CORAL CLUB

Слим бай Слим™

Худеем без диет со «Слим бай Слим™»

Москва
2012

Содержание

Предисловие.....5
Мир держится на толстяках.....7
Характеристика компонентов продукта.....11
Рекомендации по применению.....18
Результаты исследований.....19

Охраняется законом об авторском праве.
Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается без письменного разрешения компании Coral Club International.

© ООО «Коралловый мир», 2012

Предисловие

На сегодняшний день проблема лишнего веса стала одной из самых обсуждаемых специалистами всего мира. По последним оценкам ВОЗ, в 2005 г. в мире приблизительно 1,6 млрд взрослых людей (в возрасте старше 15 лет) и, по меньшей мере, 20 млн детей в возрасте до 5 лет имели избыточный вес, а 400 млн взрослых людей как минимум страдали ожирением. Сотрудники ВОЗ прогнозируют, что к 2015 г. примерно 2,3 млрд взрослого населения планеты будет иметь избыточный вес, а более 700 млн – страдать ожирением. Ранее считалось, что избыточный вес и ожирение – проблема № 1 только высокоразвитых стран с высоким уровнем дохода. Однако в настоящее время отмечается резкий рост числа людей с избыточным весом и ожирением и в странах с низким и средним уровнем дохода. В странах «третьего мира» в 2001 году впервые число людей с избыточным весом превысило число голодающих. Даже в традиционно «поджаром» Китае нашлось 15 % толстяков, в Индии – 10 %.

Удручает еще и то, что в большинстве стран частота ожирения неуклонно растет. Ученые заключают, что развитые страны имеют дело с настоящей эпидемией ожирения. Подсчитано, что ожирение как социальная проблема обходится англичанам в 13 млрд фунтов стерлингов, американцам в 70 млрд долларов ежегодно. Что касается Европы, то здесь, как отмечают, цифры распространения ожирения, хотя и несколько меньшие, чем в США, но тоже внушительные.

Частота заболевания у взрослых несколько варьирует в разных странах и колеблется от 22 до 28 процентов. Заболеваемость выше на юге европейского континента и несколько ниже в странах Скандинавии. Практически везде в большей или меньшей степени отмечается рост частоты заболевания. Причем распространяющиеся в последнее десятилетие программы обучения населения, ориентирующие жителей на более рациональное питание и более активный образ жизни, пока не остановили этих тенденций. Статистика показывает, что люди, имеющие избыточный вес, раньше стареют и меньше живут. Подсчитано, что при ожирении второй степени продолжительность жизни в среднем на 5 лет, а при ожирении третьей степени в среднем на 10–15 лет короче, чем у лиц с нормальным весом. Если предположить, что люди не болели бы ожирением, то средняя продолжительность жизни увеличилась бы на 4 года. Для сравнения при исключении онкологических заболеваний этот показатель увеличился бы всего на год.

По данным ВОЗ, «лидируют» в этом вопросе следующие страны:

Страна	Избыточный вес (в %)		Ожирение (в %)	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
США	42	56	31	35
Россия	40	54	22	27
Финляндия	39	51	19	23
Германия	39	45	12	21
Великобритания	37	25	8	12

Мир держится на толстяках

Проблема «лишних килограммов» не обошла стороной россиян. Последние данные Росстата также подтверждают, что по количеству людей с избыточным весом Россия догоняет США, занимая «престижное» второе место! И если в США имеют избыточный вес практически 50 % населения, а порядка 30 % страдают ожирением, то в России этот показатель не намного ниже. Немногим больше, чем в Германии, Финляндии и Великобритании. При этом сами россияне к проблеме лишнего веса относятся по-философски спокойно.

Как заявил на Всероссийском конгрессе диетологов «Оптимальное питание – здоровье нации» директор НИИ питания РАМН, главный ученый секретарь Президиума РАМН Виктор Тутельян, в России 60 % женского и 50 % мужского населения старше 30 лет страдают избыточным весом, причем русских женщин эта проблема касается гораздо чаще русских мужчин. Тутельян отметил, что в нашей стране больше половины смертей происходит из-за сердечно-сосудистых заболеваний, которые часто вызваны именно лишним весом. А из населения постарше больше 50 % – люди с лишним весом.

Не радуют и последние статистические данные относительно повышенного роста ожирения у детей и подростков. Причем специалистами подмечено: если у человека в детские годы имеется ожирение, оно, скорее всего, будет у него и в старшем возрасте. Отсюда и многочисленные попытки изменить ситуацию именно в детской и подростковой возрастной группе, тем более, что дети намного организованней взрослых и в отличие от последних еще поддаются обучению. В ряде стран разработаны специальные уроки для школьников, где преподаются основы здорового питания и активного образа жизни. Предпринимаются попытки ввести такие уроки и в наших школах. Все это хорошо и, возможно, когда-нибудь принесет свои плоды, но пока ситуацию переломить не удается.

Да, Россия в буквальном смысле набирает вес. Больше половины взрослого населения России полные люди, таковы неутешительные цифры, озвученные представителями Научно-исследовательского института питания РАМН на конгрессе. Ученые отмечают общую тенденцию к увеличению количества людей с избыточным весом. За последние пару лет, по данным заместителя директора НИИ питания Александра Батурина, среднестатистический россиянин потяжелел на 2 кг.

Специалисты в области питания полагают, что в основе повсеместного роста показателей избыточного веса и ожирения лежит несколько факторов. Во-первых, это глобальное изменение характера питания в сторону повышенного потребления энергоемких продуктов питания с высоким содержанием жира и сахаров и низким содержанием витаминов, минералов и других питательных веществ. Во-вторых, это тенденция к снижению физической активности в связи с сидячим характером многих видов деятельности, изменением способов передвижения и возрастающей урбанизацией. «Все дело в нарушении режима приема пищи, в частности двукратное питание в вечернее, малоактивное время суток, – утверждает заместитель директора НИИ питания Михаил Гаппаров. – О том, что на избыточный вес также активно влияет малоподвижный образ жизни, говорит разница в количестве полных людей в деревнях и городе. У жителей мегаполиса избыток веса встречается на 10–15 % чаще. Это связано с автоматизацией быта, хоро-

шо развитой инфраструктурой, сидячей офисной работой горожан. В то время как сельские жители тратят много энергии на уход за домашними животными, поддержание огорода и работу по дому. Ожирение у городских детей зачастую обуславливается возрастающей популярностью компьютера и снижением интереса к активным играм на улице: салочкам, вышибалам».

Некоторые ученые «отяжеление» нации связывают с унификацией пищи и введением в рацион населения генно-модифицированных продуктов. «Исследований, устанавливающих прямую связь между ГМО и ожирением, нет. Но гипотеза, связывающая трансгенные продукты и избыточный вес, безусловно, имеет право на существование, – считает кандидат биологических наук, президент Общенациональной ассоциации генетической безопасности Александр Баранов. – Несколько лет назад европейские ученые сравнивали потребительские корзины Швеции и Америки. Их содержание и методы контроля за пищевыми продуктами были абсолютно идентичными, за исключением того, что в США были разрешены трансгенные продукты. Так вот, число заболеваний желудочно-кишечного тракта, во многих случаях ведущих к ожирению, в Швеции равнялось 7 %, а в Америке 70 %. Около 10 лет назад трансгены пришли в Россию. Люди стали активно питаться в так называемых фаст-фудах, которые широко используют ГМО для приготовления пищи и пропагандируют одинаковое питание для людей с совершенно разными физиологическими особенностями. Не исключено, что нынешнее увеличение количества полных людей каким-то образом связано именно с этим».

И хотя мнения специалистов разнились, в одном они согласились: ожирение опасно для здоровья каждой нации. Избыточное накопление жиров в организме чаще всего является предпосылкой многих серьезных заболеваний, в том числе и болезней сердечно-сосудистой системы, онкологических заболеваний. Не так давно ученые Оксфордского университета опубликовали данные о том, что 5 % заболеваний раком можно было избежать, если бы не ожирение больных. Кроме того, люди, страдающие ожирением, испытывают множество неудобств в быту. Например, представители Московского клуба толстяков постоянно жалуются на то, что узость турникетов в метро и автобусах не позволяет им нормально передвигаться на общественном транспорте.

Почему так легко набрать вес после 30? Главный специалист по профилактической медицине Минздравсоцразвития России, д. м. н., профессор Сергей Анатольевич Бойцов отмечает, что в молодом возрасте пища легко переваривается, полученная из нее энергия быстро тратится и масса тела практически не прибавляется. Но примерно после 25–35 лет потребность человеческого организма в калориях меняется, а также достаточно резко снижается двигательная активность.

По словам профессора, «природа изначально заложила продолжительность жизни человека 35–40 лет. За это время он гарантированно успевал произвести на свет потомство, и этого в рамках целой популяции вполне достаточно». После 30 лет человек должен приложить максимум усилий для поддержания здоровья в будущем. Но на практике, несмотря на возрастное замедление процессов метаболизма, пищевое поведение человека обычно остается прежним: он ест, как в молодости. В итоге формируются дополнительные жировые отложения.

Профессор Бойцов подчеркивает: «Проблемы со здоровьем вызывает висцеральный (внутрибрюшной) жир, который быстро накапливается в организме и очень опасен. В этом жире вырабатывается до 30 различных биологически активных веществ, большинство из которых неблагоприятно влияют на сердечно-сосудистую систему, поскольку провоцируют развитие атеросклероза и повышенное тромбообразование».

Болезни, причинно связанные с избыточным весом
Атеросклероз
Ишемическая болезнь сердца (ИБС)
Гипертоническая болезнь
Сахарный диабет
Холецистит и желчнокаменная болезнь
Подагра
Остеохондроз
Обменно-дистрофический полиартрит
Злокачественные опухоли
Нарушения менструального цикла
Бесплодие

Висцеральное и абдоминальное (в области живота) ожирение – важнейшие факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний и их осложнений, включая смерть, для людей в возрасте от 35 до 45 лет. «Это жестко доказанный факт, – говорит Бойцов. – Если человеку удается справиться с абдоминальным ожирением, у него нормализуется уровень холестерина и сахара в крови и даже приходит в норму артериальное давление». Причем абдоминальное ожирение как фактор риска продолжает работать и после того, как сердечно-сосудистые заболевания уже появились. Но обычно люди начинают прием лекарств, поддерживающих работу сердца, и при этом не обращают внимание на избыточный вес. Хотя в такой ситуации избавление от лишних килограммов в области талии не только снижает риск смерти от сердечных болезней, но и позволяет снизить дозу принимаемых лекарств. К слову, для женщин максимально допустимый обхват талии – 94 см, а для мужчин – 102 см. Превышение этих значений существенно увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Более того, «людям с лишним весом тяжелее двигаться, поэтому они стараются минимизировать физическую нагрузку», – утверждает Сергей Анатольевич. По наблюдениям специалистов, в среднем человек должен проходить 10 тысяч шагов в день. Но многие полные люди стараются свести к минимуму и обычную бытовую нагрузку (около 2 тысяч шагов, что в пять раз меньше ежедневной потребности в движении), в результате чего практически перестают двигаться.

Недостаточная физическая нагрузка – это не только непереработанные калории, накапливающиеся в жире, но и недостаточно работающие мышцы, которые в организме являются главными потребителями крови. Во время серьезной нагрузки они потребляют до 80 % всего объема кровотока. Если мышцы не работают, происходит функциональная перестройка кровоснабжения организма, в основном на капиллярном уровне. А так как мелкие сосуды в мышцах не работают, они постепенно замещаются мышеч-

ной тканью, что служит причиной повышения артериального давления.

При избыточном весе также нарушается чувствительность тканей к глюкозе, она перестает усваиваться клетками и остается в крови. Организму приходится производить избыток гормона инсулина, чтобы переработать большое количество глюкозы. Резкое повышение его уровня в крови негативно сказывается на работе сердечно-сосудистой системы. С возрастом уровень потребления энергии в человеческом организме снижается, а пищевые привычки сохраняются, приводя к избыточному весу. Для сердечно-сосудистой системы опаснее всего жир, который откладывается в области живота, а помимо этого, нарушенное кровоснабжение тканей и избыточное выделение инсулина. Единственный способ профилактики болезней сердца и сосудов – не переедать и поддерживать нормальную двигательную активность.

Да, от нарастающей проблемы появления новой нации фаст-фуда никуда не деться. Так не целесообразнее ли предупредить эту проблему, чем впоследствии долго и упорно восстанавливать свое здоровье? Среди новинок БАД в ассортименте Coral Club еще один продукт корейского ученого Сонг Хе Бока, сумевшего найти формулу одоления лишних килограммов.

Наряду с уже известным продуктом «ФанДетокс», защищающим печень от токсического влияния некачественной пищи, алкоголя, лекарств и эффективно снижающим холестерин, доктор Бок предлагает потребителям новый высокоэффективный продукт «Слим бай Слим», помогающий восстановить нормальный вес.

Сонг Хе Бок

Характеристика компонентов продукта

Благодаря активным растительным ингредиентам «Слим бай Слим» позволяет достичь максимального результата в коррекции веса, справиться с лишним холестерином за счет его быстрого расщепления и утилизации организмом, снизить уровень сахара в крови, чувство голода и тягу к сладостям. Не лишним будет сказать и о способности продукта обезвреживать и очищать организм от ядовитых веществ. Результат употребления продукта приятно удивит вас: ваша фигура приобретет красивые изгибы, улучшится состояние кожи, вы почувствуете легкость в каждом шаге, восстановите сердечный ритм, а одышка и тяжесть в желудке больше не будут вашими «верными спутниками» жизни.

Гарциния камбоджийская

Вечнозеленое растение семейства клюзиевых, произрастающее главным образом в тропической Азии и Африке. Плоды гарцинии широко используются в национальной кухне при приготовлении самых различных блюд. Наиболее известный вид гарцинии мангостин (G. mangostana) сегодня культивируется по всей Юго-Восточной Азии и в других тропических странах. Меньшей популярностью пользуется другой вид растения кандис (G. forbesii), имеющий маленькие округлые красные плоды с нежной кисловатой мякотью. Тропические виды гарцинии известны благодаря своим смолам, содержащим природные антиоксиданты ксантоны.

Экстракты плодов гарцинии (преимущественно Garcinia cambogia) применяются в качестве блокаторов аппетита при похудании. Ответственна за этот процесс выделяемая из гарцинии гидроксилимонная кислота (ГЛК), которая обеспечивает в организме человека тройственный механизм физиологического снижения массы тела: уменьшает образование жирных кислот и холестерина, усиливает окисление жира и регулирует аппетит.

Гидроксилимонная кислота обладает высокой активностью в регулировании веса тела и аппетита. Она участвует в метаболизме сахаров и жиров, препятствуя трансформации сахаров в жиры. Имея близкую структуру с лимонной кислотой, образующейся в клетках организма, угнетает активность фермента цитратлидазы и тем самым конкурентно подавляет образование ацетил-коэнзима А, что в свою очередь снижает дальнейший синтез жирных кислот. В то же время под действием ГЛК происходит активация специальных ферментов, благодаря чему усиливаются транспорт внутриклеточных жирных кислот в митохондриях и их окисление. Регулирующее влияние ГЛК на аппетит заключается в ее опосредованном влиянии на активность нейронов гипоталамуса, отвечающих за чувство голода.

Блокируя образование жирных кислот из углеводов, она поддерживает такую концентрацию глюкозы, при которой нейроны гипоталамуса не стимулируют аппетит.

Последние исследования показали, что все натуральные препараты, включающие в состав гарциниию камбоджийскую, притупляют чувство голода, быстро сжигают калории и понижают способность организма продуцировать жиры. Гарциния – «липогенный тормоз», который просто не дает углеводам превращаться в жиры. Экстракт способен уменьшать продукцию жира на 40–70 % в течение 12 часов после еды и ускорять расщепление избыточного жира в теле. Способствует сокращению объема желудка и тем самым позволяет выработать разумный подход к еде, справиться с чувством голода и исключить срывы. Повышает энергетический уровень организма и увеличивает потребность в движении. При повышенной физической активности процесс сжигания жиров происходит более стремительно, а вместе с тем поддерживаются эластичность и упругость мышц. При таких эффектах растение и правда можно назвать «борцом» с ожирением и атеросклерозом.

Инулин (из корней цикория)

Природный полисахарид инулин встречается во многих растениях, главным образом семейства сложноцветных, колокольчиковых, лилейных, лобелиевых и фиалковых. В клубнях и корнях георгина, нарцисса, гиацинта, туберозы, цикория и земляной груши (топинамбура), скорционера и овсяного корня содержание инулина достигает 10–12 % (до 60 % от содержания сухих веществ).

Инулин относится к группе пребиотиков. Понятие «пребиотики» используется для обозначения веществ или диетических добавок, в большинстве своем не адсорбируемых в кишечнике человека, но благотворно влияющих на организм хозяина путем селективной (избирательной) стимуляции роста или активации метаболизма полезных представителей его кишечной микрофлоры.

При попадании в пищеварительный тракт инулин проходит в неизменном виде желудок и тонкий кишечник, а в толстом кишечнике проявляет свои функциональные свойства на уровне его симбиотической флоры, избирательно стимулируя рост и метаболическую активность бифидобактерий и лактобацилл. Целью применения пребиотиков является поддержание популяции бифидобактерий толстого кишечника, которые в норме должны преобладать над другими видами бактерий. Бифидобактерии обладают способностью синтезировать фермент, позволяющий им утилизировать фруктоолигосахариды, к которым относится инулин.

Регулярное употребление инулина в пищу оказывает оздоровительное воздействие на организм человека:

- *Ускоряет очищение организма от шлаков и непереваренной пищи вследствие стимулирования сократительной способности кишечной стенки, благодаря чему отмечается хороший слабительный эффект.*
- *Обладает обволакивающим действием, защищая слизистые оболочки желудка и частично кишечника от механического раздражения пищей.*
- *Способен предотвратить или уменьшить действие токсических веществ при попадании их в желудок. Например, он значительно ослабляет симптомы алкогольного отравления.*
- *Использование диеты с добавлением инулина уменьшает в кишечнике количество аммиака, повышенная концентрация которого способствует росту злокачественных клеток.*
- *Обладает выраженным желчегонным действием, которое усиливается в связи с облегчением оттока желчи из печени и желчного пузыря в двенадцатиперстную кишку, обусловленным улучшением опорожнения кишечника.*

А для тех, кто обеспокоен проблемой лишнего веса и пытается его контролировать, весьма полезным является следующее качество инулина. Он повышает насыщаемость, то есть ощущение сытости сохраняется на более долгий срок, поэтому можно есть меньше, не чувствуя себя при этом голодным гораздо дольше, чем обычно.

Насколько безопасен инулин?

Инулин и олигофруктоза составляют значительную часть дневного рациона большей части населения США и Европы. Безопасность использования инулина в питании была оценена многими известными учеными. И, как результат, инулин признан во многих странах как пищевой ингредиент, который может быть использован без ограничений в пищевых продуктах. Это было подтверждено экспертами США в 1992 году, где инулин был признан как безопасное вещество (GRAS – Generally Recognized as Safe). На этикетках препаратов, содержащих инулин, законно принята ссылка на его «бифидогенное действие».

Экстракт кожуры цитрусовых

Экстракт кожуры цитрусовых – высокоэффективный заменитель эфедрина и кофеина. В кожуре мандарина содержится большое количество флавоноидов (нарингин, рутин, кверцетин, гесперидин), обладающих антисклеротическим действием. Попадая в организм, они ускоряют процесс распада липопротеинов низкой плотности и приводят в норму уровень общего холестерина, оберегают витамин С от окислительного разрушения.

Нарингин – самое активное вещество из всех присутствующих в кожуре цитрусовых, «сжигатель» жира, не уступающий известному бромелайну. Уникальный оздоровительный эффект нарингина заключается в его способности ингибировать фермент редуктазу HMG-CoA, которая отвечает за накопление холестерина в организме. Он улучшает внутриклеточный метаболизм холестерина, уменьшая общий уровень липидов в крови, печени, сосудах, помогает желчи ускорить их расщепление без каких-либо вредных побочных эффектов. Так маленький помощник понижает риск возникновения атеросклероза, ишемической болезни сердца, заболеваний печени. Кроме того, он повышает эластичность кровеносных сосудов, укрепляя хрупкие капилляры. Послед-

ние научные достижения показали: нарингин снижает уровень липопротеинов, переносящих «плохой» холестерин, тем самым предупреждая проникновение вируса гепатита в клетки печени. Ведь известно, что именно с помощью липопротеинов вирус гепатита легко проникает в еще не зараженные гепатоциты (клетки печени).

Экстракт хурмы

Эта ягода привлекает многих своим необычным сладковато-вяжущим вкусом. На Востоке ее прозвали «китайским персиком», «сердечной яблоней», «оранжевым солнцем», «зимней вишней». Хотя исторической родиной хурмы считаются Китай и Япония, прижилась она не только в этих странах. Существует более 500 видов хурмы, основными отличиями которых являются размер, вкусовые качества и цвет.

Благодаря тому что хурма отлично утоляет голод, достаточно часто эта ягода входит в состав самых разных диет, так как фигуре она не приносит никакого вреда, а только пользу. В хурме очень много полезных веществ: пищевых волокон, минералов (натрий, магний, калий, железо, марганец, кальций), легкоусвояемых сахаров, витаминов А, С, Р. Ягода содержит антиоксиданты, которые способствуют борьбе со свободными радикалами. Ее употребляют при различных проблемах с пищеварением и желудочно-кишечных заболеваниях.

Хурма – отличное природное средство для сохранения здоровой сердечно-сосудистой системы. Для того чтобы избежать развития атеросклероза, в день нужно съедать всего 100 г хурмы. Для питания сердечной мышцы организм использует легкоусвояемые сахара хурмы. При этом уровень глюкозы в крови будет гораздо меньше, чем из рафинированного сахара. Именно такие сахара необходимы для образования гликогена в печени и ее энергетического питания. Хурма быстро утоляет голод, и это несмотря на то, что она совсем малокалорийна, поэтому диетологи советуют употреблять ее всем, кто хочет похудеть без какого-либо ущерба для своего здоровья.

Некоторым людям приходится принимать мочегонные средства, которые способствуют вымыванию калия из организма. Пополнить запасы калия вполне способна хурма, в которой содержится большое количество этого элемента.

Экстракт ягод годжи

Ягоды годжи, или тибетский барбарис, пользуются большой популярностью уже не только на Востоке, в частности на Тибете и в Японии, но и в Европе. Исследуя состав «огненных» чудо-ягод, ученые обнаружили, что они способны улучшать процесс пищеварения, благотворно влияют на функции печени, обладают общеукрепляющим, антиоксидантным и тонизирующим эффектом. Китайский фольклор называет их ягодами счастья, считают, что они прогоняют хандру и тоску.

А еще ягоды годжи позволяют гарантированно добиться уменьшения жировой прослойки. Потерю веса при употреблении этих ягод связывают с увеличением скорости метаболизма. Ускорение метаболизма происходит из-за большого количества антиоксидантов, действие которых приводит к более быстрому распаду жиров. Комплекс нутриентов, содержащихся в ягодах годжи, делает процесс похудения быстрее и проще, без каких-либо побочных эффектов, обычно связанных с приемом синтетических химических веществ. Многие научные работы доказывают, что диета с высоким содержанием антиоксидантов является ключом к успешной потере веса. А по шкале ORAC (Oxygen Radical Absorbance Capacity), разработанной американскими учеными для измерения количества условных единиц антиоксидантов в продуктах питания, в 100 г годжи содержание условных единиц антиоксидантов составляет 25 300! К примеру, для вишни этот показатель только 670, для апельсинов – 750.

Кроме того, ягоды годжи содержат 21 минерал (железо, цинк, йод, селен, редкий германий и др.), 18 аминокислот (это больше, чем в маточной пыльце пчел), восемь из которых организм человека не производит. В годжи содержатся витамины B1, B2, B6, E, а витамина С в 500 раз больше, чем в апельсине.

Экстракт листьев зеленого чая

Полезность зеленого чая зависит от его состава. Трудно поверить, но в зелёном чае содержится несколько сотен биологически активных веществ и органических соединений.

Катехины чая вместе с сапонинами связывают и выводят из организма холестерин, что чрезвычайно важно для профилактики атеросклероза и инфаркта миокарда.

Сочетание кофеина зеленого чая и EGCG (эпигалокатехина) стимулирует об-

мен веществ, а именно повышает окисление жиров и увеличивает расход энергии. На основании этого можно сказать, что зеленый чай активно способствует сжиганию калорий. Если говорить о зеленом чае как о напитке, то для лучшего эффекта следует употреблять его без сахара.

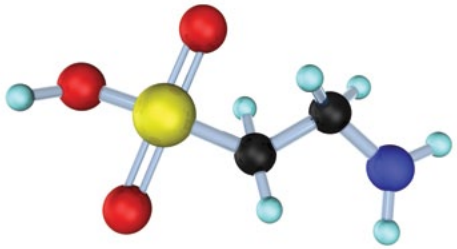
Кофеин зеленого чая действует немного мягче обычного кофеина за счет танинов, которые не только придают ему особый вкус, но и уничтожают микробы и даже могут нейтрализовать воздействие радиации, способствуя выведению из организма некоторых радиоактивных элементов, предупреждая опаснейшие заболевания. Оказывается, он эффективно (на 90 %) связывает радиоактивный стронций и не дает ему проникнуть в костный мозг.

Помимо этого, недавно было доказано гепатозащитное действие зеленого чая, выраженное в укреплении мембран гепатоцитов (основных клеток печени), и установлено, что хлорогеновая кислота, содержащаяся в зеленом чае, стимулирует барьерную функцию печени.

Активизируя обмен веществ, экстракт зеленого чая не только способствует снижению избыточного веса, но и очищает организм от продуктов метаболизма. Благодаря редчайшему сочетанию полезных активных компонентов чай применяется в программах омоложения и оздоровления организма, помогает улучшить состояние кожи.

Таурин

Важнейшая аминокислота, являющаяся в организме продуктом превращения цистеина и содержащаяся в печени. Название аминокислоты происходит от лат. taurus – «бык», поскольку впервые она была получена из бычьей жёлчи немецкими учёными Фридрихом Тидеманом и



Леопольдом Гмелином в 1827 году. Таурин играет большую роль в углеводном и липидном обмене, способствует нормализации функции клеточных мембран, оптимизации энергетических и обменных процессов, стимулирует репаративные процессы при дистрофических заболеваниях и процессах в ЖКТ, сопровождающихся нарушением метаболизма белков, жиров и углеводов.

Таурин входит в состав основного компонента желчи, которая необходима для переваривания жиров, абсорбции жирорастворимых витаминов и для поддержания нормального уровня холестерина в крови. Поэтому он полезен при атеросклерозе, заболеваниях сердца, артериальной гипертонии. Таурин не дает задерживаться жидкости в организме, предотвращает выведение калия из сердечной мышцы, что наряду с положительным действием на нервную систему позволяет контролировать артериальное давление.

Также было замечено, что эта «сердечная аминокислота» еще и снижает аппетит, и позволяет эффективно бороться с лишним весом.

Витамин С (Аскорбиновая кислота)

Витамин С проявляет антитоксическое действие вследствие его стимулирующего влияния на работу детоксикационных ферментных систем печени. Имеет антиатерогенное действие, повышая содержание липопротеидов высокой плотности и снижая содержание липопротеидов низкой плотности. Кроме того, нормализуя уровень холестерина, аскорбиновая кислота предупреждает агрегацию (слипание) тромбоцитов и способствует сохранению эластичности сосудов. Непосредственно участвуя в синтезе гормонов коры надпочечников, способствует адекватному реагированию на повышенные нагрузки. Большое значение имеет способность витамина С восстанавливать окисленные формы витаминов А и Е, жирорастворимых антиоксидантов и, таким образом, принимать участие в защите фосфолипидов клеточных мембран от разрушающего действия оксидантов.

Рекомендации по применению

«Слим бай Слим» выпускается в виде порошка, расфасованного в стик-пакеты из фольги, что позволяет сохранить все свойства продукта в течение долгого времени. Перед употреблением содержимое стик-пакета надо растворить в 100 мл теплой или горячей воды. Принимать до или во время еды.

BMI Индекс массы тела*	Рекомендации по применению	Продолжительность
Менее 25	По 1-му пакету (6 г) в день – утром перед едой	2 месяца
26–30	По 2 пакета (6 г) в день – утром перед едой и вечером перед сном	2–4 месяца
Более 30	По 3 пакета (6 г) в день – утром перед едой, днем во время обеда, вечером перед сном	3–6 месяцев

Для поддержания и закрепления результатов рекомендуется пить по 1-му пакету в день.
* Формула расчета BMI – Вес (кг) / рост^2 (м)

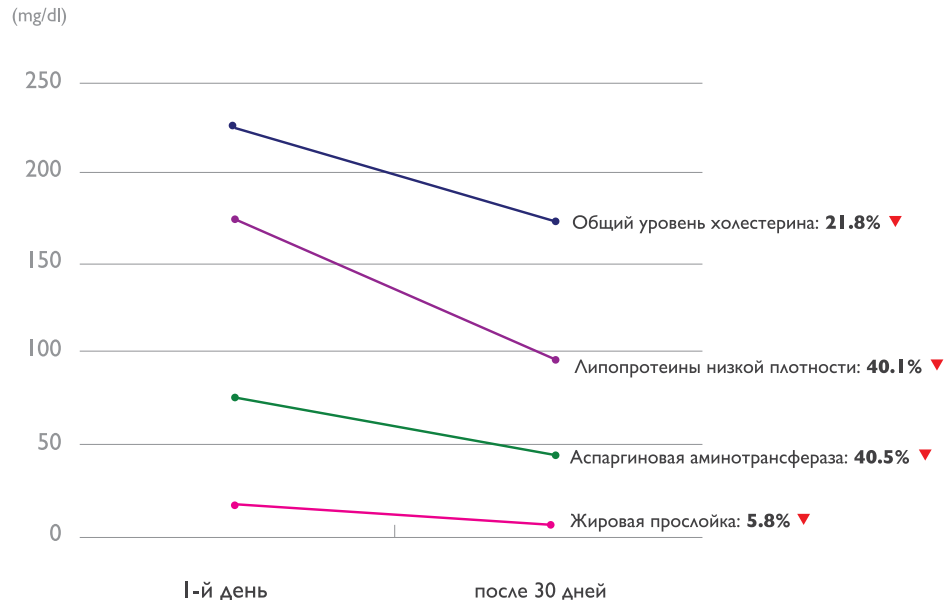
Результаты исследований

Как показали проводимые эксперименты, «Слим бай Слим» способен не просто регулировать в организме общий уровень холестерина и триглицеридов, понижать показатели «плохого» холестерина, и наоборот, повышать показатели «хорошего». Вместе с уменьшением содержания жиров уменьшается или замедляется образование жировой прослойки в брюшной полости, а это как минимум плоский живот и упругие бедра и ягодицы. Как максимум – отличное самочувствие в любом возрасте.

Для первого испытания было отобрано 35 студентов колледжа (юношей и девушек), из них 15 студентов входили в контрольную группу, 20 – экспериментальную. Первой группе предложили съедать за обедом в течение 1 месяца по гамбургеру с говяжьей котлетой (100 г), кусочками лука и салата и запивать колой (200 мл). Другая группа должна была съедать то же самое, только не забывать во время приема пищи и про «Слим бай Слим». В ходе эксперимента и по его завершении были измерены масса тела испытуемых, уровень холестерина и триглицеридов в крови. Впечатляющие результаты эксперимента обнародованы в таблице 1.

Таблица 1

Изменение уровня холестерина и триглицеридов в течение 1 месяца



Из таблицы видно, что при регулярном употреблении студентами гамбургера и «Слим бай Слим» общий холестерин снизился на 21,8 %, уровень холестерина низкой плотности упал на 40,1 % (!), а жировая прослойка при этом стала меньше на 5,8 %.

Вывод: добавление «Слим бай Слим» позволяет предупредить возникновение гиперлипидемии, нарушений в работе печени и замедлить образование жировой прослойки.

Во втором исследовании участвовала группа женщин 20–46 лет с весом более 60 кг, которые ежедневно в течение 30 дней принимали «Слим бай Слим» 2 раза в день. В ходе наблюдений контролировались показатели общего веса, жировой прослойки, мышечной массы, абдоминального жира, уровень тучности и индекс массы тела.

Уровень тучности (%) *=*

(реальный вес – стандартный вес)/ (стандартный вес х 100)

Стандартный вес (кг) *=*

(рост (см) – 100) х 0,9.

Таблица 2

Изменение контролируемых показателей за 1 месяц

	1-й день	Через месяц	Изменения
Масса тела (кг)	63,41	62,98	– 0,43
Жировая прослойка (кг)	20,31	19,53	– 0,78
Уровень жировой прослойки (%)	31,92	30,95	– 3,13
Мышечная масса (кг)	40,64	40,98	+ 0,34
Уровень брюшного жира (%)	0,85	0,84	– 1,19
Уровень тучности (%)	13,97	13,20	– 0,77
Индекс массы тела	24,22	24,05	– 0,17

Данные таблицы подтверждают, что применение «Слим бай Слим» позволяет снижать жировую прослойку, уровень брюшного жира, а вместо жира увеличивать мышечную массу. Кроме того, сочетание продукта с любой пищей, в том числе насыщенной углеводами и жирами, позволит снизить уровень «плохого» и повысить уровень «хорошего» холестерина, что сохранит здоровье сердца и сосудов.

Скажете: слабый результат? Ничего подобного, если обратить внимание на то, что никаких диет и ограничений в еде не было, всего лишь 2 пакета «Слим бай Слим» в день к привычному рациону. А если еще «включить» силу воли и ограничить высококалорийные продукты, добавить физическую нагрузку, то результат будет гораздо лучше.

Выбор за вами. Худейте на здоровье и с пользой для здоровья!

Слим бай Слим™