

ZinzinoHealth

Produktová řada ZinzinoHealth byla vytvořena švédskou firmou Zinzino speciálně pro dlouhodobou péči o zdraví. Na jejím vzniku se podílel i celosvětově uznávaný vědec v oblasti výživy a farmakolog Dr. Paul Clayton Ph.D.

Dr. Paul Clayton Ph.D. se zabývá farmakologickými účinky potravin a rostlinných složek na zdraví a celkovou fyzickou pohodu člověka. Dříve zastával funkci předsedy fóra „Jídlo a zdraví“ Královské lékařské společnosti (Royal Society of Medicine), v současné době je členem Ústavu pro stravování, mozkovou činnost a chování při Oxfordské univerzitě.



Je autorem několika knih o jídle a zdravém životním stylu, např. knihy „Ať je Vaše jídlo Vaším lékem“. V posledních čtyřiceti letech studuje, jak to, co jíme, ovlivňuje naše zdraví, jak současná strava naše zdraví poškozuje a jak je možné to napravit.

Poslední výzkumy ukazují, že hlavní příčinou civilizačních chorob je chronický zánět.

Mezi tyto choroby patří například:

- Postižení kostí – osteoporóza
- Poškození chrupavek – artróza
- Postižení cév – vysoký krevní tlak, ateroskleróza, křečové žíly, hemoroidy
- Postižení mozku – neurodegenerativní nemoci jako Alzheimerova choroba, Parkinson
- Postižení dalších tkání – nádory
- Zrychlení stárnutí

Jak vzniká chronické záněty?

V první řadě jsou spojeny s naší stravou, a to především rychle zpracovanou, tzv. fast food stravou. Tato strava ničí imunitní systém, urychluje stárnutí a dramaticky zvyšuje riziko úmrtí na sepsi (infekční přetížení organismu). Vzhledem k vysoké konzumaci průmyslově zpracovaných potravin se očekává snížení průměrné délky života. Společným jmenovatelem jsou právě chronické záněty v těle, protože tyto potraviny působí prozánětlivě.

Pokud chceme být zdraví a ochránit před nemocemi sebe, svou rodinu a blízké, snažme se změnit svůj životní styl.

Jaké jsou největší problémy potravin, které konzumujeme?

1. Špatný poměr polynasycených mastných kyselin **Omega 6 / Omega 3. Zdravý poměr je dle vědců 3:1**, ale průměrný Evropan při současném způsobu stravování dosahuje průměru 15:1, což přímo zvyšuje zánětlivé procesy v organismu.
2. Nedostatek polyfenolů, které působí protizánětlivě.
3. Nedostatek vlákniny (prebiotik). Vláknina neživí nás, ale mikroby v našich útrokách. Pokud nekonzumujeme dostatek specifických druhů vlákniny, je náš střevní mikrobiom nevyvážený a důsledkem bude tendence k vyšší zánětlivosti ve střevech. **Nedostatek prebiotické vlákniny vede k nerovnováze střevního mikrobiomu.** Kvůli chybějícím prebiotikům ubývají grampozitivní bakterie, které jsou nahrazovány bakteriemi gramnegativními. Gramnegativní bakterie mají jednu společnou věc: při rozpadu produkují jedovaté látky, které způsobují zánět. Pokud tedy ze stravy odebereme protizánětlivé složky a prebiotika, ale ponecháme

prozánětlivé, důsledkem bude systémový zánět spojený s vylučováním velkého množství toxických látek, kterou budou krevním oběhem putovat k dalším orgánům a poškozovat je.

4. Nedostatek betaglukanů, které jsou nutné pro správnou funkci imunitního systému. Pokud k infekci dojde, setrvává v nás daleko delší dobu a může vést k chronickému zánětu.
5. Přebytek AGE a ALE (konečné produkty glykace a lipoxidace), což jsou silně prozánětlivé složky. Vznikají při úpravě jídla za velmi vysokých teplot, mnohem vyšších, než jaké používáme v kuchyni.
6. Přebytek cukrů a tuků.
7. Nerovnováha elektrolytů. Přebytek sodíku a vápníku, nedostatek hořčíku a draslíku.

Záněty v těle a jejich řešení:

Na základě výše uvedených poznatků vyvinula společnost Zinzino několik farmakologických nástrojů, které se dají použít jako **terapeutické prostředky k řešení našich problémů.**

1. První z nich se nazývá **BalanceOil**. Jedná se o směs esenciálních Omega 3 mastných kyselin z mořských produktů (ryby nebo řasy) s polyfenoly. Je velmi důležité, aby se Omega 3 vždy konzumovaly s protizánětlivou složkou – polyfenoly – které jsou velmi silnými antioxidanty a zároveň je chrání, aby neoxidoval. Díky tomu se účinná látka (Omega 3) dostane na správné místo, tedy do buněčné membrány. **BalanceOil dokáže do 4 měsíců změnit poměr mastných kyselin Omega 6 a Omega 3 z prozánětlivého na zdraví prospěšný 3:1.** Lidský organismus je složen z cca 50 bilionů buněk, kdy každá je chráněna buněčnou membránou. Pokud buněčná membrána nemá správný poměr Omega 6 a Omega 3, narušuje to správnou funkci buňky. **BalanceOil tedy zastavuje záněty na úrovni buněk.**



Záněty ve střevech musíme řešit jinak. Proto doporučujeme kombinovat BalanceOil s dalším produktem, který se nazývá Zinobiotic.

2. **Zinobiotic** obsahuje 4 skupiny různých prebiotických vláknin (fruktooligosacharidy, inulin, 1-4 betaglukan, rezistentní škrob), které byly kdysi běžnou součástí naší stravy, ale průmyslovým zpracováním z ní byly odstraněny. My se je snažíme vrátit zpět. Prebiotika jsou velmi specifický druh sacharidů. Nerozkládají se v trávicím traktu jako ostatní sacharidy, ale **slouží jako potrava gram pozitivním bakteriím, které se začnou množit a postupně vytlačovat bakterie gram negativní. Tím dochází k redukci zánětu ve střevech.** Vyřešení zánětu ve střevech má velký vliv na likvidaci zánětů v dalších částech těla. Ultrazpracované potraviny likvidují zdravé prostředí ve střevě a ty to prospěšné gram pozitivní bakterie nemají kde žít. Proč potřebujeme tolik různých druhů vlákniny? Důvod je jednoduchý: každý druh vyživuje mikrobiom v jiné části střeva. Tímto způsobem pozitivně ovlivňujeme mikrobiom v celé délce tlustého střeva a tento stav je i z dlouhodobého hlediska udržitelný. Na rozdíl od klasických probiotik, které jakmile přestaneme užívat, gram pozitivní bakterie opět vyhynou. **Konzumace prebiotik snižuje podle Světové zdravotnické organizace riziko předčasného úmrtí, vč. rizika úmrtí na rakovinu.** Zásadním problémem je velmi malé množství vlákniny v naší stravě. Řečeno v číslech, 9 z 10-ti lidí nekonzumuje ani minimální množství vlákniny doporučené Světovou zdravotnickou organizací.



3. **Xtend** řeší zánět v další problematické části těla, a tou je břišní tuk, který sám o sobě je zdrojem zánětu, to přináší zvýšené riziko cukrovky, onemocnění srdce a další problémy. BalanceOil ani Zinobiotic nám s viscerálním tukem nepomohou. Proto jsme vytvořili Xtend, který obsahuje fytonutrienty a polyfenoly, které zastaví zánětlivou reakci v této části těla. Jedná se například o několik druhů vitamínů E (tokoferoly), karotenoidy (lykopen, lutein a zeaxantin z rajčat, avokáda), antioxidant oleuropein (obsažený v olivách). Zastavili jsme tedy zánět i v této třetí části těla, ale zbývá nám ještě jedna oblast – dutina ústní. Pokud při čištění zubů vidíte i malé kapičky krve, znamená to, že máte zánětlivé onemocnění dásní. Některé toxiny tvořící se v dutině ústní se přes čichové centrum dostávají do mozku, a proto se domníváme, že tyto záněty souvisejí například s Parkinsonovou chorobou. Protože toxiny produkované zánětem polykáme, může zánět dásní a její předstupně zvýšit riziko rakoviny, vysokého tlaku... Proto další látkou, kterou jsme do Xtend přidali, jsou jedlé mořské řasy, které obsahují specifické molekuly s názvem fukoidany, které se při konzumaci uvolňují do slin a do krve. Ve slinách fungují podobně jako teflon, který obalí zuby a krčky, krvácení se zastavuje a stejně i zánět. Takže se celkový zánětlivý proces zastavuje, nebo se alespoň výrazně snižuje.



Co s tím můžeme dělat?

V prvním kroku by bylo dobré **zjistit, jaký máte poměr Omega 6 / Omega 3**. Díky **jednoduchému testu z kapky krve (tzv. BalanceTest)** je to velmi jednoduché. Test si můžete **udělat sami** a vzorek zaslat do nezávislé laboratoře VITAS Analytical Services se sídlem v Norsku. Na stránkách zinzinotest.com se během cca 2-3 týdnů dozvíte své výsledky. Vše probíhá **anonymně**. K tomu Vám nabízíme 100% garanci, že pokud z prvního testu zjistíte, že už v rovnováze jste, vrátíme Vám peníze.



Další produkty firmy Zinzino:

Mezi další přední problémy dnešního světa patří deprese a úzkosti. Zjistili jsme, že řešením může být šafrán (*Crocus sativus*). Tato rostlina byla známa již v dávné historii a pro své pozitivní účinky na psychiku se využívala k léčení psychických stavů. Šafrán je tedy klíčovou složkou **produktu Viva** a chemické léky v mnoha ohledech předčí: není jedovatý, nemá žádné vedlejší účinky ani při přerušení užívání a na rozdíl od antidepresiv, které většinou potřebují 1 měsíc, než začnou působit, stačí tomuto produktu 24 hodin. **Produkt Viva velmi účinně pomáhá při depresích a úzkostech. Je zcela přírodním produktem, můžeme ji užívat libovolně dlouho. Dá se užívat také preventivně, v období těhotenství a je vhodná i pro děti.**

