

## VIRTUMIN+ ainesosat ja vaikutus

### **Brakshun -kiviöljy**

Taustatietoa raaka-aineen erilaisista nimikkeistä:

**Brakshun –vuoripihkaa** saadaan Itä-Aasian vuoristoalueelta. Alueesta riippuen saadaan käyttöön joko tummaa Brakshunia tai vaaleaa Brakshunia (White Mumijo). Virtumin –tuoteperheessämme on käytetty White Mumijo –raaka-ainetta. Tällä puhdistetulla, erittäin kivennäisaine- ja hivenainepitoisella raaka-aineella on Suomessa kaupanimenä vuoripihkajauhe tai kiviöljy.

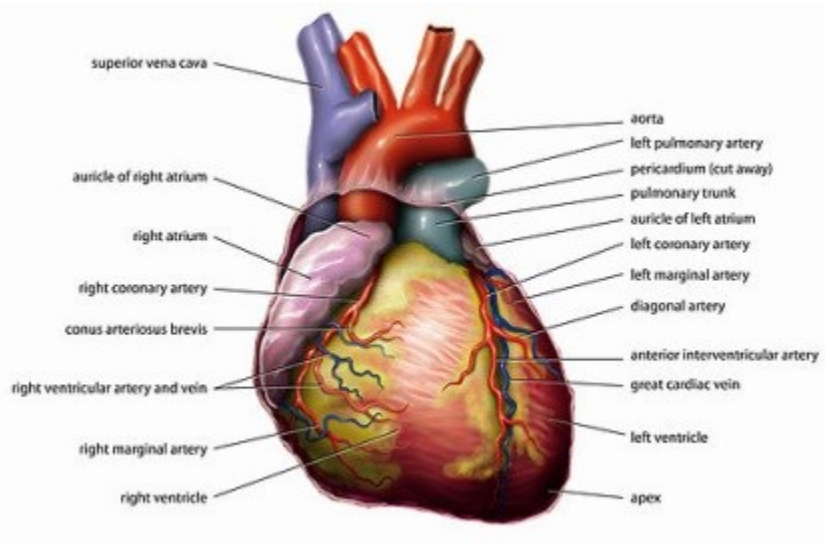
**Brakshun –kiviöljy** auttaa säilyttämään tarvittavan tasapainon kehon mikro -ja makrotasojen (kivennäisaineet ja hivenaineet) tekijöiden välillä, se lisää verisuonten ja sydänlihaksen elastisuutta ennaltaehkäisten sydänlihaksen kouristuksia ja sydänsairauksia.

Kiviöljyä käytetään:

- sydämen rytmihäiriöihin
- sydämen tulehdussairauksiin
- kohonneeseen verenpaineeseen sen alkuvaiheessa
- iskemiseen sydänsairauteen

**Kiviöljy sisältää mm. seuraavia elimistölle tärkeitä ja välttämättömiä hivenaineita:**

- KALIUM** - vaikuttaa sydämen toimintaan, normalisoi verenpainetta ja ehkäisee kouristuksia
- MAGNESIUM** - vaikuttaa hemostaattiseen prosessiin, veren hyytymiseen ja ylläpitää verisuonten ja sydänlihaksen elastisuutta
- SELEENI** - hivenaine, joka vaikuttaa sydänlihaksen proteiineihin. Sillä on antioksidanttinen vaikutus elimistöön ja suotuisa vaikutus sydämeen.
- KUPARI** - ehkäisee sydämen rytmihäiriötä ja sydänlihaksen surkastumista
- KALSIIUM** - hivenaine, joka edistää sydänlihaksen normaalia toimintaa, ehkäisee sydämen rytmihäiriöitä
- LITIUM** - ehkäisee verenpaineetautiä ja tasapainottaa sydämen toimintaa



Kokonaisuudessaan Brakshun -kiviöljy sisältää 49 tarvittavaa ihmiskehon kivennäis- ja hivenainetta, joilla on vaikutus koko kehon toimintaan:

luustoon, hampaisiin, hermostojärjestelmään, sydämeen, verisuoniin ja aineenvaihduntaan. Kiviöljy tasaa verensokeria, toimii tulehduksia vastaan ja vahvistaa immuuniteettia viruksia ja bakteereja vastaan sekä tukee kehoa allergioissa.

## Ruusujuuri



**Ruusujuuri** – nopeuttaa palautumista raskaan liikunnan jälkeen, stimuloi muistia, parantaa keskittymiskykyä ja aivojen toimintaa sekä lisää energiaa. Ruusunjuuri nostaa entsyymien, RNA:N ja proteiinien tasoa, mikä on välttämätöntä kovasta harjoittelusta palautumiseen.

Ruusujuuri on erittäin hyödyllinen ihmisille, jotka kärsivät hermostuneisuudesta, uupumuksesta, unihäiriöistä, mielialan vaihtelusta tai tunne-elämän epävakaudesta. Tiedetään myös, että ruusunjuuri vähentää veren haitallisia rasvoja, säätelee sydämen toimintaa ja ehkäisee rytmihäiriöitä.

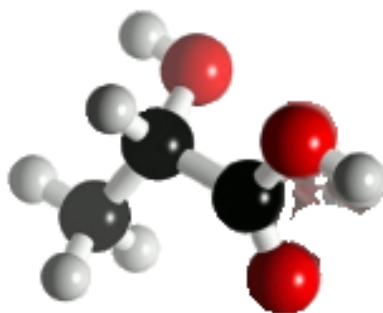


## Männynkuoriute



**Rannikomännyn kuoriute** on tehokas ja luonnollinen antioksidantti. Se tuhoaa vapaita happiradikaaleja, jotka aiheutuvat sairauksia. Se vahvistaa verisuonia ja sydäntä sekä yleistä terveyttä. Sitä voidaan käyttää myös kipuihin kuten päänsärkyyn, rintakipuihin ja yskään.

Uutteella on tulehduksenvastainen vaikutus. Positiivisia tuloksia on todettu sydän ja verisuonitautien hoidossa. Se ohentaa verta, vaikutta veren viskositeettiin ja on hyväksi ihmiselle, joilla on korkea verenpaine. Se vähentää kolesterolia ja vahvistaa immuunijärjestelmää, alentaa veren sokeria ja tukee liikalihavuuden hoidossa.



## Maitohappobakteerit

Ennestään tiedämme, että maitohappobakteerit ehkäisevät ripulia matkoilla ja erilaisten lääkekuurien aikana. Venäjällä esitettiin väite jo 1900-luvun alussa, että jogurtti parantaa suolen kuntoa ja toimintaa. Nykyään tiedämme paljon enemmän. Monet nykyiset tutkimukset ovat osoittaneet että ihmisen suolen limakalvo on ehkä tärkein immuunijärjestelmämme elin. Suoliston limakalvo on pinta-alaltaan 250–400 neliometriä, joka vastaa levitettynä tenniskentän kokoista aluetta. Suurin osa vastustuskyvystämme erilaisia taudin aiheuttajia vastaan perustuu suoliston limakalvon moitteettomaan toimintaan ja bakteerikantojen hyvään tasapainoon. Luontaistuotealan ammattilaiset ja ravitsemushoitojen asiantuntijat ovat olleet Suomessa edelläkävijänä puhuttaessa maitohappobakteerien terveysvaikutuksista. Yhdeksänkymmentä luvun alussa harva oli edes kuullut niistä, muualla kuin terveystuotteissa ja mm. Antioksidanttiklinikalla opastettiin asiakkaita ja potilaita suolisto-ongelmien hoidossa käyttämään maitohappobakteerivalmisteita.

Maitohappobakteerit auttavat kehoasi luomaan sen toiminnan kannalta hyödyllistä bakteerikantaa ruoansulatuselimistösi. Maitohappobakteerit siis vaikuttavat myönteisesti suoliston toimintaan, mikä on

viimeisimpien tutkimusten mukaan yhdistetty uskomattoman positiivisiin seurauksiin. Niiden mukaan suoliston toiminnan kohentaminen vähentää taipuvuutta masennukseen, diabetekseen, astmaan, liikalihavuuteen ja joukkoon muita fyysisiä sekä psyykkisiä sairauksia. Maitohappobakteerit yhdistetäänkin vahvasti vastustuskykyyn ja immuniteettiin. Päivittäisessä elämässä vaikutus näkyy vaivattomana ruoansulatuksena ja ravinteiden parempana imeytymisenä, ja sitä kautta muun muassa energisyytenä sekä hyvän olon tunteena.

Maitohappobakteerit auttavat tutkitusti, vaikka niitä on myös kritisoitu. Ongelmana on, ettei maitohappobakteerivalmisteiden tehoa ole toistaiseksi voitu tutkia tarkasti: kuinka suuri osa bakteereista säilyy elossa vatsalaukuun asti ja mikä bakteeri auttaa juuri sinua? Maitohappobakteeri-cocktail pyrkiikin taklaamaan juuri nämä ongelmat. Panostetaan laatuun, bakteerien laajaan kirjoon ja määrään. Haetaan ratkaisut sekä ruoasta että maitohappovalmisteista, ja muutetaan pakettia jos se ei sovellu jokaisen henkilökohtaisiin tarpeisiin.



Lisää tuoreinta tutkimustietoa maitohappobakteereista:

<http://ilsi.wpengine.com/europe/wp-content/uploads/sites/3/2016/05/Prebiotics-Probiotics.pdf>

Vuonna 1978 perustettu International Life Sciences Institute (ILSI) on voittoa tavoittelematon, maailmanlaajuinen säätiö, joka pyrkii parantamaan hyvinvointia. Sen tavoitteena on vastata tieteellisiin kysymyksiin, jotka liittyvät ravitsemukseen, elintarvikkeiden turvallisuuteen, toksikologiaan, riskinarviointiin, ja ympäristöön.

ILSI on tunnustettu ympäri maailmaa laadukkaasta tutkimuksistaan. Se myös tukee maailmanlaajuisia konferensseja ja työpajoja, koulutushankkeita ja tuottaa julkaisuisuja. ILSI pääkonttori sijaitsee Washingtonissa. Se on sidoksissa Maailman terveysjärjestöön (WHO) ja sillä on erityinen neuvoo-antava asema elintarvike- ja maatalousjärjestössä (FAO) sekä YK:ssa.

Eurooppalainen haara ILSI Europe perustettiin vuonna 1986. ILSI Europe edistää parhaiden tutkijoiden yhteistyötä tukemalla näyttöön perustuvaa, tieteelliseen tutkimukseen pohjautuvaa tutkimusta. ILSI Eurooppa edistää ymmärrystä ja yhteistyötä tieteellisissä kysymyksissä erilaisissa asiantuntijaryhmissä, työpajoissa, symposiumeissa tuottaen jatkuvasti uusia ajankohtaisia julkaisuja. ILSI Euroopan tavoitteena on parantaa kansanterveyttä.