

Боб Голдман (Bob Goldman)

ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ ПРОТИВОСТОИТ СТАРЕНИЮ

Теория о взаимосвязи свободных радикалов и процесса старения, первоначально представленная доктором Ребеккой Гершман и впоследствии доработанная доктором Денхамом Харманом, утверждает, что недолговечные и деструктивные внутриклеточные биохимические взаимодействия можно объяснить присутствием молекул, в которых нарушен баланс электрического заряда. Свободные радикалы вызывают оксидацию - процесс, нарушающий целостность клеток в организме. Исследования демонстрируют, что антиоксидантные соединения противостоят вредному воздействию свободных радикалов.

Субраманиан Кавиарасан из индийского Университета Аннамалаи вместе с коллегами обнаружили, что присутствующие в зеленом чае полифенолы (тип антиоксидантов) обладают хорошей способностью удалять гидроксил-радикалы. Также ученые отмечают, что эти антиоксиданты «обладают защитным действием против вызванных пероксидом повреждений митохондрий и против вызванных облучением повреждений ДНК, а также обладают высоким окислительно-восстановительным потенциалом». **IM**

Kaviarasan, S., et al. (2010). Potential radical scavenging ability of sunphenon: a green tea extract. Journal of Food Biochemistry.



Боб Голдман (Bob Goldman)

КУРКУМИН ОБЛЕГЧАЕТ БОЛЬ В СУСТАВАХ

Остеоартрит является главной причиной утраты работоспособности среди пожилых мужчин, и это состояние часто связывается с широким спектром долговременных проблем со здоровьем. В то время как лекарства – а это главным образом нестероидные противовоспалительные препараты, или НПВП – помогают облегчить боль, вызванную остеоартритом, они обладают такими побочными действиями, как желудочно-кишечная токсичность, повышенное кровяное давление и риск развития сердечнососудистых заболеваний. Джианни Белкаро из Университета Чиети-Пескара в Италии возглавлял исследовательскую команду, которая сравнила эффекты воздействия НПВП со смесью, содержащей 20 процентов натуральных куркуминOIDов, 40 процентов соевого фосфатидилхолина и 40 процентов микрокристаллической целлюлозы.

Испытуемые активной группы получали 1000 мг куркуминовой смеси в день (доза куркумина составляла 200 мг). Спустя восемь месяцев у тех, кто полу-

чал куркуминовую смесь, показатели в стандартизированной оценке остеоартрита снизились на 9,3 единиц, в то время как в контрольной группе изменений не наблюдалось. В куркуминовой группе тугоподвижность снизилась с 7,4 до 3,2 баллов, а у контрольной группы значительных улучшений выявлено не было. Отмечая, что результаты исследования «показали клиническую эффективность и безопасность куркумина как противовоспалительного агента», ученые заключили, что «наблюдались значительные улучшения как с клинической, так и с биохимической точки зрения вместе с превосходной сопротивляемостью». Это дает основание предполагать, что смесь куркумина с фосфатидилхолином может давать положительный эффект при лечении остеоартрита». **IM**

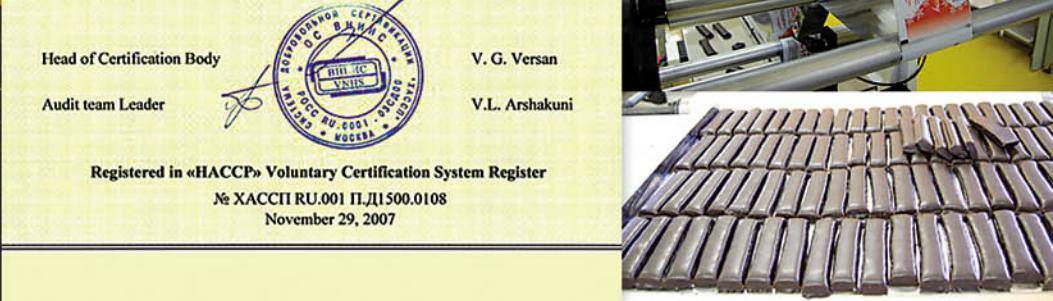
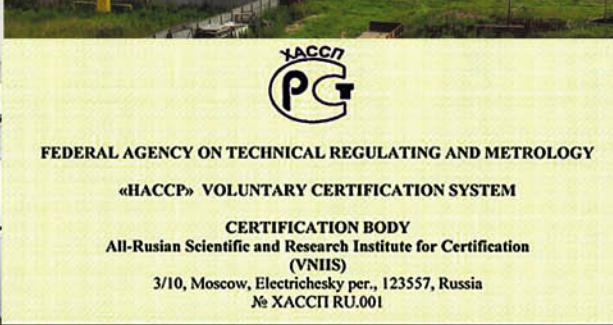
Belcaro, G., et al. (2010). Efficacy and safety of Meriva, a curcumin-phosphatidylcholine complex, during extended administration in osteoarthritis patients. Alt Med Rev. 15(4):337-44.

Компания ООО «АРТ Современные научные технологии»

Основана в 1998 г.

и является современным многопрофильным производством
продуктов здорового питания.

Мы делаем все порошковые формы, таблетированные и капсулированные продукты,
напитки и глазированные батончики.



С 2002 года наше производство имеет международный сертификат ХАССП.

Боб Голдман (Bob Goldman)

ТРЕНИРОВКИ СНИЖАЮТ РИСК СМЕРТИ ОТ РАКА ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

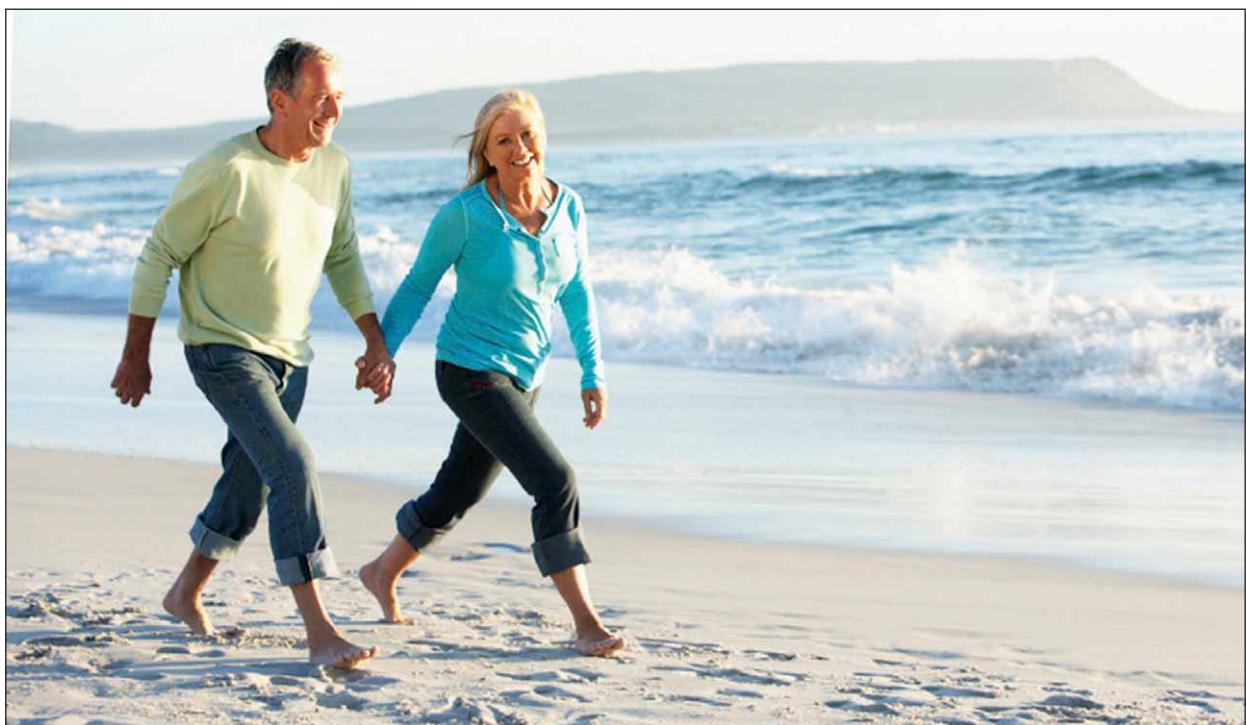
Рак предстательной железы – это наиболее часто встречающаяся форма рака у мужчин. Более двух миллионов мужчин в США и 16 миллионов по всему миру страдают от этого заболевания. Ученые Гарвардского Института Здравоохранения и Университета Калифорнии в городе Сан-Франциско изучили 2705 мужчин с диагнозом рак предстательной железы в ходе 18-летнего исследования работников здравоохранения. Они фиксировали у участников среднее время физической активности, включая ходьбу, бег, езду на велосипеде, плавание, а также другие виды спорта и работу на свежем воздухе. Ученые обнаружили, что как неэнергичная, так и энергичная активность оказалась полезной для общей выживаемости. При этом риск смерти от любой причины снижался на 46 процентов у тех, кто уделял ходьбе в нормальном или энергичном темпе 90 или более минут в неделю (по сравнению с теми, кто ходил менее 90 минут в неделю в легком темпе). Более того, при энергичной активности более трех часов в неделю смертность от рака предстательной железы снижалась.

У активно тренирующихся мужчин риск смерти от рака простаты был на 61 процент ниже, чем у тех, кто уделял энергичной активности менее часа в неделю.

У активно тренирующихся мужчин риск смерти от рака простаты был на 61 % ниже, чем у тех, кто уделял энергичной активности менее часа в неделю

Как утверждают исследователи, «у мужчин, страдающих раком предстательной железы, физическая активность приводила к снижению общей смертности и смертности от рака простаты. Умеренный объем энергичной активности (такой как езда на велосипеде, tennis, бег или плавание) продолжительностью более трех часов в неделю может значительно снизить вероятность рака предстательной железы». **IM**

Kenfield, S.A., et al. (2011). Physical activity and survival after prostate cancer diagnosis in the Health Professionals Follow-Up Study. *J Clinical Oncology*.

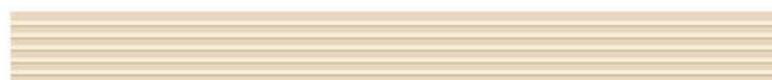


НАУЧНЫЙ ПОДХОД

CART[®]
ADVANCED



ARTLAB
ADVANCED RESEARCH TECHNOLOGIES



www.sportservice.ru



RESEARCH TECHNOLOGIES

СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ ЭКСТРА КЛАССА



ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ДИСТРИБЬЮТОР ЕАМ СПОРТ СЕРВИС

телефон для оптовых продаж: (499) 968-6240