

Healthy Gut

coralclub

Healthy Gut —

комплексна програма для здоров'я кишечника.

Програма сприяє:

- нормалізації роботи органів системи травлення;
- очищенню кишечника від токсинів і застою вмісту;
- покращенню засвоєння поживних речовин;
- відновленню мікрофлори кишечника;
- зміцненню захисних сил організму.

Склад програми:

- **Етап 1** — Заферан (10 капсул), Каскара Саграда (10 таблеток), Корал Бурдок Рут (10 капсул), Корал Карнітин (10 капсул), Корал Лецитин (10 капсул), Корал Люцерна (10 капсул), Корал Чорний Горіх (20 капсул), Папая (10 таблеток), Супер-Флора (10 капсул), Корал-Майн (10 саше).

- **Етап 2** — АкваОкс (10 капсул), Асимілятор (10 капсул), Заферан (10 капсул), Корал Артишок (10 капсул), Корал Лецитин (10 капсул), Корал Магній (10 капсул), Супер-Флора (10 капсул), Корал-Майн (10 саше).
- **Етап 3** — Заферан (10 капсул), Корал Бурдок Рут (10 капсул), Корал Люцерна (10 капсул), Корал Магній (10 капсул), Корал Таурин (10 капсул), Омега 3/60 (10 капсул), ГрінГрін (10 капсул), Папая (10 таблеток), Супер-Флора (10 капсул), Корал-Майн (10 саше).

Програма розрахована на 30 днів прийому, включає 17 продуктів і складається з 3-х послідовних етапів по 10 днів кожний.

ЕТАП#1 ОЧИЩЕННЯ (1-10 день)

Початковий етап програми спрямований на комплексне очищення травного тракту. Під впливом активних речовин Каскари Сагради і ферментів Папаї відбувається м'яке вивільнення кишечника та нормалізація випорожнень. Корал Чорний горіх сприяє виведенню паразитів (гельмінтів) з кишечника. Фітонутрієнти Заферану, Корал Бурдок Руту і фосфоліпіди Корал Лецитину покращують роботу печінки, жовчного міхура та нирок, активуючи виведення продуктів життєдіяльності. Карнітин прискорює ліпідний обмін. Пробиотики і пребіотики Супер-Флори та Корал Люцерна покращують стан мікрофлори кишечника і сприяють росту власних корисних бактерій.

ЕТАП#2 ВІДНОВЛЕННЯ (11-20 день)



Другий етап спрямований на поступове відновлення мікрофлори кишечника і функції травлення в цілому. Комплекс травних ферментів Асимілятору покращує засвоєння поживних речовин. Корал Артишок, Заферан і Корал Лецитин допомагають відновленню клітин печінки, стимулюють виділення жовчі. Фітонутрієнти АкваОксу беруть участь у ліпідному обміні, покращують стан судин, стимулюють виділення травних ферментів. Магній необхідний для багатьох процесів в організмі, зокрема він регулює перистальтику кишечника та покращує засвоєння поживних речовин. Лакто- і біфідобактерії Супер-Флори допомагають оптимізувати травлення.

ЕТАП#3 НОРМАЛІЗАЦІЯ (21-30 день)

На завершальному етапі програми відбувається нормалізація функції травлення. Пробиотики Супер-Флори продовжують відновлювати мікрофлору кишечника, а харчові волокна ГрінГрину, люцерни, кореня лопуха забезпечують їх необхідним поживним середовищем. Папая допомагає відновити пошкодження слизової ШКТ, покращує засвоєння їжі. Заферан і амінокислота таурин підтримують роботу печінки та жовчного міхура. ПНЖК омега-3 регулює ліпідний обмін і зміцнює імунний статус організму.

Вода з Корал-Майн допомагає підтримати водно-сольовий баланс організму впродовж усього часу проходження програми.

Схема застосування:

| час | Етап #1 (1-10 день) | Етап #2 (11-20 день) | Етап #3 (21-30 день) |
|---|---|--|--|
|  ранок | Супер-Флора по 1 капсулі за 20 хвилин до їжі Корал Карнітин, Корал Лецитин, Корал Люцерна, Корал Чорний Горіх по 1 капсулі під час їжі Папая по 1 таблетці під час їжі | Супер-Флора по 1 капсулі за 20 хвилин до їжі АкваОкс, Асимілятор, Корал Артишок, Корал Лецитин по 1 капсулі під час їжі | Супер-Флора по 1 капсулі за 20 хвилин до їжі Корал Люцерна, Корал Таурин, Омега 3/60 по 1 капсулі під час їжі Папая по 1 таблетці під час їжі |
|  вечір | Заферан, Корал Бурдок Рут, Корал Чорний горіх, Каскари Сагради по 1 капсулі/таблетці під час їжі | Заферан, Корал Магній по 1 капсулі під час їжі | Заферан, Корал Бурдок Рут, Корал Магній, ГрінГрін по 1 капсулі під час їжі |

Корал-Майн: помістити 1 пакет-саше Корал-Майн, не розкриваючи, у 1,5 л води кімнатної температури. Через 5 хвилин вода готова до вживання.

Не перевищувати рекомендовану дозу застосування для щоденного споживання. Дієтична добавка не є заміною повноцінного раціону харчування.

Протипоказання:

Індивідуальна непереносимість компонентів, вагітність, годування груддю.
Перед застосуванням проконсультуватись із лікарем.

Рекомендації щодо харчування:

- не переїдайте;
- вживайте різноманітні харчові продукти, надаючи перевагу продуктам рослинного походження;
- щодня включайте до раціону свіжі овочі та фрукти;
- з білкової їжі надавайте перевагу рибі, нежирному м'ясу, бобовим, птиці;
- надавайте перевагу кисломолочним продуктам;
- обмежте кількість солодощів і солодких напоїв, споживайте цукор помірно;
- обмежте вживання солі, солоних, копчених і в'ялених продуктів;
- обмежте вживання міцного чорного чаю, кави й алкогольних напоїв;
- готуйте страви на пару, запікайте, відварюйте, тушуйте;
- не допускайте великих перерв між прийомами їжі (більше 3 годин);
- вечеряйте не пізніше, ніж за дві години до сну;
- по можливості вживайте їжу кімнатної температури.

Рекомендації щодо питного режиму:

- Достатня кількість води важлива для нормальної роботи ШКТ і нормального засвоєння поживних речовин, тому:
- під час проходження програми рекомендується випивати за добу не менше 1,5 л води з мінеральною композицією Корал-Майн;
 - варто пити якісну очищену воду;
 - середня добова норма споживання рідини для дорослого — 30-40 мл на 1 кг ваги;
 - пити краще порціями по 200-250 мл до їжі і між прийомами їжі, запивати їжу небажано.