



Инструкция по приему витаминки интернет-магазина Vesna Wellness

Главные принципы приема витаминки:

- 1. Принцип пошаговости.** Важно знать, что заботится о своем здоровье, добавлять пищевые добавки, вводить изменения в питание нужно очень мягко, неторопливо, давая возможность организму перестроиться на новую работу. Поэтому первым принципом приема витаминки является принцип пошаговости, который выглядит так:

Шаг 1 Добавление ЕДЫ и СУПЕР витаминов и минералов. Лучше всего начинать с восстановления микрофлоры кишечника, чтобы все то хорошее, что Вы даете своему организму, приносило пользу и доставлялось по назначению. Начните с Пробиотика, дайте одному ему поработать несколько дней, если все в порядке, нет никаких нежелательных реакций организма, а наоборот ощущаете положительные изменения, можно добавлять следующие витаминки. Магний...Растительные энзимы...Спирулину... На каждое новое добавление оставляйте несколько дней.

Теперь самое время узнать Ваш уровень витамина Д3. Если он не соответствует оптимальным результатам, а также если Вы не менее двух недель принимаете магний и пробиотики, то самое время заняться его повышением. Индивидуальная дозировка витамина Д3 назначается только по результатам анализа.

Двигайтесь спокойно в своем темпе, чтобы почувствовать изнутри, что Ваш организм готов к новым изменениям. В среднем шаг насыщения витаминами и минералами занимает от 1 до 3 месяцев.

Шаг 2 Добавление СУПЕР трав и Женских тоников. Травы и тоники, которые влияют на гормональный фон лучше добавлять по одному в 1 месяц. То есть каждый тоник Вы принимаете по инструкции в течение месяца до наступления первых месячных, и внимательно смотрите какие положительные изменения произошли.

- 2. Принцип внимательного отношения к организму.** Всегда начинайте принимать витаминки с минимальной дозировки и внимательно прислушивайтесь к реакции Вашего организма, какие происходят изменения, новые ощущения, комфортно ли Вам внутри. Важно все, настроение, стул, аппетит, изменения волос и кожи, любые ощущения в теле. Принимайте любые изменения с радостью и благодарите свой организм за огромную работу, которую он делает для Вас, за те симптомы, которыми он говорит, что ему нравится, а что нет. Выбирайте только то, что хорошо для Вашего организма.
- 3. Принцип личной ответственности за свое здоровье.** Каждый человек уникален, и реакция на каждую пищевую добавку, витамин или минерал может быть разной. Во время, беременности, кормления грудью, при наличии каких-либо заболеваний перед началом приема витаминки, изменений в питании, добавления физических нагрузок консультируйтесь пожалуйста у своего лечащего врача, натуропата или другого специалиста.

Наименование	Основное действие	Способ применения
Товары СуперДЕТОКС		
Магний из натуральной морской соли	<p>Минерал № 1 во время Детокса</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обладает расслабляющим и успокаивающим действием; • Избавляет от предменструального синдрома; • Приводит в баланс гормоны и нервную систему; • Качественно улучшает сон; • Избавляет от «хронических» запоров и мигреней; • Стабилизирует сахар в крови и выводит застоявшуюся жидкость; • Нормализует кровяное давление и избавляет от сердечных болей; 	1-2 капсулы в день независимо от приема пищи.
ПробиотикPlus	<ul style="list-style-type: none"> • Населяют микрофлору кишечника полезными бактериями; • Предотвращают рост патогенных бактерий, дрожжей и грибков; • Исправляют недостатки питания и восстанавливают комфортное пищеварение и очищение; • Укрепляют иммунитет; • Дарят ощущение легкости и энергичности 	1-2 капсулы утром натощак, запивая стаканом воды
Растительные энзимы	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечивают здоровое пищеварение (уменьшают несварение, изжоги, излишнее газообразование); • Помогают усвоению питательных веществ; • уменьшают аллергические реакции • Помогают выведению токсинов; • Способствуют легкому похудению; • Дарят ощущение внутреннего комфорта, легкости и энергичности 	1-2 капсулы перед каждым приемом пищи
Спирулина	<p>Спирулина представляет собой один из видов морских водорослей и один из древнейших источников питания на Земле, который до сегодняшних дней сохранил свой первозданный, уникальный по своей пользе состав. Это богатейший источник витаминов, минералов, белка, хлорофилла, антиоксидантов, жирных кислот.</p>	Начинать прием лучше с 1 таблеточки со стаканом воды. Если нет аллергической реакции, то можно постепенно увеличить дозировку и довести ее до 6-8 или 10-12 штук в день (в зависимости от вашей потребности). Лучше принимать между приемами пищи для стабилизации сахара в крови за 2-3 приема в день

Витамин С	Поддерживает силу иммунитета, защищает от гриппа, простуды, вирусов и инфекций. А также необходим для сохранения красоты и молодости, поскольку витамин С помогает организму синтезировать коллаген, устраняет свободные радикалы и выполняет антиоксидантную функцию.	1-2 капсулы в день независимо от приема пищи. Для быстрой поддержки иммунитета дозировку можно увеличить до 2-3 граммов в день
Омега3 из морских водорослей		3-4 капсулы в день не зависимо от приема пищи
Органический порошок травы пшеницы (Витграсс)	<ul style="list-style-type: none"> • Источник витаминов, минералов, ферментов, белка, хлорофилла, каротиноидов, антиоксидантов, которые необходимы для нормального функционирования всех внутренних систем организма; • Насыщает организм всеми биологически активными элементами, восстанавливают все функции и природный баланс; • Омолаживает и замедляет старение; • Способствует очищению организма; • Стимулирует кроветворение; • Улучшает обмен веществ; • Наполняет организм внутренней энергией. 	Начинайте прием с 0,5 чайной ложки в день, постепенно увеличивая до 1 чайной ложки. При необходимости можно увеличить прием в течение 6 недель до 1 столовой ложки в день. Добавляйте в Ваш любимый сок, смузи или просто в воду. Можно приготовить на его основе зеленый коктейль.
Psyllium Husk (шелуха семечек подорожника)	Мягкая клетчатка для Детокса	Размешать в большом количестве воды или Зеленого сока (не менее 250-300 мл) или другой холодной жидкости. Выпивать сразу же в виду быстрого набухания и желирования.
Органический порошок травы ячменя (Барлейграсс)	<ul style="list-style-type: none"> • Источник витаминов, минералов, ферментов, белка, хлорофилла, каротиноидов, антиоксидантов, которые необходимы для нормального функционирования всех внутренних систем организма; • Насыщает организм всеми биологически активными элементами, восстанавливают все функции и природный баланс; • Омолаживает и замедляет старение; • Способствует очищению организма; • Стимулирует кроветворение; • Улучшает обмен веществ; • Наполняет организм внутренней энергией 	Начинайте прием с 0,5 чайной ложки в день, постепенно увеличивая до 1 чайной ложки в день. Добавляйте в Ваш любимый сок, смузи или просто в воду. Можно приготовить на его основе зеленый коктейль.
Хлорелла	Богатейший источник витаминов, минералов, белка, хлорофилла, антиоксидантов, жирных кислот	Начинайте прием с 1-3 таблеток в день и медленно увеличивать дозировку до 18-20 таблеток

<p>Жизнь без цистита CYSTICLEAN</p>	<p>Великолепное средство в лечении заболеваний мочеполовой системы и цистита, благодаря действию против микробов класса E. coli (группа бактерий, которые вызывают воспаления почек, мочевого пузыря)</p>	<p>Лечение цистита: 1 капсула утром и вечером в течение 15 дней. Профилактика цистита: 1 капсула в день. Для рецидивирующего цистита принимать в течение 3-6 месяцев. Можно принимать в любое время суток, однако для максимального результата лучше пить перед сном. Рекомендуется делать перерыв 3-5 дней через каждые 30 дней приема. Желательно соблюдать обильный питьевой режим</p>
<p>Кора крушины в таблетках</p>	<p>Мягкое слабительное средство, которое используется во время Детокса</p>	<p>1-2 таблеточки перед сном на пустой желудок</p>
<p>Товары СуперГОРМОНЫ</p>		
<p>Органическая Перуанская Мака в капсуле</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Скорая помощь при гормональных нарушениях, особенно связанных с менопаузой, дисфункцией репродуктивной системы или переутомлением. Является источником натуральных питательных веществ; • Снижает риск возникновения раковых заболеваний; • Замедляет процессы старения в организме; • Регулирует обменные процессы; • Нормализует гормональный фон; • Укрепляет иммунитет; • Укрепляет стенки сосудов; • Помогает бороться со стрессом и синдромом хронической усталости; • способствует укреплению физической выносливости, наращиванию мышечной массы у спортсменов; • Улучшает память, повышает умственную работоспособность; • Регулирует женский менструальный цикл. 	<p>1-2 капсулы в день, запивая водой. Если нет результата можно увеличить до 3-4 капсул в день</p>

5-НТР	Увеличивает естественным образом выработку серотонина для лучшего сна, расслабления, спокойствия и положительного настроения. 5-НТР является отличной альтернативой антидепрессантам, и скорой помощью при стрессе.	Начинайте прием с минимальной дозы — 50 мг 1 раз в день за 10–20 минут до сна». Можно увеличить до 2х капсул в день. Когда 5-НТР поднимет уровень серотонина до необходимого организму уровня, прием препарата останавливают.
ДИМ (ди-индол метан) биоактивный	ДИМ обладает уникальной способностью выводить псевдо-эстрогены из организма, таким образом являясь страховкой Здоровых гормонов, защиты от рака и сильной иммунной системы.	1-2 капсулы в день с едой
Морская водоросль «Kelp» (ламинария или бурая водоросль)	Великолепный источник Йода, который легко усваивается организмом	1 капсула в день
Кордицепс — Медицинский Гриб для Красивых Гормонов	<ul style="list-style-type: none"> • Великолепны для Женских гормонов и повышения сексуального влечения – либидо; • Оказывают Омолаживающее действие на все органы, в том числе яичники; • Являются сильным природным средством для защиты от стресса; • Обладают свойствами «природного антибиотика»; • Незаменимый компонент любой программы очищения, в том числе Женского ДетОКСа; • Являются эффективным иммунорегулятором; • Оказывают противоопухолевое и противораковое действие; • Повышают способность организма противостоять усталости и кислородному голоданию; • Улучшают кровоснабжение сердца и легких; • Препятствуют тромбообразованию; • Восстанавливают нормальную деятельность печени и почек; • Защищают организм от вредного влияния стресса на клеточном уровне, поскольку действуют на все энергетические каналы человека. 	0,5-1 чайной ложки в день; добавлять в горячую или холодную воду, смузи или сок (1 чайная ложка = 3 грамма)

<p>Цинк</p>	<p>Важный минерал для здоровья и красоты и женщин, и мужчин</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цинк необходим для репродуктивной функции, так как играет роль в овуляции, оплодотворении и здоровой беременности у женщин, а у мужчин усиливает выработку сперматозоидов и необходим для производства тестостерона; • Мальчики-подростки и мужчины имеют повышенную потребность в цинке, потому что это жизненно важный минерал для полового созревания и мужской половой функции; • Необходим для производства гормонов щитовидной железы; • Цинк также поддерживает иммунную систему организма, способствует здоровому росту костей, помогает организму регулировать уровень сахара в крови, играет важную роль в борьбе с вредным воздействием свободных радикалов и воспалениями; • А также цинку волосы обязаны здоровьем, густотой и блеском, а кожа – гладкостью и шелковистостью. 	<p>1 таблетка в день</p>
<p>Женский тоник Расторопша</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Необходим для восстановления и защиты печени; • Жизненно важна для регулирования гормонального баланса Женщины; • при лечении циррозов, вызванных алкоголем, хронических гепатитов; при химиотерапии и радиотерапии, лечении рака; <p>Обладает действием антидепрессанта опять-таки за счет улучшения работы печени;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обладает вяжущим и обволакивающим действием, таким образом улучшая работу почек, мочевого пузыря, снижает воспаление кожи и является слабым слабительным средством; <p>Помогает контролировать уровень сахара в крови;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отличное средство для лечения диабета за счет улучшения метаболизма глюкозы и жиров; • Улучшает состояние кожи, увлажняет и смягчает ее. Особенно помогает при акне и экземе 	<p>20 капель 2 раза в день с любой жидкостью. Взболтать перед употреблением.</p>

<p>Женский Тоник «ВИТЕКС Священный»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Устраняет предменструальный синдром (в том числе эмоциональное расстройство и депрессия, мигрень, сыпь, прыщи, аллергия, маточные спазмы) • Регулирует менструальный цикл, а также помогает в овуляции и наступления беременности • Помогает сохранить беременность в первом триместре и предотвращает угрозу выкидыша из-за низкого уровня прогестерона в течении всей беременности; • Помогает при лечении эндометриоза, миомы матки; • Снимает неприятных симптомов в начале менопаузы: перепады настроения, депрессии, приливы, сухость влагалища, увеличение веса, усталость, боли в суставах и мышцах. 	<p>20 капель в день с любой жидкостью утром</p>
<p>СУПЕРТРАВКА для Женщин в период менопаузы</p>	<p>Применяется</p> <ul style="list-style-type: none"> • с целью облегчения симптомов климакса; • при нарушениях менструального цикла; • при предменструальном синдроме (ПМС); • для отсрочки наступления климакса; • для нормализации гормонального фона у женщин; • после гинекологических операций; • для повышения сексуального желания (либидо); • для омоложения женского организма; • при нервном напряжении, резких переменах настроения, апатии, депрессиях, бессоннице; • для улучшения состояния кожи, зубов, волос и ногтей. 	<p>1 таблетка в день в одно и то же время дня (утром или вечером). Проглотить целиком, не разжевывая, запивая водой. Не использовать до 18 лет, беременным или при планировании беременности, грудном вскармливании, если имеются проблемы с почками или печенью, при наличии зависимых от эстрогенов опухолей.</p>
<p>Органический порошок Шатавари</p>	<ul style="list-style-type: none"> • нормализует менструальный цикл; • снимает симптомы ПМС; • способствует наступлению беременности; • облегчает симптомы климакса; • стимулирует синтез прогестерона, предотвращая развитие эстрогенозависимых заболеваний (фибромиом, мастопатий, эндометриоза, эрозии шейки матки). 	<p>0,5 чайной ложки в день, смешивая с водой, соком или растительным молочком</p>
<p>ЖЕНСКИЙ ТОНИК «Трибулус»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Стимулирует выработку собственного тестостерона в организме, повышает половое влечение; • Восстанавливает репродуктивную функцию; • Устраняет ПМС и отодвигает наступление менопаузы у Женщин; • Увеличивает мышечную массу и силу; • Улучшает настроение; • Широко используются профессиональными спортсменами и просто любителями активного отдыха. 	<p>20 капель добавлять в сок или воду до 3х раз в день. Можно принимать настойку в чистом виде без добавления жидкости</p>

Селен	<p>Важен для гормонального баланса, здоровья щитовидной железы и здоровой беременности. Селен является природным антиоксидантом и способен сохранить эластичность тканей, которые со временем становятся менее эластичными. Помогает нормальному росту клеток, регулирует уровень раковых клеток, поддерживает энергетические клетки, в том числе сердца, обеспечивая достаточный запас кислорода.</p>	<p>Принимать по 1 таблетке в день не зависимо от приема пищи, детям старше 8 лет, 1 раз через день.</p>
Масло вечерней примулы	<p>Помогает уменьшить симптомы ПМС; Облегчить симптомы менопаузы; Регулирует менструальный цикл; Великолепно воздействует на сухую, чувствительную, склонную к аллергии кожу. Масло питает ее, успокаивает покраснение и раздражение (при экземе, псориазе, дерматите), омолаживает кожу, предотвращает преждевременное старение и помогает при воспалении кожи вследствие гормонального дисбаланса; Восстанавливает естественную красоту волос</p>	<p>1 чайная ложка масла в день Для массажа лица и тела. Нанести с Любовью теплыми чистыми ладонями на все тело. Для лучшего результата позволить маслу работать 12 часов. Только по истечении этого времени принять душ. Можно смешать с органическим кремом или приготовить смесь из ваших любимых масел. Можно использовать для приема вовнутрь в качестве источника незаменимых жирных кислот Омега-6. Для масок, компрессов и аппликаций. Для ванн и ароматерапии. Можно добавлять в органический шампунь, втирать в кожу головы или использовать в качестве маски для возобновления роста и укрепления волос</p>

<p>Мака в порошке 500 г</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Скорая помощь при гормональных нарушениях, особенно связанных с менопаузой, дисфункцией репродуктивной системы или переутомлением Является источником натуральных питательных веществ; • Снижает риск возникновения раковых заболеваний; • Замедляет процессы старения в организме; • Регулирует обменные процессы; • Нормализует гормональный фон; • Укрепляет иммунитет; • Укрепляет стенки сосудов; • Помогает бороться со стрессом и синдромом хронической усталости; • способствует укреплению физической выносливости, наращиванию мышечной массы у спортсменов; • Улучшает память, повышает умственную работоспособность; • Регулирует женский менструальный цикл. 	<p>Можно добавлять во фруктовое пюре, овощной сок, миндальное или рисовое молочко, суп, чай, любой полезный десерт. Начинайте прием с 0,5 чайной ложки в день, постепенно увеличивая до 1 чайной ложки (1 чайная ложка = 3 грамма)</p>
<p>Прогестероновый крем</p>	<p>Источник био-идентичного прогестерона</p>	<p>Нанесите от 1/8 до 1/4 чайной ложки био-идентичного прогестеронового крема на мягкие части тела, такие как шея, лицо, грудные железы, места под локтем, коленкой и втирайте до полного впитывания. Места нанесения крема можно чередовать. Можно использовать 1-2 раза в день, утром и вечером.</p> <p>Для менструирующих женщин начинать применение с 12 дня цикла и продолжать до 26 дня, затем сделать перерыв.</p> <p>Для женщин климактерического периода использовать в течение 25 дней подряд, а затем сделать 5-дневный перерыв.</p>

СуперЕДА

<p>Чага — Медицинский Гриб для Здоровья и Красоты</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Укрепляет иммунитет; • Является природным врагом кандиды и других патогенных бактерий; • Замедляет процессы старения, защищая клетки от свободных радикалов; • Восстанавливает организм от синдрома хронической усталости, проблем пищеварения, гепатита и герпеса; • Великолепен при язве, диабете, гастрите и воспалительных процессах; • Обеспечивает питательными веществами соединительные ткани, делая их упругими и сильными; • Защищает от радиации лучше любого другого растения в мире, применяется при лечении всех видов рака и опухолей 	<p>1 кусочек ЧАГА для заваривания 1 чашки чая. Варить на самом медленном огне в течение часа. Чай приобретет насыщенный коричневый цвет. Можно сварить чай на несколько дней, брать в холодном виде с собой на работу, в машину и хранить в холодильнике. Уже использованные кусочки ЧАГА можно высушить на свежем воздухе и заваривать повторно (до 30 раз), пока вода в процессе приготовления будет приобретать коричневый цвет.</p>
<p>Куркума</p>	<p>Куркума содержит богатые запасы антиоксидантов, обладает мощным противовоспалительным действием, может быть использована в качестве природного антибиотика, усиливает иммунитет.</p>	<p>1-2 капсулы в день независимо от приема пищи.</p>
<p>Органический сывороточный белок</p>	<p>Отличное питание для всех, кто заботится о красоте своего тела и мышечном тоне;</p>	<p>1 десертная ложка 2-3 раза в день. Можно добавлять во фруктовое пюре, овощной сок, миндальное или рисовое молочко, суп, чай, любой полезный десерт</p>
<p>Пчелиная пыльца</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Является прекрасным источником легко усваиваемого белка (содержит около 40% белка); • Богат витаминами, аминокислотами, ферментами, биофлавоноидам, каротиноидами, микроэлементами и минералами; • Повышает физическую выносливость и жизнеспособность; • Увеличивает энергию; • Обладает свойствами природного антибиотика, обеспечивает профилактику инфекционных заболеваний, таких как простуда и грипп, укрепляет иммунитет; • Помогает преодолеть отсталость и другие проблемы развития у детей; • Улучшает пищеварение, регулирует очищение кишечника, нормализует аппетит и способствует легкому похудению; • Мягко влияет на гормональное здоровье, стимулирует функции яичников, восстанавливает репродуктивную функцию; • Сохраняет и восстанавливает молодость кожи, возвращая ей гладкость и упругость; • Обеспечивает защиту от стресса, рака, сердечных заболеваний. 	<p>Начинайте принимать пыльцу с минимальной дозировки – ¼ чайной ложки в день, постепенно увеличивая до 1 чайной ложки в день или до вашей оптимальной дозировки, которая может быть индивидуальной, исходя из личных ощущений и результатов.</p>

СуперВИТАМИНЫ и СуперМИНЕРАЛЫ

Мультивитаминный и минеральный комплекс	Содержит железо, селен, цинк, медь, GTF хром, бор, йод, молибден и марганец; Витамин С; Бета-каротин из концентрата моркови; Витамин Е с растительным маслом; ниацин, пантотеновая кислота, рибофлавин, витамин В6, тиамин, витамин В12 и витамин D; Биотин, инозитол и холин из кукурузной муки; Фолиевая кислота и витамин К из концентрата люцерны.	1 капсула в день независимо от приема пищи
Морской КАЛЬЦИЙ	Источник кальция из морских водорослей чистейших, нетронутых вод побережья Исландии. В такой форме кальций легко усваивается организмом	2 капсулы в день независимо от приема пищи
КРАСОТА Волос, Кожи и Ногтей с природной Силикой и Коллагеном	<p>Содержит все необходимые 10 витаминов и минералов для поддержания здоровья кожи, волос и ногтей Красивых Женщин.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Селен, цинк, йод, медь, витамин С из мякоти цитрусовых; • Витамин А (бета-каротин) из моркови; • Витамин Е из растительных масел; • Рибофлавин (витамин В2), ниацин (витамин В3), биотин (витамин В7) из кукурузы; • Силика из бамбука и Коллаген из деактивированных дрожжей. 	2-3 капсулы в день независимо от приема пищи.
Морское Железо «Sratone Iron-Plus»	Содержат в себе СПА-воду с высоким минеральным составом и железо. Такое железо из морской воды находится в своем природном состоянии, легко и мягко абсорбируется организмом, не влечет за собой побочных эффектов обычной пищевой добавки с железом. Морское железо не раздражает желудок и не вызывает нарушений стула, запоров.	1 пакетик в день. Во время беременности также может быть достаточно одного пакетика, кроме тех случаев, когда Вы знаете, что уровень железа низкий и его надо повысить. Тогда можно применять 2 пакетика в день (вместе или отдельно по вашему желанию) Употреблять его лучше на пустой желудок, не смешивая с молочными продуктами, чаем, вином и кальцием, которые уменьшают его всасывание организмом.

<p>Красивая БЕРЕМЕННОСТЬ. Мультивитаминно- минеральный комплекс</p>	<p>Сбалансированный комплекс в форме СУПЕРеды в пропорциях и количестве, необходимом для их полного усвоения, который необходим для легкого течения беременности и родов, а также полноценного развития всех тканей и органов будущего малыша. Сохраняет здоровье и красоту мамы</p>	<p>2 капсулы в день независимо от приема пищи.</p>
<p>Комплекс витаминов группы В</p>	<p>Содержит все витамины группы В из мякоти цитрусовых, кукурузы и люцерны, которые легко принимаются, усваиваются организмом, обеспечивая оптимальное функционирование нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной системы, нормализуя энергетический обмен и обмен веществ, стимулируя память и эмоциональную устойчивость.</p>	<p>1 капсула в день независимо от приема пищи</p>
<p>Витамин D3</p>	<p>Необходим для сильного иммунитета, гормонального баланса, здорового сердца и работы всех без исключения систем и органов. Оптимальный уровень витамина D3 в организме 45-55 нг/мл</p>	<p>1 таблеточка в день в качестве поддерживающей дозировки в период, когда нет солнца. Для повышения уровня витамина D3 можно рассчитать индивидуальную дозировку только по результату анализа</p>
<p>Витамин B12</p>	<p>Принимает активное участие в процессах кроветворения, влияет на состояние быстро обновляющихся тканей – крови, иммунной системы, кожи и слизистой желудочно-кишечного тракта, оказывает положительное воздействие на обмен веществ, предотвращает появление анемии</p>	<p>2 капсулы в день независимо от приема пищи</p>

Данная информация не является медицинским советом в диагностике и лечении каких-либо заболеваний или недомоганий. По всем вопросам, пожалуйста, консультируйтесь у своего диетолога, лечащего врача или другого специалиста. Клиент несет самостоятельную ответственность за использование предоставленной ему информации и освобождает Оксану Зубкову, ее правопреемников от какой-либо ответственности за любые свои действия