В качестве замены «Джойнт Флекс Форте» и «Новомегина» можно принимать элитный биологически активный комплекс «Виктория». Он содержит в себе хондропротекторы, а также вещества, которые стимулируют син-

тез коллагена, поддерживают целостность соединительной ткани, обладают общеукрепляющим и противовоспалительным эффектом. «Виктория» комплексно решает задачу улучшения функционального состояния суставов и связок.



Программа № 2. Устранение болевых симптомов после активной физической нагрузки

- ✓ Крем «Хондротол Актив» — 3 раза в день на область сустава
- ✓ «Джойнтгель» — по 1 чайной ложке в день

Если вы всё-таки перегрузили опорно-двигательный аппарат и ваши суставы дали о себе знать, скорой помощью для вас станет крем «Хондротол Актив» и комплекс «Джойнтгель».

«Хондротол Актив» воздействует на костную и хрящевую ткань снаружи. Позволяя хондроитину и глюкозамину проникать в ткани — благодаря эфирным маслам эвкалипта и терпеноидам живицы — крем улучшает капиллярный

кровоток и активизирует процессы восстановления костной и хрящевой ткани, предотвращая их дальнейшее разрушение.

Пектиновая основа «Джойнтгеля» позволяет обеспечить высокую скорость усвоения хондропротекторов и противовоспалительных экстрактов сабельника, ивы и юкки, что очень важно при возникновении болевого синдрома в области суставов.



Программа № 3. При наступлении заболевания совместно с медикаментозной терапией, назначенной врачом

- ✓ Крем «Хондротол Актив» — 2 раза в день на область сустава
- ✓ «Новомегин» — 1 капсула 1 раз в день или «Виктория» — 1 таблетка 2 раза в день

Крем «Хондротол Актив» улучшает кровоснабжение суставов и усиливает регенерацию соединительных тканей, «Новомегин» усиливает эффективность противовоспалительных средств. «Виктория» позволяет ускорить восста-

новительный период, экстракт бамбука и мощный антиоксидантный комплекс останавливают развитие дегенеративных изменений в суставах и связках, усиливают синтез тканей.





Берегите сердце

Из-за повышенной температуры воздуха, влажности, а также пониженного содержания кислорода в воздухе в жаркие дни значительно вырастает нагрузка на сердце и сосуды даже у здоровых людей. А у тех, кто страдает ишемической болезнью сердца, аритмией, атеросклерозом сосудов и бронхиальной астмой, жаркая погода провоцирует возникновение приступов стенокардии, бронхоспазмов и др. Особенно опасна для сердечников и гипертоников работа на грядках в согнутом положении с опущенной вниз головой. Длительное нахождение в этой позе может вызвать подъём давления вплоть до криза. Поэтому гипертоникам, чтобы не наклоняться, нужно копать и рыхлить землю только садовым инструментом с длинными ручками, а сажать, пропалывать грядки и убирать урожай — сидя на низкой скамейке.



Александр НАГАЙЦЕВ,

научный консультант
компании «Артлайф»:

— Если у вас уже есть заболевания сердца или кровеносной системы, я рекомендую программный приём следующих комплексов в течение всего периода огородных работ:

- ✓ **«Олеопрен Кардио»** —
1 капсула 2 раза в день;
- ✓ **«АД-баланс»** —
1 капсула 2 раза в день;
или
- ✓ **«Кардиогель»** —
1 чайная ложка 2 раза в день;
- ✓ **взвар «Вечерний»** —
1 чайная ложка 2 раза в день.

Эти программы можно чередовать.

Комбинация растительных веществ в **«Олеопрен Кардио»** стабилизирует мембраны клеток сердца — кардиоцитов, стимулирует их регенеративный потенциал и кислородный обмен, сохраняя функционал сосудов и сердечной мышцы. Благодаря комплексу растительных экстрактов и фруктовых полифенолов, **«АД-баланс»** оказывает положительное влияние на ЦНС и периферическую нервную систему, снимая повышенный сосудистый тонус, полученный в результате интенсивных физических нагрузок, укрепляет стенки сосудов, улучшает кровообращение и клеточное дыхание.

Пектиновая основа **«Кардиогеля»** позволяет обеспечить высокую ско-

рость его протекторного действия: комплекс нормализует водно-электролитный баланс и сердечный ритм. Ингредиенты «Кардиогеля» активизируют обменные процессы в сердечной мышце, нормализуют её кровоснабжение, снижают риск отложения холестерина на стенках сосудов. **Взвар «Вечерний»** поможет сердечно-сосудистой системе адаптироваться к повышенным физическим нагрузкам, связанным с работами на даче, переключить организм в конце дня с активной деятельности на полноценный отдых. Боярышник и пустырник в его составе оказывают гипотензивное и успокаивающее действие.

При варикозном расширении вен добавьте к одной из указанных выше программ **«Ангиофорт»** — по 1 таблетке 3 раза в день. Диосмин и гесперидин в составе комплекса «Ангиофорт» разгружают венозную часть системы кровообращения, препятствуют развитию отёков нижних конечностей, способствуют уменьшению давления на сердечную мышцу, укрепляют стенки сосудов; бромелайн предупреждает их сужение, полифенолы улучшают отток лимфы.



Мельница сильна водой, а человек — едой

Жаркая погода — настоящее испытание для организма. На жаре меняется обмен веществ, снижается потребность в энергии и теряется жидкость. Высокая температура ускоряет расход и выведение с потом витаминов, особенно это актуально для водорастворимых витаминов С, В₁, В₂, В₆ и РР.

Чтобы помочь организму нормально функционировать в условиях повышенной температуры воздуха, диетологи рекомендуют снижать общую калорийность суточного рациона и менять режим питания. Основные приёмы пищи переносить на прохладное время суток, а в жару перекусывать чем-то лёгким в небольших порциях, отдавая предпочтение сочной растительной пище и супам как дополнительному источнику жидкости и витаминов.

Поскольку в жару наш организм усиленно теряет жидкость, необходимо вовремя пополнять её запасы: рекомендуется выпивать по 100–200 мл прохладного напитка (18–20 °С) каждые 40–50 минут. Холодная (ниже 20 °С) вода жажду практически не утоляет и почти не всасывается, пока не нагреется до температуры тела.

Вместе с потом из организма выводятся не только водорастворимые витамины, но и минералы-электролиты (прежде всего натрий, калий и магний), недостаток которых приводит к вялости, тошноте и головным болям. Восполнить потерю минеральных веществ помогут напитки-изотоники. Они восстанавливают в организме солевой и энергетический баланс.

Важным составляющим здоровья является умение грамотно чередовать отдых и нагрузку. Мы желаем вам здоровья и хорошего урожая! Берегите себя!

Марина ЧИЖОВА

Александр НАГАЙЦЕВ,
научный консультант
компании «Артлайф»:

— При тяжёлой физической работе самая большая нагрузка приходится на системы, отвечающие за водно-солевой баланс. Испытывая недостаток жидкости и минеральных веществ, органы дают сбой в работе. При обезвоживании кровь начинает сгущаться, нарушается кровоток к тканям и органам, недостаток калия приводит к низкому давлению и аритмии, недостаток кальция — к судорогам гладких мышц. Для поддержания электролитного (водно-солевого) состава крови в жару пейте изотонический напиток «Аква Баланс».

Что касается питания, то, конечно, огородные работы отнимают много сил, а полноценно готовить на даче не хватает времени, да и не очень хочется. Актуальным становится использование продуктов быстрого приготовления, которые производит «Артлайф»: сытные, лёгкие супы, каши и кисели помогут утолить голод, не вызывая тяжести в желудке, не затрачивая сил организма на процессы пищеварения в условиях повышенных физических нагрузок. Обогащение полезными веществами позволяет использовать такие продукты как дополнение к основным программам поддержки организма.

Я рекомендую также обратить внимание на белковые коктейли линии «Провител» и «Пинотель Баланс» — эти лёгкие и сытные «энергетические субстраты» для быстрого восполнения энергии и активации основного обмена (белки, жиры, углеводы) обеспечат вам быстрое восстановление сил и продолжительную работоспособность.

Оздоровительная программа Артлайф

Восстановление сперматогенеза при мужском бесплодии*

1 этап – 30 дней:

Цетразин	по 1 таблетке 3 раза в день	Растительный антибактериальный комплекс широкого спектра действия
Формула мужчины	по 2 таблетки 2 раза в день	Противовоспалительное действие в предстательной железе, повышение уровня мужских гормонов, восстановление эректильной функции
Ренсепт	по 2 таблетки 2 раза в день	Противовоспалительный комплекс для мочевыводящей системы
Ункарин	по 2 капсулы 3 раза в день	Поддержка иммунной системы

2 этап – 30 дней:

Комплекс Ферментов Биокаскад	по 1 таблетке 3 раза в день	Восстановление метаболизма
Дискавери Сила	по 2 таблетки 2 раза в день	Противовоспалительное действие в предстательной железе и тканях простаты, улучшение кровоснабжения, улучшение синтеза половых гормонов, обеспечение организма основными нутриентами
Фиторен	по 2 таблетки 2 раза в день	Профилактика мочекаменной болезни
Персифен	по 2 капсулы 3 раза в день	Антиоксидантное, противоопухолевое действие

* Программа доктора Галимова.
Перед применением проконсультироваться с врачом.

Арт Лайф®

Дискавери
Сила

Ренсепт

Ункарин

Комплекс
Ферментов
Биокаскад

Фиторен

Цетразин

Персифен



ПРОГРАММА АРТЛАЙФ ПРИ МУЖСКОМ БЕСПЛОДИИ

Артлайф – за восстановление нации!

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



Спасибо разработчикам продукции «Артлайф»

В конце прошлого года журнал «Планета Артлайф» объявил конкурс отзывов о продуктах компании «Артлайф», которые стали для клиентов и партнёров самыми любимыми, самыми нужными и ценными.

Всю весну на почту журнала приходили письма участников конкурса, которые фотографировались с полюбившимися им продуктами и рассказывали свои впечатления об использовании тех или иных БАД, биологически активных комплексов или продуктов функционального питания.

Мы обещали разместить лучшие отзывы в журнале и на сайте www.planeta.artlife.ru. Но их оказалось так много, что в одну публикацию они не помещаются! Письма с подробными и искренними рассказами о том, как

продукция «Артлайф» меняет жизнь и здоровье людей в лучшую сторону, шли и шли из разных городов России, Украины, Казахстана. А фотографии подтверждали, что всё написанное — правда! Часть отзывов (о соке чаги и о программе очищения) опубликована в виде отдельных материалов в весенне-летнем номере «Планеты Артлайф» для партнёров, ещё часть мы публикуем здесь. А то, что не вошло сейчас, будет опубликовано в следующем номере «Планеты Артлайф» вместе с именами победителей конкурса.

Напоминаем, что ПРИЗЫ для победителей конкурса предусмотрены следующие:

- VIP-комплекс Victoria
- VIP-комплекс Sofia
- VIP-комплекс Visus

Специальная номинация — «Лучший отзыв в соцсетях», приз победителю в этой номинации — набор косметики «Олеопрен Beauty Derm», эксклюзивная антивозрастная программа для всех типов кожи.



“

«Артлайф», ты стал для меня как мама — заботливая, всевидящая и мудрая.

Тамила НОВИКОВА-РЫМАРЧУК,

г. Николаев, Украина

— Как летят годы! Уже и 75! А я помню пятилетие «Артлайф» и моё первое посещение Академии в Москве. «Артлайф», ты стал для меня как мама — заботливая, всевидящая и мудрая. Как мама в детстве поила меня настоями из трав, собирала народные рецепты и давала мудрые наставления, так и ты, «Артлайф», и напоишь, и накормишь, и уму-разуму научишь! Это здорово! И тогда есть желание всё увидеть, узнать, понять и принять. Тогда замечаешь запах цветов и ветра, огромное звёздное небо над головой, крики пролетающих журавлей, цвет морской волны и шум ветра в камышах.

Зовёт меня «Артлайф» в Москву, в Питер, в Томск, в Турцию, в Египет, в Индию... А теперь вот Таиланд. Как он далёк! А сердечко стучит: «Не торопись, подумай, ведь тебе уже 75!» Раздумья прочь! Ведь со мной «Кардиогель», верный друг. Он всегда под рукой. И сразу хорошо и спокойно. И когда в Таиланде на каноэ сердце напомнило о себе — «Кардиогель» был рядом и не подвёл. Ну как же его не любить?!

Благодарю тебя, «Артлайф», за всё: за прекрасные открытия твои, с которыми не страшно, за здоровье, за друзей. Всем, кто с тобой, ты верный, надёжный и достойный партнёр!



Ирина БОДАЖКОВА,

г. Новосибирск

— Добрый день, редакция журнала «Планета Артлайф»! Хочу поделиться отзывом о моём любимом продукте. Это «Олеопрен Гепат»! Я начала принимать его по две капсулы в день, как написано в инструкции, но появились боли в правом подреберье, тяжесть в боку, дискомфорт. Я проконсультировалась с врачом, поняла, что есть проблемы с печенью, и первую баночку пила по одной капсуле в два-четыре дня. Результат спустя три месяца был просто отличный! Я начала стройнеть, прошла экзема, улучшилось состояние печени. Через два месяца приобрела ещё баночку и принимала уже по одной капсуле два раза в день. И в этот раз всё было идеально! Теперь пью две банки весной и две банки осенью. Рекомендую от всей души всем, у кого есть проблемы с печенью. Спасибо компании «Артлайф» за отличные разработки и замечательные продукты, которые не только вкусные, но и очень полезные!



“

Продукция компании «Артлайф» вернула мне радость движения.

Виктория ОЛЕЙНИК,

г. Харьков, Украина

— Я принимаю не один какой-то продукт, а использую целую программу, в которую входят «Джоинт Флекс Форте», «Кальцимакс», «Новомегин», «Неоколлаген Артро», «Формула женщины», кремы «Джоинт Флекс Актив» и «Хондротол Актив». Продукция компании «Артлайф» вернула мне радость движения. Я вновь обрела гибкость и подвижность. Летом 2017 года случилась резкая боль в коленях, возникло сильное воспаление — я потеряла возможность ходить. Приём препаратов «Артлайф» через месяц вернул мне возможность ходить! Комплексы стала пропивать дальше, начала без боли ходить по ступенькам. Я рада, что познакомилась с компанией «Артлайф» в её юбилейный год!



Роза МОКРОУСОВА,

г. Ижевск

— Я всю жизнь была склонна к полноте. И если в молодости как-то удавалось сдерживать вес, то чем старше я становилась, тем труднее и труднее было бороться с лишним весом. А после первых родов я пополнила ещё на 10 кг. На мой вес очень влияли семейные традиции, то, что заложено с детства: выпечка по выходным, привычка консервировать овощи. Пища была калорийная, жирная, мучная. А ещё в нашей семье всегда хвалили за то, что доедал всю порцию до конца, а если уж просишь добавку, то вообще идеальный ребенок! К чему это привело? Уже после 40 лет лишний вес стал более 15 кг. Начали болеть суставы, появилась одышка. Я совершенно не любила ходить пешком и даже на одну остановку садилась на транспорт. А похудеть хотелось очень сильно.

И начались мои хождения по мукам. Я сидела на различных диетах: гречневой, рисовой. Голодала неделями на воде и без воды. Ходила на аэробику, бегала по утрам. Вес уходил, но как только заканчивалась диета — вес возвращался и даже больше, чем было.

В 2009 году мы с нетерпением начали ждать выхода нового продукта — H&B control. Результат от его применения превзошёл все мои ожидания! Буквально после первой программы я похудела на 10 кг. У меня исчезла одышка, давление пришло в норму. Изменились вкусовые привычки, я научилась выбирать правильные продукты. Сейчас с удовольствием и много хожу пешком. Занимаюсь йогой с молодыми девушками — позволяет гибкость и самочувствие. Я не переживаю, что вес вернётся обратно. А на фестивальных каникулах в Таиланде я смогла вместе со всеми подняться на 1240 ступенек к Будде. Спасибо разработчикам такого уникального продукта, как H&B control!



Любовь ИЩЕНКО,

г. Пермь

— Я, как и многие другие, пришла в «Артлайф» решить свои проблемы со здоровьем, поэтому для меня одним из самых любимых продуктов является БАК «Виктория». Приём этого продукта помог сохранить здоровье суставов и победить возраст. Другой любимый продукт — «Грандэй чага». Этот напиток мы пьём всей семьёй уже два года по стакану в день. Благодаря ему мы забыли о простудных заболеваниях. Раньше я ежемесячно подхватывала инфекцию и болела до двух недель из-за низкого иммунитета. Моему папе восемьдесят восемь лет, и он ежедневно пьёт напиток «Грандэй чага». Этот продукт, вместе с традиционной медицинской помощью, помог моему племяннику справиться с тяжёлым заболеванием — лимфогранулёматозом третьей степени.



“

Спасибо, «Артлайф»! Ты даришь здоровье и надежду на долгую радостную жизнь.

Эльвира ГОУСИ,

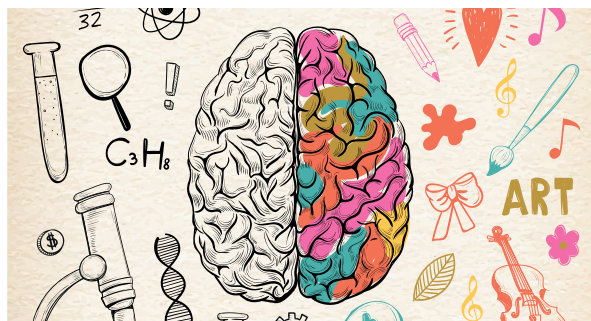
г. Уфа

— У моей дочери диагноз — прогрессирующая миопия с астигматизмом. Каждые полгода проходим диагностику с посещением офтальмолога. Ежегодно зрение падало на 1-1,5 диоптрии. Всевозможные курсы лечения — инъекции, витамины и капли — результата не приносили. Девять месяцев назад моя коллега посоветовала применять БАД «Глазорол». После трёхмесячного применения «Глазорол» зрение впервые упало всего лишь на 0,25 диоптрии «Глазорол» продолжали принимать в течение следующих шести месяцев по одной

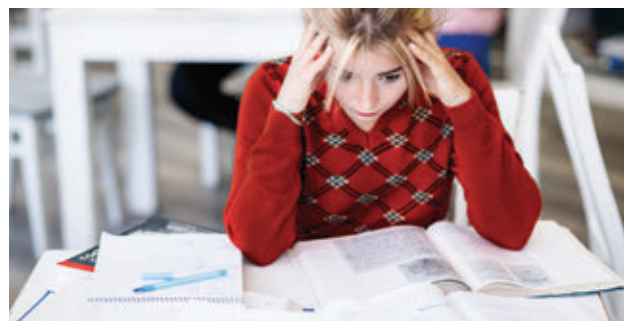
капсуле в день вместе с «Лецитином» производства «Артлайф». Очередной визит к офтальмологу показал, что зрение осталось на прежнем уровне, оно перестало падать! Моему счастью нет предела. Многолетнее моё волнение прошло, зрение дочки перестало ухудшаться, есть надежда на его улучшение. «Глазорол» будем применять без перерывов. Спасибо, «Артлайф»! Ты даришь здоровье и надежду на долгую радостную жизнь. Я счастлива! Люблю тебя, «Артлайф»!

Другие отзывы и имена победителей — читайте в следующем номере!

Читайте в следующем номере «Планеты Артлайф»



Мозг. Как сохранить его здоровым до ста лет? Как научить его учиться? И знаем ли мы свой мозг по-настоящему?



Сдать сессию и остаться в живых. Как помочь студенту справиться с экзаменами и не разрушить нервную систему.



Голодание – модная тема или жизненная необходимость? Чем можно заменить еду и нужно ли это делать.



Здоровый сон — зачем он нам так нужен.

«ПЛАНЕТА АРТЛАЙФ»

Корпоративный журнал
№1, весна-лето 2018

Директор

Александр Австриевских

Главный редактор

Ирина Корнева

Дизайнеры

Анна Бембель,
Марина Булавко,
Светлана Шарафиева

Корректор

Татьяна Чумакова

Над номером работали

Татьяна Гончарова, Ольга
Готовская, Вера Кучинская,
Татьяна Пужевская, Валерия
Солятова, Анна Шушпанова,
Марина Чижова

Использованы фото из архивов
компании «Артлайф» и партнёров.

Учредитель и издатель

ООО «Артлайф», Россия, г. Томск, 634034,
ул. Нахимова, 8/2, тел./факс: (3822) 55-60-92
E-mail: planeta@artlife.ru

Адрес в интернете: www.planeta.artlife.ru

Перепечатка материалов, опубликованных в журнале, допускается с письменного разрешения редакции. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Отзывы о результатах использования продукции не являются рекомендациями по применению. Материалы, представленные в журнале, также носят исключительно информационно-справочный характер и не являются медицинскими рекомендациями. Перед употреблением биологически активных комплексов необходима консультация специалиста.

Отпечатано

Отпечатано в ООО «ДОМ МИРА»
г. Новосибирск, ул. Брюллова, 6а
тел. +8 (3833) 340-271
www.dealprint.ru

Подписано в печать 12 июля 2018 года.
Тираж 990 экземпляров.



3 ступени к идеальной фигуре

Преимущества продуктов линии S-Form:

- Поэтапное воздействие на все стадии целлюлита
- Натуральный состав продуктов
- Высокая концентрация активных веществ

Готовься к лету с S-Form!

S-Form — трехступенчатый комплекс-уход для коррекции и моделирования фигуры

Арт Лайфс®

S
form

Golden Cocoon

황금누에

ШЕЛКОВЫЕ КОКОНЫ

Натуральное средство для мягкого очищения, нежного пилинга и массажа лица

- Глубокое очищение и сужение пор
- Разглаживание морщин
- Подтягивание контуров лица
- Длительное увлажнение
- Выравнивание цвета и рельефа кожи



Шелковое омоложение

Арт Лайфс®

