

ZESTAW SUPLEMENTÓW DIETY

# ZESTAW PRO KARDIO



NATURE'S SUNSHINE®



### CZOSNEK

#### SUPLEMENT DIETY

Czosnek wpływa na utrzymanie normalnego poziomu cholesterolu i cukru we krwi, a także przyczynia się do utrzymania zdrowia naczyń.



### SUPER OMEGA 3 EPA

#### SUPLEMENT DIETY

Kwasy tłuszczowe EPA i DHA przyczyniają się do utrzymania prawidłowych funkcji serca. Efekt jest uzyskiwany przy spożyciu już 250 mg tych kwasów.



### CHOLESTER-REG

#### SUPLEMENT DIETY

Liść karczocha zwyczajnego przyczynia się do utrzymania prawidłowego poziomu lipidów we krwi. Sterole roślinne pomagają utrzymać odpowiedni poziom cholesterolu we krwi.



### LECYTYNA

#### SUPLEMENT DIETY

Lecytyna to tłuszcz występujący w błonach komórkowych wszystkich narządów, w tym serca.



### ZAMBROZA

#### SUPLEMENT DIETY

Zawarty w Zambrozii wyciąg z rokitnika zwyczajnego wzmacnia serce



### LIŚĆ OLIWNY - EKSTRAKT

#### SUPLEMENT DIETY

Oliwka Europejska była tradycyjnie używana dla poprawienia krążenia krwi i ciśnienia naczyniowego.



## ZESTAW PRO KARDIO ZAWIERA SUPLEMENTY DIETY:

CHOLESTER-REG, CZOSNEK, LECYTYNA, LIŚĆ OLIWNY - EKSTRAKT,  
2 OPAKOWANIA SUPER OMEGA 3 EPA, ZAMBROZA

NATURE'S SUNSHINE ZACHĘCA DO PROWADZENIA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA.

Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut zróżnicowanej diety.

Zrównoważony sposób żywienia oraz zdrowy tryb życia są podstawą prawidłowego funkcjonowania organizmu.

PÓJDŹ ZA GŁOSEM SERCA!



## CZY WIESZ, ŻE?

Codziennie nasze serce wykonuje ok. 120 tys. uderzeń.  
To prawie 3,5 mln miesięcznie i ponad 40 mln w ciągu roku!

O prawidłowy rytm serca dba biologiczny układ elektryczny nazywany systemem bodźoprzewodzącym. Dzięki niemu serce bije nawet po wyjęciu z ciała!

Za znany wszystkim dźwięk bijącego serca odpowiada strumień krwi uderzający w płatki zamykanych zastawek.

Zastawka serca ma mniej więcej wielkość monety.



Szczęście, wsparcie kochających osób są ważnymi elementami zdrowia serca i naczyń krwionośnych.

Serce składa się z dwóch zasadniczych części, pracujących w tym samym rytmie: lewa tłoczy krew z płuc do całego ciała, prawa przesuwa krew z narządów do płuc, aby ją natlenić.

Serce można uwidocznic już w 5 tygodniu życia płodu. Początkowo bije bardzo szybko, nawet 160 razy na minutę, potem stopniowo zwalnia i przy urodzeniu częstość ta wynosi ok. 140. W miarę dorastania powoli zmniejsza się ona aż do przeciętnie 70 uderzeń na minutę.

Początkowo doktorzy osłuchwali serce, przykładając ucho do klatki piersiowej pacjenta. Stetoskop pojawił się dopiero w XIX w., wynaleziony przez francuskiego lekarza Laenneca, który szukał sposobu usłyszenia serca u bardzo otyłej młodej kobiety.



Serca kobiet biją średnio o kilka uderzeń szybciej niż serca mężczyzn.




Im zwierzę większe, tym wolniej bije jego serce i tym dłużej żyje.



Na zdrowie serca wpływa przede wszystkim to, co jemy, ile się ruszamy i jak wiele stresów mamy.



Symbol  wywodzi się z czasów starożytnych, ale pierwsze skojarzenia z sercem i miłością pojawiły się dopiero w średniowiecznych romansach.





# PODARUJ SERCU KOMPLETNA FORMUŁĘ



Bierz 1-3 kapsułki  
dziennie w trakcie posiłku



Bierz 1 kapsułkę 2 razy  
dziennie w trakcie posiłku



Bierz 1 kapsułkę 3 razy  
dziennie w trakcie posiłku



Bierz 1-2 kapsułki 3 razy  
dziennie w trakcie posiłku



Bierz 1 kapsułkę  
dziennie w trakcie posiłku



Pij 15 ml (łyżkę stołową)  
każdego dnia

Nie przekraczaj zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.



## SPRAWDŹ SWOJE SERCE!

ODPOWIEDZ SOBIE NA PONIŻSZE PYTANIA. ZASTANÓW SIĘ, JAK KAŻDA ODPOWIEDŹ "TAK" PRZEKŁADA SIĘ NA ZDROWIE TWOJEGO SERCA.

- Czy palisz lub zdarzyło ci się palić papierosy?
- Czy wśród krewnych ktoś miał zawał serca lub udar?
- Czy zbliżasz się do 50?
- Czy jesz mniej niż 5 porcji warzyw i owoców?
- Czy chorujesz na przewlekłe choroby, np. cukrzycę, nadciśnienie lub chorobę nerek?
- Czy twoja waga przekracza optymalną?
- Czy twoja aktywność fizyczna powinna być większa?
- Czy masz problem z cholesterolem?
- Czy chcesz optymalnie dbać o zdrowie?
- Czy żyjesz w stresie?



## ZADBAJ O:

10 KROKÓW DLA SERCA

- antyutleniacze
- wielonienasycone kwasy tłuszczowe
- warzywa i owoce
- naturalne produkty wzmacniające serce
- ruch - minimum 30 minut spaceru dziennie
- jak najczęstsze spotkania z rodziną i przyjaciółmi
- czyste powietrze, bez spalin i dymu tytoniowego
- żywność bez niezdrowych, smażonych tłuszczów
- aktywny odpoczynek, sen, relaks
- szczupłą, lekką sylwetkę



# TY TEŻ BĄDŹ PRO KARDIO

*... i kamień spadnie nam z serca*

Skontaktuj się z lokalnym Dystrybutorem

Nature's Sunshine Products Poland Sp. z o.o.  
ul. Olkuska 7, 02-604 Warszawa  
tel: 22 311-21-00; fax: 22 311-21-01  
email: [biuro@nspolska.pl](mailto:biuro@nspolska.pl)  
[www.e-naturesunshine.com](http://www.e-naturesunshine.com)