

Восстановление водного баланса

Электролайтс

Д-р Дэри Майлс, PhD, PhD
Посолы США, Нидерланды, Словения
Президент – Университет Индианской медицины
и здоровья

Содержание воды в тканях и органах человека (в %)

Ткани и органы	От общего кол-ва воды в организме (%)	От массы органа (%)
Мозг	2,7	75-82
Мышцы	50,8	75-78
Кожа	6,6	72
Кровь	4,7	80
Печень	2,8	70-75
Жировая ткань	2,3	6-10
Зубная эмаль	-	3

Содержание воды в органах человека (в %)

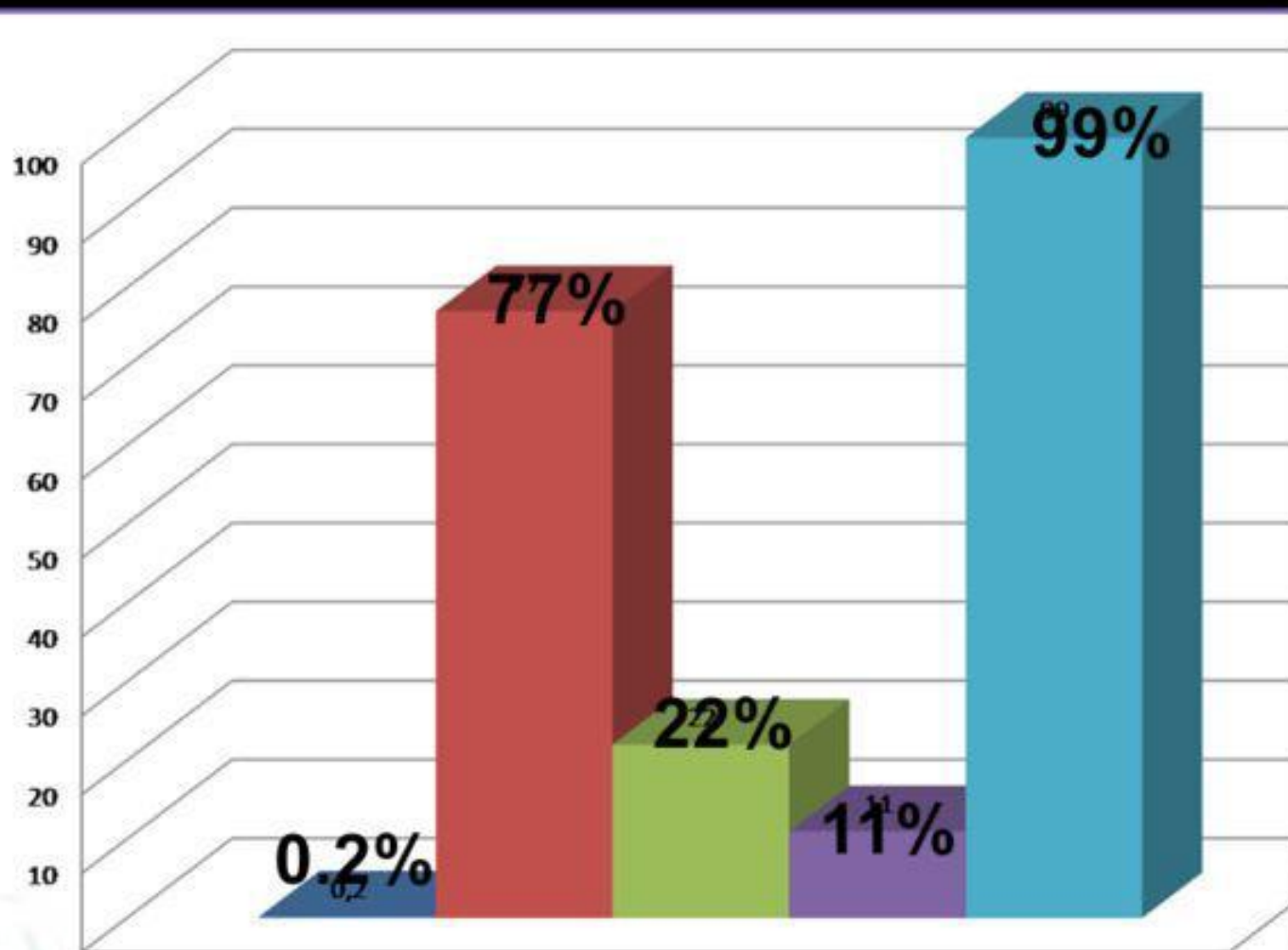
■ Эмаль зубов

■ Мышцы

■ Кости

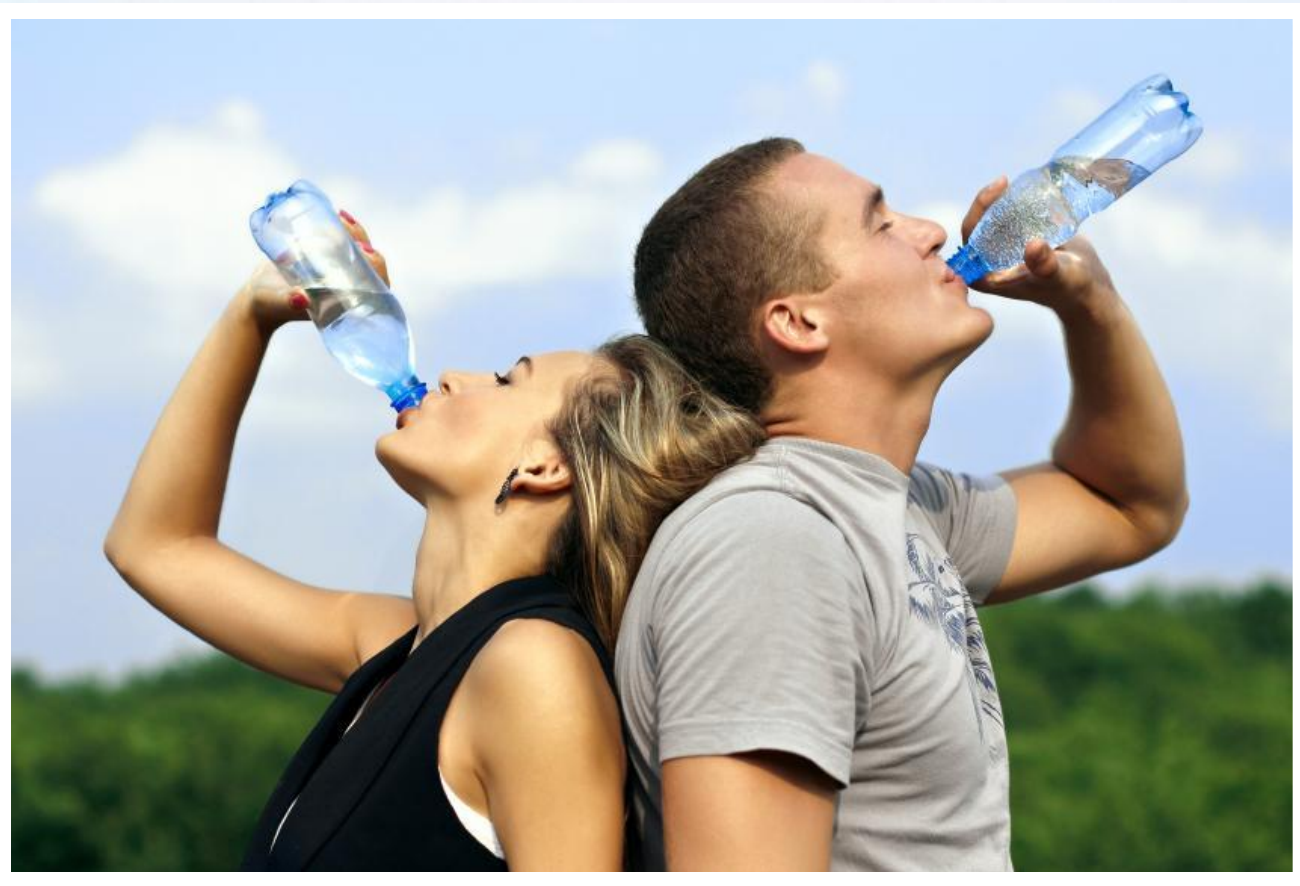
■ Жировая
ткань

■ Стеклови
дное
тело глаз



Значение воды для органов и систем тела человека

- Защищает слизистые оболочки (глаз, ротовая полость и пр.) от высыхания
- Обеспечивает нормальное пищеварение и удаление твердых отходов из организма
- Обеспечивает процессы всасывания жизненно важных нутриентов и носителей калорий
- Тело может существовать недели без пищи и только несколько дней без воды
- Обеспечивает выделение токсинов и очистку внутренних органов
- Составляет как минимум $\frac{3}{4}$ массы тела человека
- Обеспечивает поддержание системы теплообразования и теплоотделения
- Обеспечивает кровоток, репродукцию клеток, движение и саму жизнь
- Первичная основа для всех жидкостных сред организма, транспорта веществ и, особенно, кислорода
- Без воды клетки организма не могут расти, делиться и жить. Организм, в который не поступает вода, обречен на смерть.



Life is beautiful
vitamax 

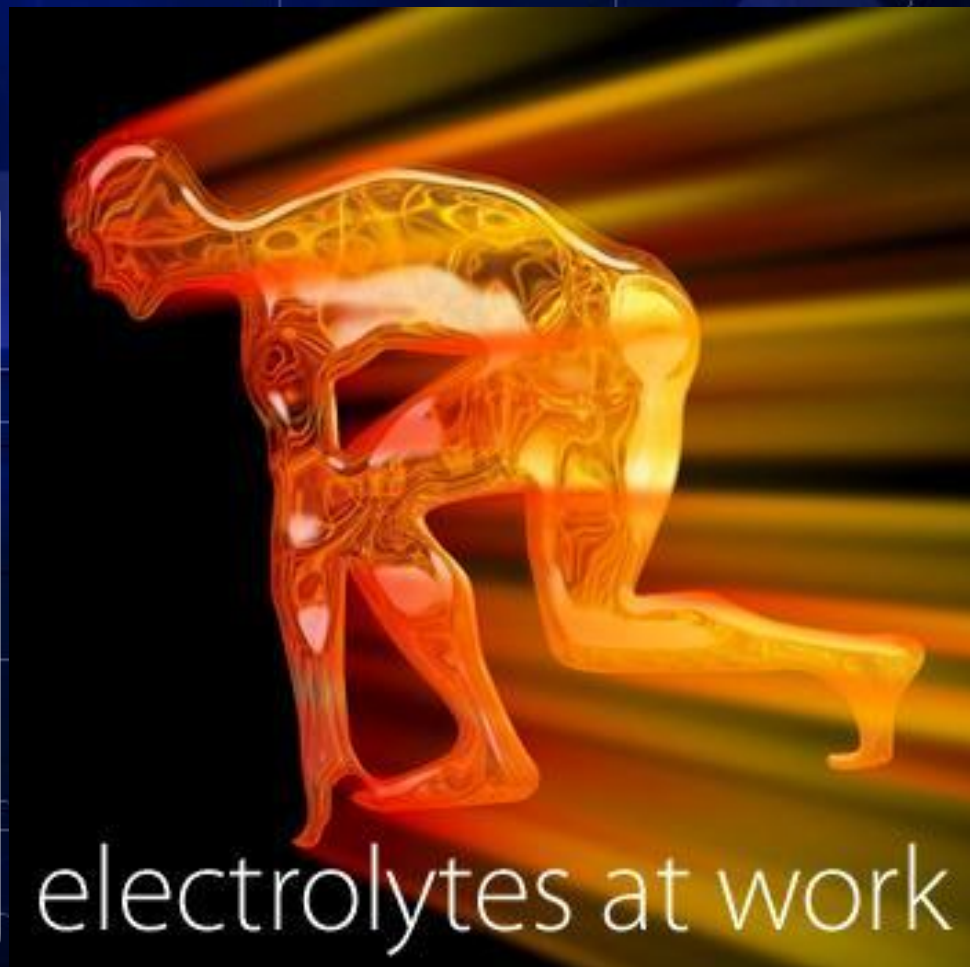
Механизмы гидратации организма:

-
- The diagram illustrates the pH scale from 0.0 to 13.0. The scale is divided into an 'Acid range' (0.0 to 6.0) and a 'Base range' (8.0 to 13.0), with a 'neutral' point at 7.0. Various body fluids are mapped to specific pH values: HCL (0.0), stomach (1.0-2.0), urine (5.0-6.0), ICF (7.0), blood (7.4), and intestine (8.0-9.0). Arrows indicate the direction of increasing H^+ concentration to the left and OH^- concentration to the right.

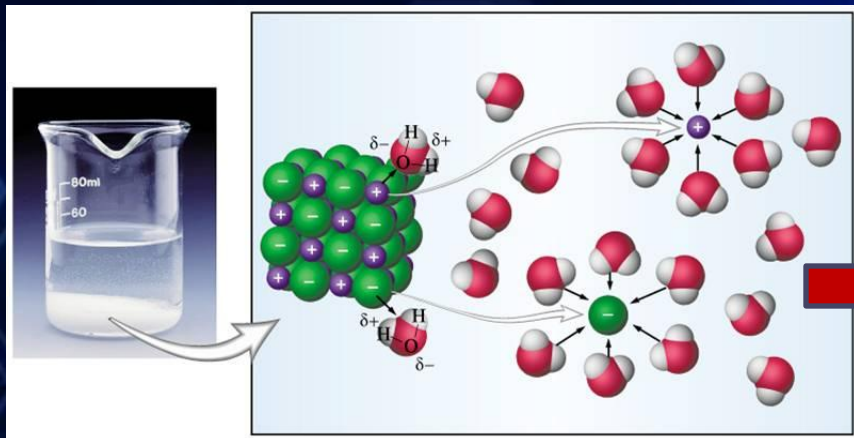
Электролиты имеют важнейшее значение для нашего здоровья

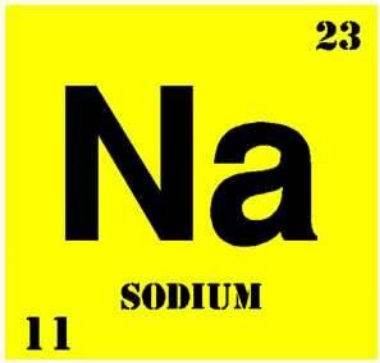
Электролиты - это

- движение энергии;
- регуляция баланса жидкости;
- транспорт нутриентов;
- обеспечение работоспособности мышц;
- обеспечение функций психики;
- преобразование пищевых калорий в энергию;
- регуляция pH и многие другие функции



Электролиты



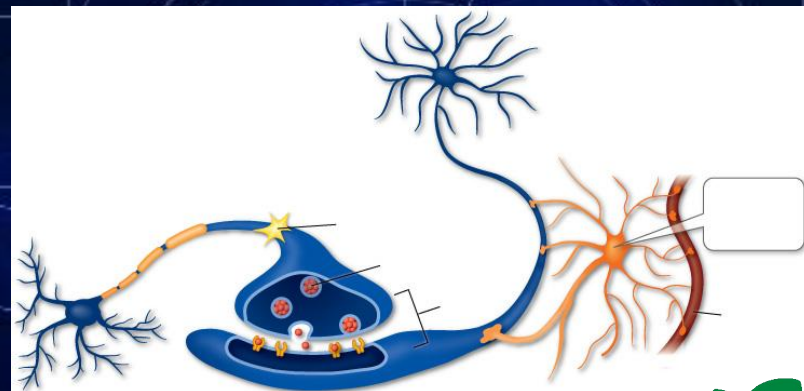
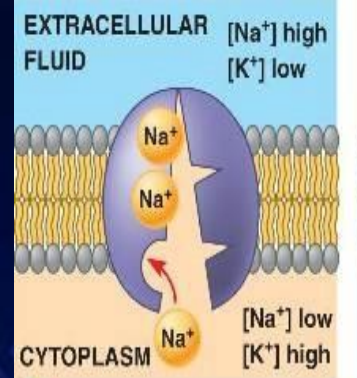


Натрий (Na^+)

- Основной внеклеточный положительно заряженный ион
- Na^+ регулирует общий объем воды в организме
- Участвует в передаче электрических сигналов:



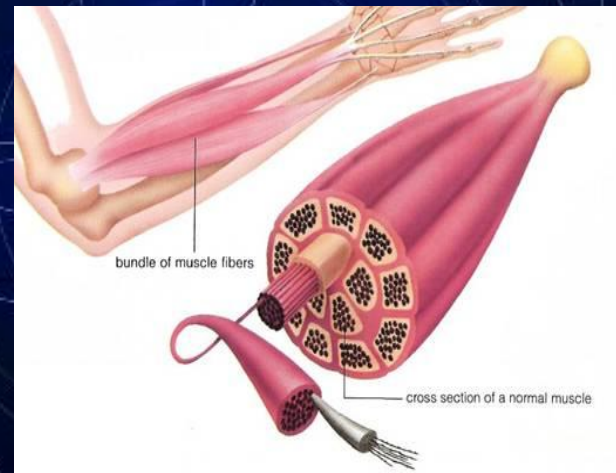
- Мозге и нервной системе
- Мышцах
- Других тканях





Калий (K^+)

- K^+ является основным положительным внутриклеточным ионом
- Функции K^+ :
 - регулирование сердцебиения;
 - участие в нормальной работе мышц и нервной системы.





Магний



- Магний является вторым по количеству внутриклеточным элементом
- Четвертый по количеству положительно заряженный ион в организме человека
- Mg регулирует наш электролитный баланс:
 - влияет на нервные импульсы;
 - участвует в мышечных сокращениях — является ионом, участвующим в расслаблении;
 - стабилизирует ритм сердца;
 - низкий уровень Mg вызывает судороги мышц



Life is beautiful

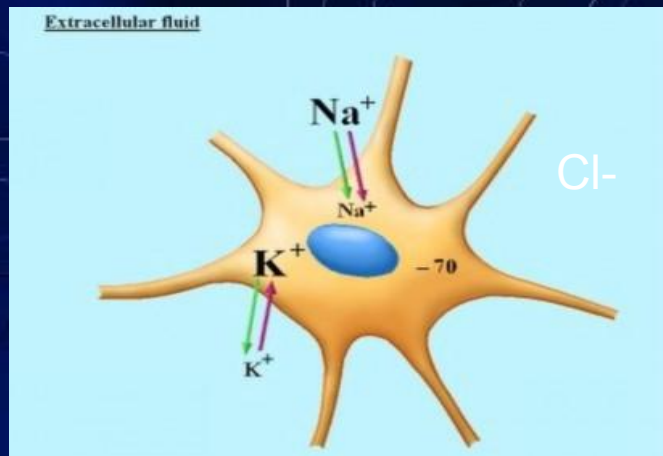
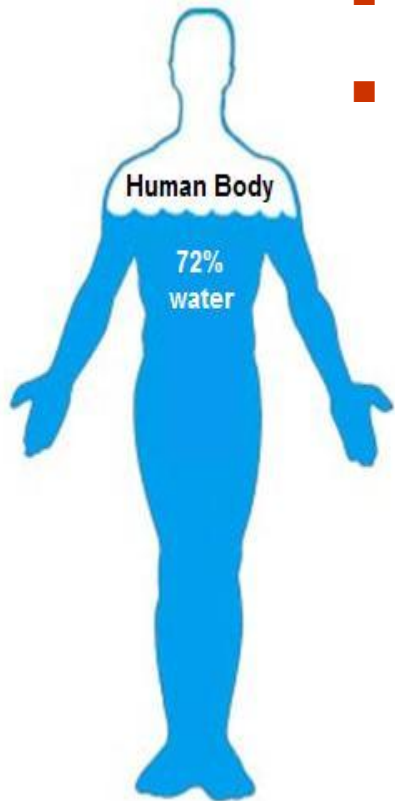
vitamax 

Cl⁻

Хлорид (Cl⁻)

Хлорид – это основной анион (отрицательно заряженный ион)

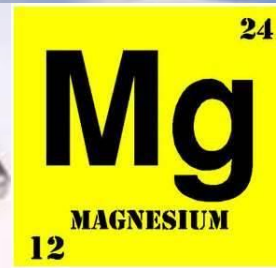
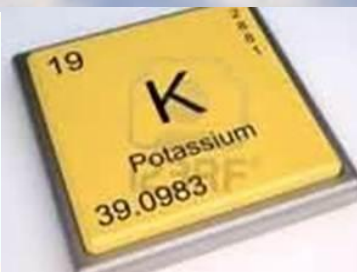
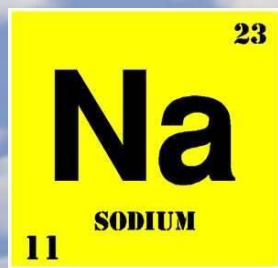
- Находится во внеклеточной жидкости и в крови
- Баланс иона хлорида (Cl⁻) жестко регулируется организмом
- Снижение Cl⁻ происходит при обильном мочеотделении, потоотделении, или нарушении концентрации кишечных выделений (поносе)



Электролитный баланс



Гидратация необходима для нормального функционирования клеток и органов.



Низкий уровень электролитов

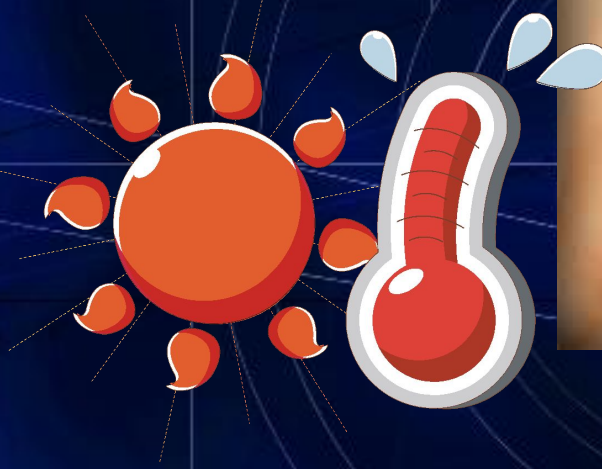
- слабость
- мышечные спазмы
- судороги
- нарушения артериального давления
- расстройства нервной системы



Потеря электролитов

■ Обезвоживание происходит при:

- повышенном потоотделении во время физических упражнений;
- употреблении кофеина;
- употреблении алкоголя;
- в жару.



Потеря электролитов

■ Болезни, сопровождающиеся обезвоживанием:

- грипп, болезни с высокой температурой;
- пищевое отравление;
- рвота и понос.

■ Применение некоторых медикаментов (мочегонные, антигипертензивные и др.)



Электролиты имеют важное значение для нашего здоровья

- Электролиты обеспечивают процессы :
 - функционирования мышц;
 - сердечных сокращений;
 - нервных реакций.
- Поддерживают водно-электролитный баланс.

Электролайтс возмещает
электролиты естественным путем

ОПТИМАЛЬНЫЙ ЭЛЕКТРОЛИТНЫЙ СОСТАВ



- натрий;
- калий;
- магний;
- хлорид;
- цинк;
- лимонная кислота;
- минорные микроэлементы.

Электролайтс

- Улучшает гидратацию клеток.
- Восполняет потребности организма в минералах
- Восстанавливает равновесие электролитов
- Имеет превосходное качество:
 - не содержит гормоны;
 - не содержит стимуляторы;
 - не содержит запрещенные вещества.
- Получен из природных источников



Электролайтс

- Стоит меньше, чем спортивные напитки, гели, порошки
- Не содержит сахар
- Не содержит углеводов
- Без калорий
- Имеет приятный вкус
Воды с долькой лимона





Электролайтс

- Флакон содержит 120 мл концентрированных электролитов
- Смешать 0.3 чайной ложки с 1 литром воды и выпить в течение дня.
 - или по вкусу
- Из одного флакона Электролайтса получается 40 литров обогащенной электролитами воды, т.е. флакон рассчитан на 40 дней.



40 ЛИТРОВ

Life is beautiful
vitamax





ГЛОБАЛЬНЫЙ АЛЬЯНС ПАРТНЕРОВ



Life is beautiful
vitamax

Электролайтс/ Electrolite Charge

ВОСПОЛНЕНИЕ ГИДРАТАЦИЯ ВОССТАНОВЛЕНИЕ

ЭЛЕКТРОЛИТЫ ВАЖНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Электролиты, такие как натрий, калий, магний и хлор, становятся ионами в водном растворе и приобретают свойства проводить электричество. Снижение уровня электролитов в теле может вызывать усталость, судороги и риск дегидратации. Восполнение электролитов необходимо для поддержания гидратации нашего тела, для улучшения работоспособности, восстановления баланса и помогает предотвращать мышечные судороги. Кроме того, электролиты играют важнейшую роль в таких витальных (жизненно необходимых) физиологических процессах, как функция мышц, сердца и нервной системы. Электролиты регулируют кислотно-щелочное равновесие (pH) крови. Ключевым моментом является баланс электролитов для укрепления здоровья.



ЧТО ЖЕ ДЕЛАЮТ ЭЛЕКТРОЛИТЫ? ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ ЭЛЕКТРОЛАЙТС?

Электролайтс состоит из натрия, калия, магния и хлоридов в сбалансированном соотношении. Электролайтс обеспечивает оптимальное количество каждого электролита для максимальной гидратации и эффективности.

Натрий – наиболее распространенный положительно заряженный ион во внеклеточной жидкости, вместе с хлором является ничем иным, как столовой солью. Некоторые функции натрия включают в себя поддержание общего количества воды в организме, а так же прохождение натрия внутрь клетки через мембрану и обратный его выход, что играет ключевую роль в жизненных функциях организма. Многие процессы в организме, особенно в мозге, нервной системе и мышцах требуют электрические сигналы для взаимодействия между клетками. Движение натрия критическое в генерации этих электрических сигналов. Слишком много или слишком мало натрия может вызывать нарушение функции клетки и дисбаланс уровня натрия в крови.

Калий – элемент, содержащийся в максимальном количестве внутри клетки. Одной из важнейших функций калия – его участие в сердечных сокращениях и функции мышц. Нормальное количество калия является необходимым для нормальной функции клетки. Любые серьезные повышения или понижения уровня калия могут глубоко повредить нервную систему и вызывать серьезные аритмии сердца.

Магний – жизненно необходимый микроэлемент, который участвует в функционировании более 300 ферментов нашего организма. Магний обеспечивает функционирование сердца и нервной системы. Магний необходим для формирования костей и зубов и для превращения глюкозы в клеточную энергию.

Хлорид – самый массовый анион (отрицательно заряженный ион) в организме. Хлорид – основной внеклеточный ион. Баланс хлоридов жестко регулируется организмом. В морской воде практически та же концентрация хлоридов, что и во внеклеточной жидкости. Хлориды играют важнейшую роль в поддержании жидкостного баланса организма.

Цинк – трехвалентный минерал, что означает, что организм нуждается в очень небольшом его количестве. Цинк крайне важен для мыслительных функций и функции иммунной системы.

Лимонная кислота – содержится во многих фруктах и овощах. Лимонная кислота – важнейший элемент энергетического цикла клетки как человека, так и многих других организмов.

ИНВЕСТИЦИИ В ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ



ГЛОБАЛЬНЫЙ АЛЬЯНС ПАРТНЕРОВ



Life is beautiful
vitamax

ЭЛЕКТРОЛАЙТС ПОЛЕЗЕН ВСЕМ ТИПАМ ЛЮДЕЙ

Электролайтс необходим всем, кто хочет найти альтернативу дорогим высококалорийным сладким шипучкам, сокам и спортивным напиткам. Каждый может получить эффект от электролитов. Они поддерживают целый ряд жизненных физиологических функций организма. Электролиты позволяют организму оставаться в гидратированном состоянии, помогают мозгу и нервной системе передавать и получать важнейшие сигналы, помогают клеткам тела синтезировать энергию и обеспечивают сокращение и расслабление мышц.

ЭЛЕКТРОЛАЙТС

- без калорий;
- без углеводов;
- без сахара;
- без искусственных ингредиентов и красителей;
- экономичен;
- можно сделать 10 галлонов электролитной воды;

- легко дозировать и добавлять в воду;
- содержит очень полезные цинк и лимонную кислоту;
- не прилипает к стенкам бутылки;
- не оставляет пятен и липких остатков;
- придает напитку легкий вкус лимона.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЭЛЕКТРОЛАЙТС ВСЕГДА ДЛЯ

- подготовки к пробежке или длительной прогулке;
- роста вашей работоспособности;
- улучшения выносливости;
- предотвращения судорог;
- восстановления организма после физических упражнений;
- гидратации клеток во время физических упражнений;
- восстановления электролитного баланса.

КАКОЙ ВКУС У ЭЛЕКТРОЛАЙТС?

После добавления Электролайтс в воду, она приобретает вкус, похожий на вкус чистой воды с ломтиком лимона.

НЕДОСТАТОК ЭЛЕКТРОЛИТОВ МОЖЕТ ПРИВОДИТЬ К

- недомоганию;
- мышечным спазмам;
- скачкам артериального давления;
- нарушениям нервной системы.

КАК ПРИМЕНЯТЬ?

Предлагаемое использование: смешать 1 дозу (3 мл / 0,5 чайной ложки) с 1 литром воды и пить по мере необходимости.

Использование по особым показаниям: для более высокой концентрации электролита смешайте 3 мл продукта в 240 мл воды.

Для командного использования (для группы людей): смешать 60 мл (1/4 чашки) в 20 литрах воды.

Объем флакона предназначен для приготовления 40 литров обогащенной воды.

ВНИМАНИЕ!

Электролайтс является концентратом, его нельзя применять без разбавления! Он обязательно должен быть растворен в воде перед использованием!

Не содержит известных аллергенов.
Держать вне зоны доступности детей.

ИНВЕСТИЦИИ В ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

