



АЛГОРИТМ ПОДБОРА ОПТИМАЛЬНОЙ ДОЗЫ ВИТАМИНА D3:

- Оценка статуса витамина D в организме методом масс-спектрометрии проводится по уровню 25 (ОН)D в крови;
- Оценка VDR (Vitamin D Receptor / рецептор витамина D)

Дефицит	<40 нг/мл
Недостаточность	40-65 нг/мл
Адекватный уровень	>65 нг/мл

Рекомендуемый уровень 25 (ОН)D:

более 65 нг/мл (более 162 нмоль/л)

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- Провести исследование уровня витамина D в крови (методом масс-спектрометрии);
- Определить рекомендованную дозу с учетом чувствительности VDR;
- Исследовать кровь повторно через 3 и 6 месяцев (методом масс-спектрометрии).

Среднее изменение концентрации в крови на основании потребления в день (МЕ/день)*

Ожидаемый уровень (нг/мл)		20	30	40	50	60
Рекомендуемая суточная доза витамина D, МЕ						
Имеющийся уровень (нг/мл)	10	2000	4000	6000	10000	10000
	15	1000	3000	6000	9000	10000
	20		2000	5000	8000	10000
	25		1000	4000	7000	10000
	30			3000	6000	10000
	35			1000	5000	9000
	40				3000	9000

Перевод нг/мл в нмоль/л

Концентрация 25(ОН)D: нг/мл x 2,496 => нмоль/л

Пример: 24 нг/мл x 2,496 = 59,9 нмоль/л

Пример: чтобы увеличить концентрацию в крови с 25 нг/мл до 40 нг/мл, необходимо дополнительно принимать по 4000 МЕ холекальциферола

*Разработано: GrassrootsHealth

Общественная организация пропаганды здоровья A Public Health Promotion Organization <http://www.grassrootshealth.net>

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА ВИТАМИН D3 2000 МЕ

Фундамент здоровья



растительная капсула • оливковое масло • холекальциферол

ООО «ЛИТТЕ»
Российская Федерация, 101000, г. Москва,
Армянский переулок, д.9, стр. 1, офис 210-3/68
8 (800) 555-30-10

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

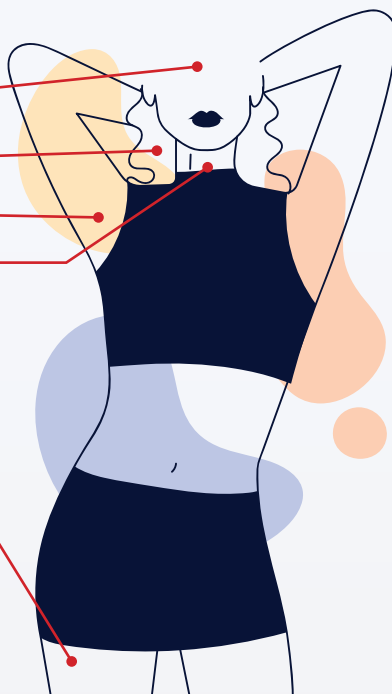
БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



Дефицит витамина D есть у 70–95% населения мира. Это объясняется тем, что в большинстве регионов России очень мало солнечных дней. К тому же многие люди знают о вреде ультрафиолета и активно пользуются солнцезащитными средствами, что еще больше снижает способность кожи вырабатывать витамин D. У пожилых людей способность синтезировать витамин D в 3 раза ниже по сравнению с более молодыми.

Симптомы дефицита витамина D:

- Утомляемость
- Выпадение волос
- Повышенное потоотделение
- Частые ОРЗ и простуда
- Боль и слабость в мышцах



Дефицит витамина D3 ассоциируется с высоким риском многих заболеваний

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Сахарный диабет 1 и 2 типов • Онкология • Бесплодие • Невынашивание беременности • Аутоиммунные заболевания • Саркопения • Ожирение • Остеопороз | <ul style="list-style-type: none"> • Рахит • Остеомаляция • Заболевания сосудов • Инфаркт миокарда • Артериальная гипертензия • Сердечная недостаточность • Воспалительные заболевания |
|---|---|

Биологически активная добавка к пище **Витамин D3 Litte Life Lab 2000 ME** содержит витамин D в виде холекальциферола, именно в этой форме витамин D вырабатывается в коже и легче усваивается организмом.

ОСНОВНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ВИТАМИНА D3 LITTE LIFE LAB:

- растительная оболочка – это отсутствие животного белка и повышение биодоступности витамина D;
- масляная основа из оливкового масла (Греция), богатого мононенасыщенными жирными кислотами.



БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.