

ProRelaxin®

ProRelaxin® je doplňěk stravy podporující zklidnění, relaxaci a utišení nervů, dobrý spánek v noci a optimální emoční rovnováhu během dne. Kompozice složek přírodního původu, včetně chráněné směsi z plodů pomerančovního čínského, byla uzavřena do inovativních tobolek se zpožděným uvolňováním, které přispívají k zlepšení vstřebávání aktivních látek.



ProRelaxin® obsahuje rostlinné výtažky, spirulin a L-tryptofan. Produkt je cenným zdrojem aktivních sloučenin podporujících optimální spánek, chránících organismus během nadměrného stresu, napětí a neklidu a poskytujících mu podporu v situaci zhoršení nálady.

Kdy?

Současný intenzivní životní styl, stálý shon, stres, ne-dostatek spánku a pracovní vyhoření přispívají k poruchám fungování nervové soustavy. Podle údajů Světové zdravotnické organizace trpí depresivním onemocněním přes 300 milionů lidí¹, ještě více lidí se pak týká výkyvy nálady. Zdravý a aktivní životní styl a vyvážená strava podporují udržení dobré kondice nervové soustavy, což se projevuje emoční rovnováhou, dobrým spánkem a náladou: Fungování nervové soustavy ve stresových situacích lze podpořit pomocí vhodných doplňků. ProRelaxin® je vhodný jako podpůrný přípravek pro:

- ▶ lidi chtějící si udržet optimální emoční rovnováhu,
- ▶ lidi vystavené stresu, kdy může být použit jednorázově, ale také po delší dobu,
- ▶ lidi s poruchami spánku a usínání,
- ▶ lidi trpící výkyvy nálady a nadměrnou ne-rvizitou a neklidem,
- ▶ ženy v přechodu, kdy zmírňuje jeho projevy (výkyvy nálady, nervozitu, návaly horka),
- ▶ ženy s premenstruačním syndromem (PMS).

Jakým způsobem?

ProRelaxin® podporuje:

- ▶ emoční rovnováhu,
- ▶ tvorbu serotoninu a melatoninu,
- ▶ procesy přenosu impulsů mezi neurony,
- ▶ optimální spánek a zklidnění organismu,
- ▶ podporuje relaxaci organismu a pomáhá zvýšit jeho odolnost vůči stresu,
- ▶ funkce imunitního systému,
- ▶ sexuální funkce a plodnost,
- ▶ antioxidační mechanismy,
- ▶ funkce fyziologické střevní mikroflóry.



ProRelaxin® – užívání:

1-2 tobolky denně.



Tabulka se složením

Obsah složek v doporučené denní dávce výrobku	1 kapsle	2 kapsle
ProRelaxin® (vyhrazená formule z ovoce pomerančovníku čínského (<i>Citrus sinensis</i>))	100 mg	200 mg
výtažek z chmelových šišek (<i>Humulus lupulus</i>)	40 mg	80 mg
výtažek z listů meduňky (<i>Melissa officinalis</i>)	40 mg	80 mg
výtažek z květů levandule (<i>Lavandula angustifolia</i>)	25 mg	50 mg
výtažek z květů šafránu (<i>Crocus sativus</i>)	25 mg	50 mg
L-tryptofan	20 mg	40 mg
výtažek z kořene Maca (<i>Lepidium meyenii</i>)	10 mg	20 mg
spirulina	10 mg	20 mg

Složení: patentovaná složka ProRelaxin® z plodů čínského pomeranče (*Citrus sinensis*), výtažek z chmelových šišek (*Humulus lupulus*) 5:1, výtažek z listů meduňky (*Melissa officinalis*) 10:1, inulin z kořene čekanky obecné (*Cichorium intybus*), výtažek z květů levandule (*Lavandula angustifolia*) 5:1, výtažek z květů šafránu (*Crocus sativus*) 5:1, L-tryptofan, výtažek z kořene macy horské (*Lepidium meyenii*) 4:1, spirulina, protispěková látka oxid křemičitý (z rýže). Složení obalu kapsle: hydroxymethylpropylcelulóza (HPMC), želírující látka – guma gellan, barvivo – měďnaté komplexy chlorofylů a chlorofylinů.

Nepřekračujte doporučenou denní dávku. Produkt není určen jako náhrada pestré stravy. Pro správné fungování organismu je důležitá vyvážená strava a zdravý životní styl.



Bylinné výtažky obsažené v přípravku mají vedle názvu uveden poměr 5:1 a 4:1, což je tzv. ukazatel DER. Co znamená?

Ukazatel DER (ang. *drug extract ratio*) uvádí počet miligramů rostlinné suroviny použitý k získání jednoho miligramu výtažku.

Pokud jedna tobolka obsahuje 25 mg výtažku z květů levandule (nebo jiného výtažku) DER 5:1, znamená to, že pro její výrobu bylo použito 125 mg suroviny. Tobolky řady Complete Formula mají zvýšený koeficient DER, díky čemuž stejné (nebo dokonce menší) množství výtažku může poskytnout větší dávku aktivních složek.

Chmelové šišky a listy meduňky lékařské obsahují zdraví prospěšné esenciální oleje a flavonoidy, které synergicky podporují svoje účinky.

- ▶ Chmelové šišky se používají jako podpůrný prostředek při stavech napětí, neklidu a potíží s usínáním; mohou být využívány podpůrně v době přechodu, která je spojena s mnoha potížemi, včetně emočních, které snižují kvalitu života. Chmel zmírňuje návaly horka, které přechod provází¹⁻³.
- ▶ Meduňka lékařská má také zklidňující účinky, usnadňuje usínání, zmírňuje obavy a upravuje náladu, díky čemuž je používána podpůrně při stavech nervového vypětí, neklidu, ztráty spánku a s nimi spojenými poruchami srdečního rytmu a fungování trávicího ústrojí. Je vhodná také pro zmírnění emočních potíží souvisejících s premenstruačním syndromem (PMS). Flavonoidy obsažené v této složce mají antioxidační účinky^{1,4-7}.

Chráněná směs z plodů pomerančovníků čínského podporuje fungování nervové soustavy.

Čínský pomeranč (označovaný také jako sladký pomeranč) obsahuje mnoho aktivních sloučenin, včetně antioxidantních flavonoidů, nenasycených mastných kyselin a limonen vyskytující se v esenciálním oleji, který zklidňuje a redukuje obavy a emoční napětí^{8,9}. Flavonoidy chrání nervové buňky před destruktivním vlivem oxidačního stresu a přispívají tak k udržení optimálních funkcí nervového systému a prevenci neurodegenerativních onemocnění¹⁰.

Jaké účinky má šafrán obsažený v tomto produktu?

Šafrán je znám jako zdraví prospěšná rostlina a koření již mnoho tisíc let. Za biologické účinky této látky jsou zodpovědné glykosidy krocetin, krocin a safranal¹¹. Má prokázaný vliv na dobrou náladu, který je založen na zlepšení komunikace mezi neurony v důsledku zvětšení množství noradrenalinu, dopaminu a serotoninu v centrální nervové soustavě^{12,13}. Dále přispívá ke snížení obav a zlepšuje kvalitu spánku. Šafrán může také přispívat ke zmírňování premenstruačního syndromu (PMS) a podporovat plodnost mužů prostřednictvím zlepšení kondice spermií^{14,15}.

Co to je spirulin?

Spirulin je druh sinic (kyanobakterií); má cenné výživové vlastnosti (patří mezi superpotravinu) z důvodu obsahu vitamínů, minerálů a kompletního složení aminokyselin a také kvůli obsahu nenasycených mastných kyselin, karotenoidů a chlorofylu. Zdraví prospěšné vlastnosti zahrnují také antioxidantní účinky – chrání neurony a podporují prevenci neurodegenerativních onemocnění; dále chrání játra, detoxikují a působí proti tání^{16,17}.

L-Tryptofan je nezbytnou výživovou složkou naší stravy. Proč jej člověk tak potřebuje?

L-Tryptofan je aminokyselina rostlinného původu, kterou si lidský organismus nedokáže syntetizovat a musí být dodávána ve stravě. Tato aminokyselina má důležitý vliv na udržení správné hladiny serotoninu a melatoninu v centrální nervové soustavě. Serotonin ovlivňuje správnou komunikaci mezi neurony v částech mozku odpovědných za emoční procesy; jeho nedostatek může způsobovat zhoršenou náladu. Melatonin pak reguluje denní rytmus spánku a bdělosti. Bylo prokázáno, že větší příjem L-tryptofanu ve stravě může přispívat ke zlepšení kvality a délky spánku¹⁸.

Výtažky z květů levandule a kořene maca podporují účinky ostatních složek doplňku.

- ▶ Květy levandule jsou používány jako podpora při stavech nadměrné nervozity, neklidu, ztráty spánku a poruch v oblasti trávicího ústrojí na emočním pozadí. Zdraví prospěšné účinky levandule jsou spojeny s obsahem esenciálního oleje¹⁶.
- ▶ Maca je peruánská rostlina se zvláštními zdraví prospěšnými vlastnostmi, za které vděčí četným bioaktivním sloučeninám. Podporuje antioxidantní procesy a přispívá k ochraně neuronů před nepříznivým vlivem kyslíkových volných radikálů. Podporuje také udržení optimální paměti, má příznivý vliv na sexuální funkce a náladu, dále zmírňuje premenstruační symptomy^{16,19,20}.

Čím se vyznačuje ProRelaxin®?

- ▶ **Tobolky z organického derivátu celulózy (HPMC)**, které obsahují také deriváty chlorofylu, bez konzervantů, lepek a želatiny jsou vhodné také pro vegetariány a vegany (a mají také certifikáty košer a halal), se zpožděným uvolňováním a klinickými testy* – přispívají k zlepšení vstřebávání v nich obsažených aktivních látek a zvyšují tak jejich koncentraci v organismu.
- ▶ **100% složky přírodního původu**, s **dodatečným obsahem prebiotika** – inulinu z kořene čekanky obecné; inulin stimuluje růst přirozené střevní mikroflóry a podporuje fungování trávicího ústrojí²¹; má nízký glykemický index.
- ▶ **Receptura zohledňující synergické a antagonistické účinky jednotlivých složek.**
- ▶ **Komplexní složky – se zachovaným biologickým pozadím** zlepšujícím jejich biologickou dostupnost.
- ▶ **Produkt NEOBSAHUJE konzervanty, umělá plnidla a JE BEZ GMO** – suroviny použité pro jeho výrobu NEPOCHÁZEJÍ z geneticky modifikovaných rostlin.
- ▶ **Produkt NEOBSAHUJE lepek** – je vhodný pro lidi s alergií na lepek.
- ▶ **Koncentrované složení** – zajišťující komfortní užívání doplňku – 1 až 2krát denně.

 *Bibliografie přípravku DUOLIFE Complete Formula ProRelaxin® je uvedena na zvláštním listu pořadače.*

*Testy provedla v roce 2013 laboratoř Bio-Images Research v Glasgow ve Skotsku

Bibliografie

1. Dobros, N. (2017). Zioła o działaniu uspokajającym i przeciwdepresyjnym. *Post Fitoter*, 18(3), 215-222.
2. Zanolli P, Zavatti M. Pharmacognostic and pharmacological profile of *Humulus lupulus* L. *J Ethnopharmacol* 2008; 116:383-96.
3. Aghamiri, V., Mirghafourvand, M., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Nazemiyeh, H. (2016). The effect of Hop (*Humulus lupulus* L.) on early menopausal symptoms and hot flashes: A randomized placebo-controlled trial. *Complementary therapies in clinical practice*, 23, 130-135.
4. Nowak, G. (2009). Surowce roślinne o działaniu przeciwłękowym i antydepresyjnym. *Herba Polonica*, 55(1).
5. Heydari, N., Dehghani, M., Emamghoreishi, M., & Akbarzadeh, M. (2018). Effect of *Melissa officinalis* capsule on the mental health of female adolescents with premenstrual syndrome: a clinical trial study. *International journal of adolescent medicine and health*.
6. Alijaniha, F., Naseri, M., Afsharypuor, S., Fallahi, F., Noorbala, A., Mosaddegh, M., ... & Sadrai, S. (2015). Heart palpitation relief with *Melissa officinalis* leaf extract: double blind, randomized, placebo controlled trial of efficacy and safety. *Journal of ethnopharmacology*, 164, 378-384.
7. Dastmalchi, K., Dorman, H. D., Oinonen, P. P., Darwis, Y., Laakso, I., & Hiltunen, R. (2008). Chemical composition and in vitro antioxidative activity of a lemon balm (*Melissa officinalis* L.) extract. *LWT-Food Science and Technology*, 41(3), 391-400.
8. Sohi, S., & Shri, R. (2018). Neuropharmacological potential of the genus *Citrus*: A review. *J. Pharmacogn. Phytochem*, 7(2), 1538-1548.
9. Moufida, S., & Marzouk, B. (2003). Biochemical characterization of blood orange, sweet orange, lemon, bergamot and bitter orange. *Phytochemistry*, 62(8), 1283-1289.
10. Anagnostopoulou, M. A., Kefalas, P., Papageorgiou, V. P., Assimopoulou, A. N., & Boskou, D. (2006). Radical scavenging activity of various extracts and fractions of sweet orange peel (*Citrus sinensis*). *Food chemistry*, 94(1), 19-25.
11. Schmidt M, Betti G, Hensel A. Saffron in phytotherapy: pharmacology and clinical uses. *Wien Med Wochenschr* 2007;157(13-14):315-9.
12. Szafrąński, T. (2013). Zastosowanie szafranu (*Crocus sativus*) w psychiatrii. *Psychiatria, pismo dla praktyków*.
13. Karimi Gh, Hosseinzadeh H, Khaleghpanah P. Study of antidepressant effect of aqueous and ethanolic extract of *Crocus sativus* in mice. *IJBMS*, 2001 4: 11-15.
14. Heydari, M., Rezanezhadi, J. B., Delfan, B., Birjandi, M., Kaviani, H., & Givrad, S. (2008). Effect of saffron on semen parameters of infertile men.
15. Agha-Hosseini, M., Kashani, L., Aleyaseen, A., Ghoreishi, A., Rahmanpour, H. A. L. E. H., Zarrinara, A. R., & Akhondzadeh, S. (2008). *Crocus sativus* L. (saffron) in the treatment of premenstrual syndrome: a double-blind, randomised and placebo-controlled trial. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 115(4), 515-519.
16. Edwards, S. E., da Costa Rocha, I., Williamson, E. M., & Heinrich, M. (2015). *Phytopharmacy: An evidence-based guide to herbal medicinal products*. John Wiley & Sons.
17. Jękot, B., Muszyńska, B., Mastalerz, T., & Piórecka, B. (2014). *Spirulina* (Arthrospira)—badania nad działaniem leczniczym i jej właściwościami prozdrowotnymi. *Farmacja Polska*, 70(11), 607-614.
18. Friedman, M. (2018). Analysis, nutrition, and health benefits of tryptophan. *International Journal of Tryptophan Research*, 11, 1178646918802282.
19. Dording, Ch. M., Fisher, L., Papakostas, G., Farabaugh, A., Sonawalla, Sh., Fava, M., Mischoulon, D. (2008). A double-blind, randomized, pilot dose-finding study of maca root (*L. meyenii*) for the management of SSRI-induced sexual dysfunction. *CNS Neurosci. Ther.*, 14, 3, 182-191.
20. Stojanovska, L., Law, C., Lai, B., Chung, T., Nelson, K., Day, S., Apostolopoulous, V., Haines, C. (2015). Maca reduces blood pressure and depression, in a pilot study in postmenopausal women. *Climacteric*, 18, 1, 69-78.
21. Kolida S., Gibson G.R. 2007. Prebiotic capacity of inulin-type fructans. *Journal Nutrition*, 137 (11 Suppl), 2503S-2506S.