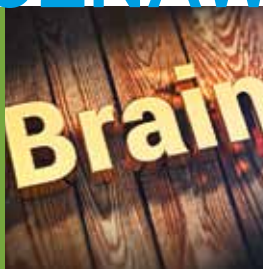


ZDROWIE FUNKCJI POZNAWCZYCH



Przewodnik NOW[®] – Zdrowie funkcji poznawczych

Funkcje poznawcze

– co to takiego ?



Zdrowie funkcji poznawczych

Gdy wyciągasz wnioski, dostrzegasz, oceniasz lub masz świadomość czegoś, zawsze wykorzystujesz swoje zdolności poznawcze. Funkcje poznawcze obejmują prawie wszystko, co ma związek z procesem myślenia: inteligencję, kreatywność, humor i pełną gamę emocji. Od podejścia przyrodniczego do analitycznego: matematykę, lingwistykę, filozofię, psychologię i wiele, wiele więcej.

Z punktu widzenia biologii, funkcje poznawcze są domeną mózgu oraz, w mniejszym stopniu, układu nerwowego.

Mózg, będący biologicznym komputerem organizmu, jest obciążony ogromnym zadaniem przetwarzania przez całe życie każdej myśli, emocji, ruchu, reakcji, odczucia, pociągu do czegoś, zapachu, dźwięku i widoku – abyś wiedział co się dzieje i mógł funkcjonować. Ten zapracowany narząd odpoczywa tylko na krótko, w czasie snu; jednakże nawet wtedy działa, regulując funkcje życiowe i ładując główne układy i narządy Twojego organizmu, a jednocześnie budując nowe komórki i koordynując naprawę uszkodzonych tkanek.



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Dlaczego zdrowie funkcji poznawczych jest tak ważne?

W codziennym życiu jesteśmy w wielkim stopniu uzależnieni od prawidłowego, zdrowego funkcjonowania naszego mózgu i układu nerwowego, od tego zależy dobra jakość naszego życia. Gdy zdrowie dopisuje i wszystko funkcjonuje prawidłowo, takie rzeczy jak podstawowe umiejętności motoryczne, umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów, możliwość kontrolowania emocji są oczywiste i przychodzą bez wysiłku. Jednakże kiedy funkcje poznawcze nie są w pełni sprawne, podstawowe zadania mogą stać się trudne a jakość życia może ulec dramatycznemu pogorszeniu.



Dlaczego ostatnio słyszy się coraz więcej o sprawności funkcji poznawczych?

Niestety, nasilają się okoliczności niekorzystnie wpływające na zdrowie mózgu i sprawność funkcji poznawczych,

szczególnie w Stanach Zjednoczonych i w innych rozwiniętych krajach. Postępy w nauce i technice spowodowały zwiększenie przewidywanej długości życia na świecie, ale to wydłużenie życia następuje w warunkach, które wpływają niekorzystnie na funkcje poznawcze, zwłaszcza u ludzi w podeszłym wieku.

Obecnie coraz więcej mówi się o zaburzeniach poznawczych, ponieważ ich leczenie staje się coraz bardziej kosztowne i dotyczą one coraz więcej osób.

Trzeba wspomnieć, że w 2011 roku ukończono przełomowe badanie funkcji poznawczych w wieku starszym (Cognitive Function and Ageing Study, CFAS), pierwsze z trzech długoterminowych badań mających na celu ocenę sprawności funkcji poznawczych obywateli brytyjskich. Badanie to prowadzono od roku 1989 do 2011, a jego celem było określenie stopnia pogorszenia funkcji poznawczych u ponad 18.000 starszych osób, w wieku powyżej 65 lat. Wyniki tego badania wskazują, że zaburzenia poznawcze w różnych formach występują coraz częściej. Obecnie prowadzone są dwa inne badania CFA na dużych grupach.

Co mogę zrobić aby utrzymać sprawność funkcji poznawczych przez całe życie?

Utrzymywanie sprawności funkcji poznawczych i zdrowia układu nerwowego jest niezwykle ważne dla odniesienia sukces w życiu oraz, co jest jeszcze ważniejsze, dla dobrej jakości życia.

Dwa z najprostszych i najbardziej skutecznych sposobów wspierania prawidłowych funkcji poznawczych to zdrowa dieta oraz regularne ćwiczenia. Zdrowa, zróżnicowana dieta zawierająca surowe owoce i warzywa, chude mięso i zdrowe tłuszcze zapewnia organizmowi prawie wszystko czego potrzebuje do utrzymania zdrowia funkcji poznawczych, zaś badania nieodmiennie potwierdzają korzyści z aktywnego trybu życia dla zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia.

Osoby, które poszukują dodatkowego wsparcia funkcji poznawczych, mogą korzystać z wielu naturalnych substancji i suplementów odżywiających mózg oraz układ nerwowy.

Poniżej przedstawiamy kilka składników, które proponujemy wziąć pod uwagę przy zakupie suplementów wspierających funkcje poznawcze.

Fosfatydyloseryna

Fosfatydyloseryna to związek występujący w wielu naturalnych źródłach, między innymi w lecytynie sojowej. Odgrywa istotną rolę jako składnik błony komórkowej oraz w komunikacji międzykomórkowej. Fosfatydyloseryna należy do głównych składników strukturalnych układu nerwowego oraz wspomaga działanie neuroprzekazników.

Te właściwości sprawiają, że fosfatydyloseryna stanowi idealny składnik odżywczy dla wsparcia funkcji poznawczych.

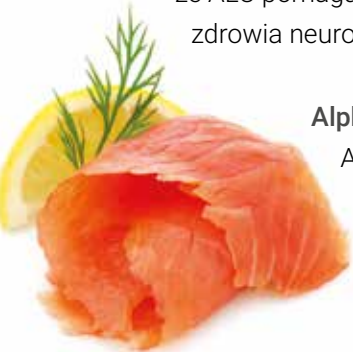


Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Acetylo-L-karnityna

Acetylo-L-karnityna (ALC) to zmodyfikowany aminokwas, który wspiera wytwarzanie energii komórkowej poprzez wspomaganie transportu tłuszczów do mitochondriów, gdzie zostają przekształcone w ATP (paliwo komórkowe). ALC stanowi wysoce biodostępną formę L-karnityny, mogącą przenikać przez barierę krew-mózg, gdzie przyczynia się do ograniczania uszkodzeń oksydacyjnych, wspiera funkcjonowanie mitochondriów oraz pomaga utrzymać prawidłową aktywność neuroprzebieżników. Badania kliniczne sugerują, że ALC pomaga utrzymać optymalny stan zdrowia neurologicznego.



Alpha GPC (Alfosceran choliny)

Alfosceran choliny jest naturalnym, fizjologicznym prekursorem acetylocholiny, neuroprzebieżnika uczestniczącego w procesach

związanych z pamięcią i z innymi funkcjami poznawczymi. Alfosceran choliny jest w większym stopniu biodostępny niż cholina w innych postaciach oraz, jak wiadomo, przekracza barierę krew-mózg. W mózgu innych tkankach układu nerwowego Alfosceran choliny staje się częścią błon komórkowych.

Kwas dokozaheksaenowy (DHA)

Kwas dokozaheksaenowy czyli DHA to kwas tłuszczowy należący do grupy omega-3, pozyskiwany w diecie głównie z ryb chłodnych wód, takich jak makrela i łosoś, który występuje również w pewnych roślinach morskich oraz w mikroalgach. DHA stanowi istotny składnik strukturalny tkanek mózgu, nerwów oraz oka. Badania wskazują, że DHA odgrywa rolę w tworzeniu nowych komórek mózgowych oraz ochronie istniejących komórek i może poprawiać połączenia międzykomórkowe w procesach neuroplastyczności.

Alpha GPC

Badania kliniczne wykazały, że suplementacja Alfa GPC może wspierać syntezę acetylocholino w mózgu. W ten sposób pomaga promować prawidłowe funkcje poznawcze i jasność umysłu.

Brain Elevate™

Brain Elevate™ marki NOW® został naukowo zaprojektowany w celu wspierania prawidłowego funkcjonowania mózgu. Zawiera ginkgo biloba oraz RoseOx® – dwa ekstrakty roślinne będące znanymi zmiataczami wolnych rodników.

Dla uzyskania optymalnych rezultatów skład tego produktu wchodzi również fosfatydyloseryna, L-glutamina oraz cholina – substancje odżywcze mózgu o krytycznym znaczeniu.



CurcuBrain™

Kurkumina jest silnym neutralizatorem wolnych który, jak wiadomo, wspiera zrównoważone funkcje odpornościowe; jednakże wiadomo, że jej biodostępność jest słaba. CurcuBrain™ marki NOW® zawiera Longvida® Optimized Curcumin, substancję która wykazuje w badaniach do 65 razy większą biodostępność wolnych kurkuminoidów w porównaniu z generyczną kurkuminą. Longvida® jest wchłaniana przez przewód pokarmowy i dostarczona organizmowi jako wolna kurkumina, postać aktywna w organizmie. Wykazano, że Longvida® przenika przez barierę krew-mózg, dzięki czemu wspiera zdrowie tkanek nerwowych.

DOPA Mucuna

Dopamina jest neuroprzekaźnikiem, który promuje radość oraz zainteresowanie życiem. Zawierając 15% L-DOPA (bezpośredniego prekursora dopaminy), DOPA Mucuna marki NOW® wspiera organizm dostarczając to co jest potrzebne aby wytworzyć

ten ważny neuroprzekaźnik. Mucuna, czyli świerzbiec właściwy, ma od tysięcy lat zastosowanie w tradycyjnym, indyjskim systemie ajurwedy.

Lecithin

Lecytyna to związek występujący naturalnie we wszystkich komórkach, roślinnych i zwierzęcych. Nasz mózg to w około 30% lecytyna. Ostonki izolujące, które chronią mózg, kręgosłup i nerwy w Twoim organizmie to w prawie dwóch trzecich lecytyna. Nawet w sercu jest wysokie stężenie lecytyny. Lecytyna składa się z wielu naturalnie występujących składników, a wśród nich jest cholina, inozytol, kwas linolowy, fosfatydyloseryna, kwasy tłuszczowe i triglicerydy. Granulaty lecytyny bez GMO marki NOW® pochodzą wyłącznie z niezmodyfikowanej genetycznie soi, o zachowanej tożsamości (identity preserved, IP).

Ginkgo Biloba

Jak wspomniano wcześniej, ginkgo czyli miłorząb dwukłapowy jest drzewem pochodzącym z Chin, które jest wykorzystywane od setek lat jako ziołowy suplement. Badania wskazują, że ekstrakt z miłorzębu ma właściwości zmiatania wolnych rodników i może wspomagać zdrowie krążenia.

Nasz ekstrakt z miłorzębu to najwyższa światowa jakość. Badania naukowe wykazały, że ekstrakt z ginkgo biloba ma w warunkach in vitro silne właściwości zmiatania wolnych rodników.

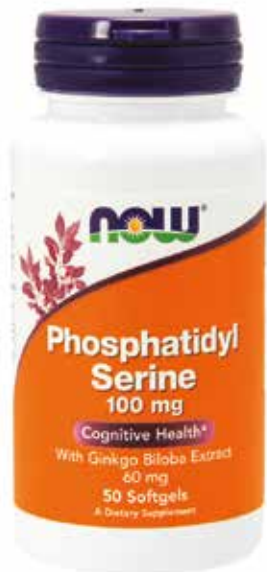


Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



Phosphatidyl Serine

Fosfatydyloseryna z Ginkgo Biloba marki NOW® łączy w sobie dwa składniki, które mogą wspomóc prawidłową aktywność umysłową. Fosfatydyloseryna (PS) to naturalnie występujący fosfolipid pozyskany z soi, który odgrywa kluczową rolę w prawidłowym funkcjonowaniu błony komórkowej.



Jest to szczególnie ważne dla mózgu i układu nerwowego, gdzie PS ma kluczowe znaczenie dla funkcji umysłowych, takich jak pamięć, uwaga i czas reakcji. Ginkgo biloba może wspierać zdrowie mózgu dzięki potężnej aktywności zmiatania wolnych rodników, jak również poprzez inne mechanizmy biologiczne.

PQQ Energy

Mitochondria są organellami, które produkują prawie całą potrzebną organizmowi energię komórkową. Są obecne we wszystkich komórkach, zaś organy takie jak serce i mózg mają szczególnie dużo mitochondriów, ze względu na wysokie zapotrzebowanie na energię. Pirolochinolinochinon (Pyrroloquinoline Quinone, PQQ) jest kofaktorem enzymu podobnym do witaminy B, który pomaga chronić mitochondria przed stresem oksydacyjnym i sprzyja generowaniu nowych mitochondriów w komórkach. PQQ może zatem pomóc w utrzymaniu intensywnej produkcji energii komórkowej, w utrzymaniu zdrowia serca i promowaniu prawidłowych funkcji poznawczych. W recepturze suplementu uwzględniliśmy również koenzym CoQ10 i acetylo-L-karnitynę, ze względu na ich kluczową rolę w funkcjonowaniu mitochondriów i w produkcji energii.

RememBRAIN™

RememBRAIN™ to preparat wspierający koncentrację uwagi i uczenie się poprzez promowanie prawidłowej produkcji oraz aktywności acetylocholin (ACh). Acetylocholina jest neuroprzekaźnikiem niezbędnym dla prawidłowych funkcji neurologicznych i poznawczych, a jej produkcja ma tendencję do zmniejszania wraz z wiekiem. RememBRAIN™ łączy Alpha-GPC (biodostępną formę choline) promującą produkcję acetylocholin z huperzine A, utrzymującą poziom acetylocholin w mózgu. W celu wsparcia zdrowia błon i skutecznej sygnalizacji komórek nerwowych suplement zawiera również fosfatydyloserynę.

Co wyróżnia NOW

Od roku 1968 NOW pomaga ludziom prowadzić zdrowsze życie, oferując wybór wielokrotnie nagradzanych, suplementów diety, naturalnej żywności, odżywek dla sportowców, produktów dla zdrowia i urody, a także olejków eterycznych.

Z ponad 1.400 produktów, NOW jest Twoim źródłem naturalnych produktów zdrowotnych o najwyższej jakości. Dostępne w dobrych sklepach ze zdrową żywnością w całym kraju oraz online, produkty NOW stanowią paliwo dla Twojego zdrowego stylu życia. Live happy, live healthy, live NOW!



Wyłączny Dystrybutor
Produktów NOW® w Polsce



NOW Foods ZAWSZE z hologramem

Obecność HOLOGRAMU na opakowaniu to pewność, że:



- nabyty produkt jest objęty gwarancją producenta realizowaną jedynie przez dystrybutora **PRO NATURA**. Gwarancja ta objawia się w postaci realizacji zasady: **SATYSFAKCJA GWARANTOWANA LUB ZWROT PIENIĘDZY**;
- produkt posiada wymagane dopuszczenia do obrotu, za które odpowiedzialność ponosi dystrybutor **PRO NATURA**. Dzięki temu skutki powstałe w wyniku działań wszelkich organów ponosi Dystrybutor NOW Foods w Polsce **PRO NATURA**;
- podmioty współpracujące z Dystrybutorem **PRO NATURA** mają pełne prawo do zwrotu lub wymiany zakupionych produktów w przypadku niezadowolającej rotacji lub zbliżającego się terminu przydatności do spożycia.



PRO
NATURA

Wyłączny Dystrybutor

www.pronatura.pl • tel. 91 452 84 20

now