

Европейская натуропатическая система
доктора Соколинского (ND)

Как нормализовать пищеварение и устранить дефицит энергии?

www.sokolinskycenter.com



Содержание

Когда будет полезно	3
Автор методики - доктор Соколинский	5
Дефицит энергии мешает регуляции работы желудка и кишечника	6
Причины потери энергии	7
Начинать улучшение самочувствия нужно с ЖКТ	9
Проблемы с печенью	10
Застой желчи	12
Нарушение микрофлоры	13
Синдром «протекающей кишки»	14
Повышенное газообразование	15
Основная программа первого месяца Dr.Sokolinskiy naturopathic formula	1 - 16
Вариант при рефлюксе\эрозивном гастрите	27
Вариант при раздраженном кишечнике	28
Если выражено напряжение и нарушен сон	30
Основная программа дальнейшей поддержки Vital Code Formula	33
Вариант при атрофии, метаплазии, дивертикулах, полипах Stomach & Intestinal Support Formula	42
Самая простая ежедневная поддержка здорового питания	46
Особенности формул доктора Соколинского	49
Почему могло не получаться раньше	50
Как получить консультацию	51
Контакты	54

Для каждого ингредиента программы приводятся данные исследований, объясняющие механизм его влияния на организм

Этот гайд как путеводитель по своему состоянию

**По каждой теме: суть для
быстрого понимания +
дополнительные материалы +
ссылки для перехода к практике**



Встроенные видео
в тексте позволяют
подробные ответы
на свои вопросы



На изображения
препаратов можно нажать
и перейти к подробностям

У нас хороший опыт при этих состояниях:

- ❖ при хронической усталости;
- ❖ при ощущении дефицита энергии, повышенной чувствительности к погоде;
- ❖ при повышенном уровне сахара, холестерина, избыточном весе;
- ❖ при нарушении восстановления слизистой в желудке;
- ❖ при забросе желчи в желудок и пищевод (рефлюксе);
- ❖ при повышенном газообразовании;
- ❖ при частых инфекциях;
- ❖ при увеличенной печени, жировом гепатозе;
- ❖ при изменениях в поджелудочной железе;
- ❖ при застое желчи, склонности к камням в желчном пузыре;





- ❖ при хронических запорах
- ❖ при синдроме раздраженного кишечника и нестабильном стуле;
- ❖ при нарушении сна;
- ❖ при неприятном запахе тела;
- ❖ при плохом состоянии волос, высыпаниях на коже;
- ❖ при аллергии;
- ❖ при нарушении усвоения железа и анемии.

Когда не применяется методика: при острых состояниях, во время беременности и кормления грудью, после операций с удалением внутренних органов (кроме аппендикса, матки и желчного пузыря), врожденной генетической патологии.

Рекомендации в книге не заменяют обращения к врачу для диагностики и необходимого лечения. Натуральные средства не являются лекарством. Возможна индивидуальная непереносимость.

«Система доктора Соколинского» основана на применении натуральных препаратов, усиливающих действие друг друга, коррекции питания и образа жизни.

За 90 дней курса, научим как устранить причины сбоев гармонизировать пищеварение, улучшить уровень энергии

Доктор Соколинский

Более 25 лет практики

профессор **Владимир Соколинский** (ND, MSc, BcTh), вице-президент **European Academy of Evidence-based Naturopathy**, автор 12 книг, 18 оригинальных формул нутрицевтиков. Сертифицированный эксперт по питанию (Чехия) Магистрская степень в области курортологии

- Самые полезные видео на **YouTube** канале: **«Доктор Соколинский»**





Симптомы в ЖКТ это попытка организма показать нам, что ему не нравится, чего не хватает

Каждое новое решение, каждое переживание требует расхода энергии. Мозг отвлекает на себя в режиме активного думания 25-30% всех жизненных сил. Напряжение активирует симпатический отдел вегетативной нервной системы («бей\беги»)

А гармоничная работа ЖКТ требует противоположной активности – парасимпатического отдела. Поэтому при избыточном напряжении нарушается четкость регуляции работы ЖКТ (итог – **рефлюкс, тяжесть в желудке, нарушение переваривания, раздраженный кишечник**).

Если ощутимым образом не хватает энергии, то и органы ощущают то же. Энергодефицит сказывается на обновлении клеток и восстановлении слизистых, которые работают под нагрузкой при воспалении и спазмах (итог **атрофия, метаплазия, полипы, дивертикулы**).

У организма есть компенсаторные механизмы, которые защищают от поломок: это и вещества вырабатываемые микрофлорой и синтез регуляторных нейромедиаторов прямо в ЖКТ. Но при затяжном перенапряжении система дает сбой

У нас есть технология, как экологично: безопасным и эффективным путем исправить эту ситуацию!

Причины потери энергии

Помочь с увеличением уровня энергии можно через влияние на следующие причины ее потери:

- ❖ Сбои в работе кишечника, печени
- ❖ Хроническая интоксикация
- ❖ Нарушение микроциркуляции в мелких сосудах
- ❖ Постковид
- ❖ Нарушение сна
- ❖ Нарушение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ Низкоуровневое хроническое воспаление
- ❖ Хронические инфекции
- ❖ Эмоциональное напряжение

Убедитесь сами, что это работает!



Написать эксперту
на сайте



Написать на WhatsApp
+ 420 775 720 364



Просто подождать, наладится?

Дефицит энергии + проблемы ЖКТ это еще и потеря эффективности в жизни

- ❖ Потеря концентрации, внимания требует возвращаться к одному и тому же много раз. Приходится больше работать, а результаты меньше. Вы ничего не успеваете и постоянно устали.
- ❖ Нет уверенности в своих силах – вы пропускаете возможности в жизни
- ❖ Нарушается сон – нет восстановления, круг замыкается!





Основа для улучшения самочувствия - в ЖКТ



- В пищеварительном тракте усваиваются\не усваиваются питательные вещества
- Токсины из кишечника нагружают печень и отравляют нервную систему.
- Микробные пленки условно-патогенных микробов ослабляют иммунитет

- Чтобы мы ощущали себя в ресурсном состоянии необходимо, чтобы в каждой клетке каждого органа образовывалась **энергия** в т.н. цикле Кребса - из белков, жиров и углеводов. Они поступают с пищей. Обеспечивает их расщепление до доступной для усвоения формы - пищеварительный тракт!
- Поэтому прежде всего гармонизируем микрофлору, очищаем слизистые ЖКТ, справляемся с внутренней интоксикацией и синдромом «дырявой кишки», Здоровая микрофлора синтезирует витамины группы В, нейромедиаторы для управления тонусом в ЖКТ, короткоцепочечные жирные кислоты для восстановления слизистых и питания нервных клеток.

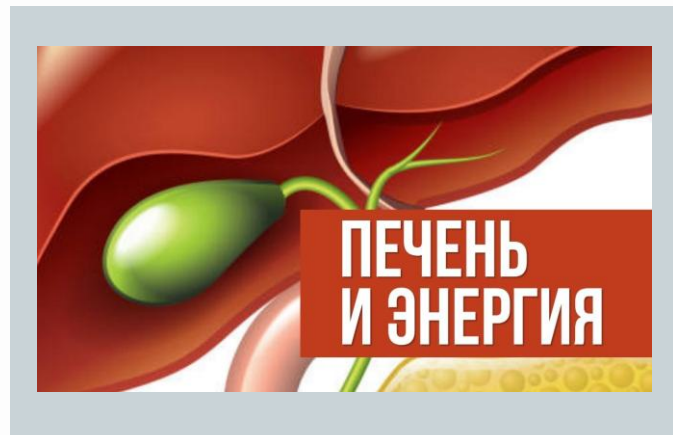
Нормализуем стул, устраним застой желчи, этим поможем печени лучше работать. Все в системе!

Печень синтезирует до 25% тепла в теле!

Частые проблемы: жировой гепатоз, фиброз, последствия приема лекарств, застой желчи,

- ❖ Печень это **естественный фильтр**. В нее кровь попадает из кишечника, приносит с собой все, что было усвоено: полезное и не очень, чтобы потом провести эти вещества через две фазы детоксикации и далее кровь перенесет питание ко всем органам.
- ❖ В печени: **запасается энергия** в виде гликогена, образуется **холестерин**, (из которого получается энергия в клетке, синтезируются половые гормоны), здесь идет **обмен железа**, вырабатывается тирозин – источник для **дофамина** (нейромедиатор для мотивации и тонуса) и для **гормонов щитовидной железы** (регулируют скорость обмена веществ). Печень контролирует **синтез серотонина** – (нейромедиатора «счастья»)
- ❖ При жировом гепатозе нарушается чувствительность клеток к инсулину. Нарушен обмен глюкозы. В итоге – недостаток энергии в клетках, повреждение сосудов, вялотекущее воспаление, лишний вес.
- ❖ Печень вырабатывает желчь, для расщепления жиров (источник энергии и основа оболочек клеток).

Посмотрите
ВИДЕО



Мы помогаем работать печени одновременно с поддержкой кишечника.

Если это делать иначе, сохранится энтерогепатическая циркуляция токсинов

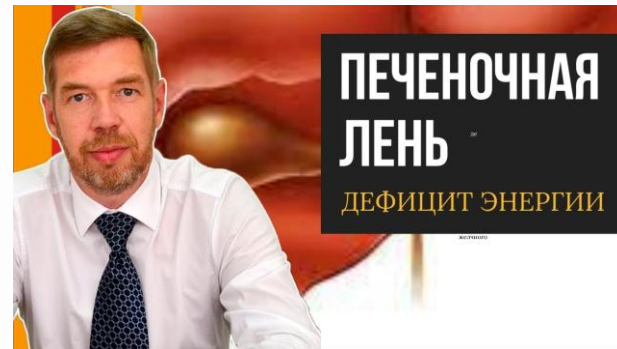
«Печеночная лень»

При серьезных повреждениях печень не обезвреживает аммиак из кишечника, и он повреждает нейроны головного мозга.

Мягкая и обратимая форма – «печеночная лень» встречается повсеместно, похожие симптомы есть и при повышенном билирубине, и при постковиде.

Симптомы энергодифицита, связанного с печенью:

- сонливость днем и бессонница ночью
- заторможенность в реакциях, апатия
- повышенная немотивированная раздражительность
- снижение памяти и внимания
- суетливость и быстрая потеря энергии после краткого напряжения



**в программе первого месяца
печень поддерживают:**

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс

Застой желчи

В течение дня печень выделяет до 1 литра желчи. Если сложилось три неблагоприятных фактора: нарушение работы печени, нарушение тонуса желчного пузыря, повышенное давление в 12-перстной кишки из-за нарушенной микрофлоры, то желчь будет более густой и выделяться не вовремя.

Нарушение движения желчи:

- нарушение переваривания жиров
- нарушение усвоения питательных веществ и витаминов (Д,А,Е), омега-3 кислот и других жирорастворимых веществ
- запор или диарея
- заброс желчи в желудок и поддержка эрозивного гастрита
- повышенная немотивированная раздражительность
- риск панкреатита

При камнях в желчном пузыре важно проконсультироваться

Посмотрите
ВИДЕО



в программе первого месяца
структуру желчи поддерживают:

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс
- Свободиум
- можно добавить Магник

Перезагружаем микрофлору

Триллионы бактерий внутри нас могут быть нахлебниками и врагами или начинают приносить пользу. Это наш выбор!

С микробными пленками связано повышенное газообразование, рефлюкс, спазмы, нарушение стула, бесконечное повторение инфекций, риск образования камней, они – основа для аутоиммунных нарушений

Полезные микроорганизмы утилизируют аммиак, другие потенциальные токсины для нервной системы.

Дружественная микрофлора вырабатывает для мозга – витамины группы В, ГАМК, дофамин, ацетат, участвует в обмене холестерина и сахара. Защищает слизистые от воспаления, чем способствует нормальному усвоению питательных веществ.

Восстановление дружественной микрофлоры это не просто прием пробиотиков. При повышенном газообразовании, повреждении слизистой нужно начинать с подавления недружественной или «бесполезной» микрофлоры и коррекции питания. Создание здорового разнообразия занимает от 3-х месяцев.

Посмотрите
ВИДЕО



Подробнее о микробных пленках
[на сайте](#)

Синдром «дырявой кишки»

Проявления: повышенное газообразование, нарушение стула, дивертикулез.

Синдром повышенной эпителиальной проницаемости в кишечнике это микровоспаление при нарушенной микрофлоре. Является основой для аутоиммунных нарушений (в т.ч. ревматоидного артрита, тиреоидита, псориаза). Он же провоцирует развитие жирового гепатоза и диабета, хронической усталости.

Избавиться от синдрома «дырявой кишки» очень важно, чтобы в кровь не попадали токсины – липополисахариды бактерий.

Мы восстанавливаем кишечный барьер за счет устранения микробных пленок, противовоспалительных возможностей дружественной микрофлоры и растительных экстрактов с регенерирующими и противовоспалительными свойствами.

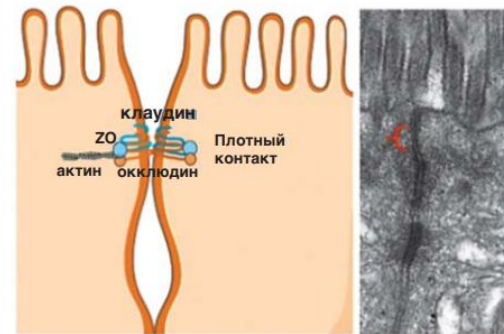
В программе первого месяца на микробные пленки в комплексе влияют:

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс
- Свободиум
- Баланса Адвансед Пробиотик

Возможное улучшение по самочувствию и по анализам – за месяц!

Посмотрите
ВИДЕО

Рис. 3. Плотные контакты (схема слева, микрофотография справа).



Подробно о микробных пленках
[на сайте](#)

Что скрывается за вздутием живота

Последствия повышенного газообразования: рефлюкс, тяжесть в желудке, нагрузка на сердце

Синдром избыточного бактериального роста (СИБР, SIBO) – это опасное состояние, когда обычно малочисленные бактерии из нижних участков пищеварительного тракта начинают увеличиваться в численности, перенаселяя тонкую кишку. Это может быть практически любой тип бактерий.

При повышении давления в 12-перстной кишке из-за газов, желчь хуже выделяется, пища медленнее покидает желудок. Это поддерживает заброс желчи в желудок и кислоты в пищевод, почти всегда – нарушение стула.

При **синдроме раздраженной кишки** повышенное газообразование вызывает боли и оно связано не только с нарушением микрофлоры, но и с нарушением регуляции перистальтики со стороны нервной системы. В Dr.Sokolinskiy naturopathic system есть глубокая [программа при СРК](#).

В программе первого месяца на газообразование влияют:

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс
- Свободиум

Посмотрите
ВИДЕО



Подробнее о СИБР
[на сайте](#)

Восстановление должно быть в системе

- ❖ Используем натуральные средства для гармонизации состояния кишечника, печени, детокса, обычно в первый месяц это Dr.Sokolinskiy naturopathic formula #1
Варианты:
если есть рефлюкс
если синдром раздраженного кишечника
подобрать индивидуальную программу
- ❖ Корректируем питание. При заказе программы рекомендации пришлем в подарок
- ❖ Обращаем внимание на качество сна, уровень эмоционального напряжения. Если актуально – советуемся как исправить
- ❖ Гармонизируем питьевой режим (не менее 1 литра чистой воды) и физическую активность (хотя бы ежедневные прогулки)

Посмотрте
ВИДЕО



Улучшение работы кишечника и печени быстро укрепляет организм

Программа для
работы с ЖКТ

НАЧИНАЕМ С ЖКТ
ДЕТОКС. СЛИЗИСТЫЕ. МИКРОФЛОРА



4 НАТУРАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА **4** УПАКОВКИ **30** ДНЕЙ

Четыре натуральных средства вместе это мощная комплексная стратегия!

Сочетание высокотехнологичных ингредиентов

Экспертный уровень, исключающий возможность ошибки пользователя при приеме.

Пошаговая программа приема выгодно отличает метод от хаотичного приема отдельных нутрицевтиков.

100% натуральный состав.



Dr. Sokolinskiy naturopathic
formula 1 - программа первого месяца
[на сайте](#)

Восстанавливаем слизистые

Трансперикум 60 капс (на месячный курс):

Состав: берберин, артемизин, эпигаллокатехин-3-галлат (EGCG extract), фолиевая кислота, протеолитический и противовоспалительный фермент папаин.

- ❖ Эпителий протективное средство: работа с микробными пленками, открывает возможности для активизации дружественной микрофлоры,
- ❖ Эпигенетическое средство – профилактика риска проявления предрасположенностей к нарушениям из-за неблагоприятных условий жизни
- ❖ Метаболический корректор – улучшение обмена углеводов и жиров
- ❖ Гепатопротектор – поддерживает восстановление клеток печени и структуру желчи



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования эффективности ингредиентов

1. Effect of berberine on Staphylococcus epidermidis biofilm formation, Xiaoqing Wang, Xiao Yao, PMID: 19157797
2. Combinatorial liposomes of berberine and curcumin inhibit biofilm formation and intracellular methicillin resistant Staphylococcus aureus infections and associated inflammation, Eshant Bhatia, Shivam Sharma, PMID: 33392614
3. Ye Y, Liu X, Wu N, Han Y, Wang J, Yu Y, Chen Q. Efficacy and Safety of Berberine Alone for Several Metabolic Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Clinical Trials. 2021 PMID: 33981233
4. Och A, Podgórski R, Nowak R. Biological Activity of Berberine-A Summary Update. 2020 PMID: 3319825.
5. Artemisia princeps Inhibits Growth, Biofilm Formation, and Virulence Factor Expression of Streptococcus mutans, Yang Yang , Eun-Hee Hwang, PMID: 31021282
6. Artemisia Princeps ингибирует образование биопленки и экспрессию фактора вирулентности устойчивых к антибиотикам бактерий, Чой Н.Ю., Кан С.Ю., Ким К.Дж. PMID: 26247012
7. Artemisinins, new miconazole potentiators resulting in increased activity against Candida albicans biofilms, Kaat De Cremer , Ellen Lanckacker , PMID: 25367916
8. Green tea extract and its major constituent epigallocatechin-3-gallate inhibit growth and halitosis-related properties of Solobacterium moorei, Marie-Pierre Morin, Telma Blanca Lombardo Bedran, PMID: 25880992
9. Tea polyphenols inhibit the growth and virulence properties of Fusobacterium nucleatum, Amel Ben Lagha, Bruno Haas, PMID: 28322293
10. Potential neuroprotective properties of epigallocatechin-3-gallate (EGCG), Neha Atulkumar Singh,1 Abul Kalam Azad Mandal, PMID: 27268025
11. Inhibition effect of epigallocatechin gallate on the growth and biofilm formation of Vibrio parahaemolyticus, H Wang , H Zou, PMID: 35353911
12. Inhibition effects of low concentrations of epigallocatechin gallate on the biofilm formation and hemolytic activity of Listeria monocytogenes. Du, W.F., Zhou, M., Liu, Z.G., Chen, Y. and Li, R. (2018) Food Control
13. Epigenetic factors in atherosclerosis: DNA methylation, folic acid metabolism, and intestinal microbiota. Hou H, Zhao H. Clin PMID: 33232735
14. Anti-inflammatory and immunomodulatory properties of Carica papaya, Saurabh Pandey, Peter J Cabot, P Nicholas Shaw и соавт. PMID: 27416522
15. Immunomodulatory effect of papaya (Carica papaya) pulp and seed extracts as a potential natural treatment for bacterial stress., Amin AH, Bughdadi FA и соавт. 2019, PMID: 31571245



[Подробнее](#)

Вялотекущее хроническое воспаление и повышение энергии на уровне клеток

Куркуминум Q10 комплекс 60 капс (на месячный курс): куркумин (95% куркуминоидов: Demethoxycurcumin, Bisdemethoxycurcumin, Curcumin + Turmerin peptide), L-карнитин, Коэнзим Q10 потенцированные пиперином.

- ❖ Предупреждает воспаление на всех слизистых, в жировой ткани
- ❖ Подавляет активность грибов, бактерий, вирусов
- ❖ Защита сосудов и сердечной мышцы
- ❖ Повышение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ Повышение противоопухолевого иммунитета (в т.ч. полипы кишечника, риск опухолей поджелудочной, предстательной, молочной железы)
- ❖ Уменьшение аллергии, аутоиммунных процессов
- ❖ Воспаление в суставах, улучшение усвоения кальция

Точная дозировка, обоснованная исследованиями ингредиентов. Усвоение куркумина усилено до **30 раз** добавлением **97%** пиперина (экстракта черного перца) Максимальная **95%** концентрация действующих веществ (куркуминоидов). **120 мг** коэнзима Q10 с потенцированным усвоением в дневной дозе. Успешный опыт применения конкретного натурального препарата.



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования эффективности ингредиентов

1. Anti-inflammatory effects of oral supplementation with curcumin: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials, Jessica J A Ferguson, Kylie A Abbott, Manohar L Garg, PMID: 34378053
2. Xu XY, Meng X, Li S, Gan RY, Li Y, Li HB. Bioactivity, Health Benefits, and Related Molecular Mechanisms of Curcumin: Current Progress, Challenges, and Perspectives. Nutrients. 2018 PMID: 30347782
3. Sangouni AA, Taghdir M, Mirahmadi J, Sepandi M, Parastouei K. Effects of curcumin and/or coenzyme Q10 supplementation on metabolic control in subjects with metabolic syndrome: a randomized clinical trial. Nutr J. 2022, PMID: 36192751
4. Куркумин и его модифицированные препараты при воспалительном заболевании кишечника (ВЗК): история на данный момент и перспективы на будущее. Адхимулам Картикеян , Ким На Ён , и др., 2021, PMID: 33918207
5. Curcumin and Cancer, Antonio Giordano, Giuseppina Tommonaro, PMID: 31590362



[Подробнее](#)

Улучшаем движение пищи

Свободиум 90 капс (более чем на месяц). Источник растворимых пищевых волокон для перезагрузки микрофлоры
Связывает в кишечнике холестерин, желчные кислоты, глюкозу
Способствует лучшей структуре желчи, восстановлению слизистых в ЖКТ, нормализации стула

Наиболее доказанное в мире средство для нормализации пищеварения:

- ❖ Склонность к запору
- ❖ Склонность к диарее
- ❖ ГЭРБ
- ❖ Синдром раздраженного кишечника
- ❖ Застой желчи, камни желчного, если нет желчного пузыря
- ❖ Гастрит (особенно эрозивный)

Наша формула psyllium husk подходит даже тем, кто не смог принимать другие препараты псиллиума из-за газообразования. Может использоваться даже на фоне СИБР, Нужно всего 1-2 капсулы в день. Дополнительно всего 1 стакан воды в день. Успешный опыт применения конкретного натурального препарата.



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования эффективности ингредиентов

1. Dietary fiber in irritable bowel syndrome (Review). El-Salhy M, Ystad SO, соавт. PMID: 28731144)
2. Fiber and functional gastrointestinal disorders. Eswaran S, Muir J, Chey WD. PMID: 23545709
3. Effect of dietary fiber on constipation: a meta analysis. Yang J, Wang HP, Zhou L, Xu CF. PMID: 23326148
4. Effect of psyllium (*Plantago ovata*) fiber on LDL cholesterol and alternative lipid targets, non-HDL cholesterol and apolipoprotein B: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Jovanovski E, Yashpal S соавт. PMID: 30239559
5. Effects of psyllium on metabolic syndrome risk factors., Pal S, Radavelli-Bagatini S., PMID: 22863407
6. Fiber and prebiotics: mechanisms and health benefits., Slavin J., PMID: 23609775)



↑
Подробнее

Принимаем мультисинбиотик с цинком

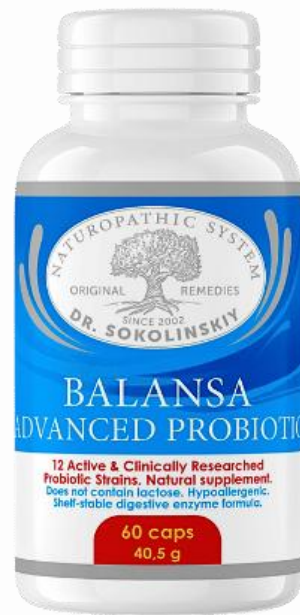
Баланса Адвансед Пробиотик с цинком 60 капс (на месячный курс): премиальный пробиотический комплекс из 12 штаммов дружественных микрокапсулированных микроорганизмов (11 миллиардов CFU): L. Fermentum ME-3 + L. acidophilus, B. lactis, L. rhamnosus, B. breve, L. bulgaricus, L. plantarum, L. casei, L. lactis, B. bifidum, S. thermophilus, L. Paracasei, инулин, цитрат цинка – 5 мг

В каждой капсуле Balansa. Advanced Probiotic находится **до 11 миллиардов колониеобразующих бактерий** сразу двенадцати активных штаммов. Это огромное количество полезных бактерий способно изменить микробиоту целого организма, произвести реактивацию дружественной микрофлоры, адаптированной к вашим условиям жизни и питания.

Технология лиофильной сушки и микрокапсулирования обеспечивает сохранение качества при комнатной температуре.

В составе в т.ч. уникальный штамм **Lactobacillus fermentum ME3** (редко встречается в пробиотических формулах) запатентован в 2006 году в Тартусском университете, на основании исследований его антиоксидантной, противовоспалительной и противомикробной активности.

Уникальность ME-3 в частности в том, что эта бактерия помогает вырабатывать сильнейший антиоксидант и детоксикант - глутатион, особенно полезна при метаболических изменениях, инсулинорезистентности, жировом гепатозе, нарушениях в сосудах и нервной ткани при постковиде и при ослабленной печени.



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования пользы пробиотиков

В состав формулы также включен **цитрат цинка**, потому что у людей с дефицитом энергии, нарушенным пищеварением, иммунитетом и обменом глюкозы, холестерина – повсеместно встречается дефицит этого минерала. Цинк входит в состав десятков ферментов и легко расходуется, из пищи может поступать недостаточно.

1. Mikelsaar M, Zilmer M. Lactobacillus fermentum ME-3 - an antimicrobial and antioxidative probiotic. PMID: 19381356
2. Pelton R. Lactobacillus fermentum ME-3: A Breakthrough in Glutathione Therapy, 2022 PMID: 36644601
3. Тренева Екатерина Вячеславовна, Булгакова Светлана Викторовна, Романчук Петр Иванович, Захарова Наталья Олеговна, Сиротко Илья Иванович Мозг и микробиота: нейроэндокринные и гериатрические аспекты // Бюллетень науки и практики. 2019. №9.
4. Брагина Таисия Владимировна, Елизарова Елена Викторовна, Шевелева Светлана Анатольевна Микробиота кишечника спортсменов// Вопросы питания. 2021. №4 (536)
5. Всемирная гастроэнтерологическая ассоциация (WGO) - WGO Practice Guideline, Probiotics and Prebiotics, 2017



↑
Подробнее

Не отдельные вещества, а система!

Как принимать правильно программу 1-го месяца

Программа
для работы
с ЖКТ

НАЧИНАЕМ С ЖКТ
ДЕТОКС. СЛИЗИСТЫЕ. МИКРОФЛОРА



4 НАТУРАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА 4 УПАКОВКИ 30 ДНЕЙ



Dr. Sokolinskiy naturopathic
formula 1 [на сайте](#)

Куркуминум Q10 комплекс + Трансперикум + Свободиум. дважды в день по 1 капсуле (с завтраком и обедом).

Вечером 2 капс. **Баланса. Адвансед Пробиотик** (не совмещая по времени с хлебом, макаронами, кашами, чаем)

Важное замечание. Если есть проблемы с засыпанием, просыпаетесь по ночам, высокий уровень психоэмоционального напряжения, тогда еще вечером добавляем Рестартиум Антистресс по 2 капс. для снижения стрессового гормона кортизола и уровня напряжения, защиты нервных клеток от оксидативного стресса.

Противопоказания

Абсолютных противопоказаний нет, компоненты имеют низкую аллергенность, но возможна индивидуальная непереносимость компонентов. Не применяем в острых состояниях и сразу после операций.

Применение не отменяет диагностики и лечения у врача. Натуральные средства не являются лекарством.

Вариант программы при рефлюксе\эрозивном гастрите



Глубокая причина рефлюкса не в том, что кислоты много или мало. И даже не неправильном питании. Организм разбалансирован в целом

При забросе желчи в желудок или кислоты в пищевод складывается несколько факторов:

- нарушение тонуса желудка и сфинктеров из-за сбоев в регуляции со стороны вегетативной нервной системы
- дисбаланс между временем покидания желудка пищей и образованием кислоты
- давление в 12-перстной кишке из-за газов

Мы можем решить проблему одновременно починив нервную регуляцию и микрофлору. Параллельно помогая слизистой восстанавливаться.



Программа при рефлюксе
и эрозивном гастрите

[на сайте](#)

Вариант программы при раздраженном кишечнике



Синдром раздраженного кишечника это одновременно проблема микро воспаления в слизистой, нарушения микрофлоры и нарушения регуляции со стороны вегетативной нервной системы

Триада симптомов – повышенное газообразование, нарушение стула, спазмы. Это всегда психосоматическое нарушение, сильно зависящее от уровня тревожности, нервного напряжения.

Облегчение при СРК возникает через снижение уровня стрессового гормона кортизола (повышенную висцеральную чувствительность), нормализацию сна (например с помощью Рестартиум Антистресс), балансировкой уровня тормозящих и активирующих нейромедиаторов (ГАМК, серотонин) через коррекцию микрофлоры. Фон – пребиотическое питание. Свободиум положительно влияет на моторику кишечника. Кроме того Трансперикум – на микробные пленки



Программа при раздраженном кишечнике [на сайте](#)

Раздраженный кишечник: понять глубже

Повышенная висцеральная чувствительность и тревожность не позволяют самому человеку расставаться с симптомами.

Подготовил в помощь подборку полезнейших видео с инструкциями. Начните им следовать или запишитесь на консультацию

Посмотрите
ВИДЕО



Подробнее о СРК
[на сайте](#)

Посмотрите
ВИДЕО

СКОЛЬКО ЧАСОВ
ДОЛЖЕН ЧЕЛОВЕК

СПАТЬ

ЧТОБЫ НЕ РАЗРУШАТЬ ЗДОРОВЬЕ?



ДОКТОР СОКОЛИНСКИЙ

Напряжение и нарушение сна = истощение организма



Избыточное образование в надпочечниках стрессового гормона кортизола мешает клеткам получать энергию из глюкозы, нарушает пищеварение, снижает иммунитет.

Недостаточно глубокий сон не позволяет нервным клеткам восстанавливаться, страдает память и внимание, выше риск сосудистых проблем, нарушена работа вегетативной нервной системы

Во время быстрого сна мозг переносит информацию из краткосрочной памяти в долговременную, в фазу медленного сна он анализирует состояние внутренних органов и дает команды об исправлении, активирует соматотропный гормон для регенерации тканей.

В Dr. Sokolinskiy Naturopathic System мы рекомендуем не только приемы коррекции стресса и улучшения качества сна, но и натуральные ингредиенты, достоверно снижающие уровень стрессового гормона кортизола.

Глубокий сон в течение минимум 7 часов в ночное время (без продолжительных просыпаний) это абсолютно необходимый фон для «техобслуживания» ЖКТ

Посмотрите
ВИДЕО

СКОЛЬКО ЧАСОВ
ДОЛЖЕН ЧЕЛОВЕК

СПАТЬ

ЧТОБЫ НЕ РАЗРУШАТЬ ЗДОРОВЬЕ?



ДОКТОР СОКОЛИНСКИЙ



Вы можете не ощущать стресс, но симптомы показывают правду

Люди по разному переносят нагрузки. Кто то так привык, что считает – справляюсь. Но организм показывает иное

При наличии одного из этих состояний стоит поддерживать нервную систему, т.к. адаптация 100% нарушена:

- повышенное давление или метеочувствительность
- не расслабиться перед сном
- рефлюкс или раздраженный кишечник
- часто рецидивы герпеса или простуды
-

Снижение уровня стрессового кортизола. Улучшение сна если необходимо

Последнее поколение стресс-протекторов. 100% натуральный состав

- ❖ Защита от переутомления
- ❖ Лучший контроль за эмоциями, без рисков привыкания
- ❖ Улучшение качества сна (глубины сна и восстановление циркадных ритмов)
- ❖ Повышение концентрации внимания
- ❖ Контроль за возможным перееданием, связанным со стрессом

Плюсы формулы Restartium Antistress

Золотые ингредиенты в психофармакологии фитотерапии: влияют на снижение уровня стрессового гормона кортизола, на концентрацию внимания, точность действий в стрессовых условиях, уменьшают напряжение и тревогу, улучшают качество сна.

В составе – **экстракт шафрана, L-триптофан, экстракт хмеля, экстракт пассифлоры**



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования ингредиентов

1. M. Muralidhara, Shinomol George, Sriranjini V. Rao, P.S. Rajini, Multiple broad spectrum Neuromodulatory effects of *Bacopa monnieri* and *Centella asiatica*: mechanistic considerations, *Ayurvedic Herbal Preparations in Neurological Disorders*, Academic Press, 2023, <https://doi.org/10.1016/B978-0-443-19084-1.00020-X>.
2. Vollala VR, Upadhya S, Nayak S. Enhancement of basolateral amygdaloid neuronal dendritic arborization following *Bacopa monniera* extract treatment in adult rats. *Clinics (Sao Paulo)*. 2011;66(4):663-71. PMID: 21655763;
3. Jackson Philippa A. , Forster Joanne , Khan Julie et all , "Effects of Saffron Extract Supplementation on Mood, Well-Being, and Response to a Psychosocial Stressor in Healthy Adults: A Randomized, Double-Blind, Parallel Group, Clinical Trial", *Frontiers in Nutrition*, 2021, DOI=10.3389/fnut.2020.606124
4. Siddiqui, S.A.; Ali Redha, A.; Snoeck, E.R. et al Anti-Depressant Properties of Crocin Molecules in Saffron. *Molecules* 2022, 27, 2076. <https://doi.org/10.3390/molecules27072076>
5. Cangiano C, Laviano A, Del Ben M, et al. "Effects of oral 5-hydroxytryptophan on feeding behavior in obese adult female subjects." *J Neural Transm*. 1989;76(2):109-17. PMID: 2468734.
6. Poldinger W, Calanchini B, Schwarz W. "A functional-dimensional approach to depression: serotonin deficiency as a target syndrome in a comparison of 5-hydroxytryptophan and fluvoxamine." *Psychopathology*. 1991;24(2):53-81. PMID: 1884090.
7. Silber BY, Schmitt JA. "Effects of tryptophan loading on human cognition, mood, and sleep." *Neurosci Biobehav Rev*. 2010;34(3):387-407. PMID: 19782187.
8. Rao A, Baskaran M, Griffiths K, et al. "The effects of a dietary supplement containing L-tryptophan and S-adenosylmethionine on sleep, emotional well-being, and stress in healthy adults: a randomized, double-blind, placebo-controlled study." *Nutrients*. 2015;7(11):8755-72. PMID: 26516890.
9. Schneider-Helmert D, Spinweber CL. "Evaluation of L-tryptophan for treatment of insomnia: a review." *Psychopharmacology (Berl)*. 1986;89(1):1-7. PMID: 3088564.



↑
Подробнее

Не отдельные вещества, а система!

Правильный магний влияет на тонус в желудке, кишечнике, желчь, энергию, сон

Морской магний и другие минералы

- необходим для реакций расщепления глюкозы и дальнейшего образования энергии в митохондриях
- защищает сосудистую стенку от повреждения, гармонизирует давление
- регулирует тонус гладкой мускулатуры в ЖКТ, перистальтику, гармонизирует кислотность в желудке
- помогает восстановить глубокий сон

Плюсы Магник

Поможет устранить дефицит магния, связанный с повышенным стрессом или избытком рафинированных продуктов при низком потреблении зеленых листовых овощей и продуктов из цельного зерна или с хроническим воспалением. При дефиците магния повышается тонус коронарных сосудов, увеличивается чувствительность к спазмам, растет сахар в крови.

Особенностью именно этой формулы является высокое содержание элементарного магния – 33% по сравнению с 11% в цитрате магния. Дополнительно содержит широкую палитру минералов т.к. получен из морской воды

Не отдельные вещества, а система!



↑
Подробнее

Исследования ингредиентов

1. Concentrations: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Curr Pharm Des.* 2017;23(31):4678-4686. doi: 10.2174/1381612823666170525153605. PMID: 28545353.
2. Veronese N, Pizzol D, Smith L et al. Effect of Magnesium Supplementation on Inflammatory Parameters: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Nutrients.* 2022 Feb 5;14(3):679. doi: 10.3390/nu14030679. PMID: 35277037
3. Simental-Mendia LE, Sahebkar A et al. Effect of Magnesium Supplementation on Plasma C-reactive Protein
3. Schwalfenberg GK., Genus SJ. The Importance of Magnesium in Clinical Healthcare. *Scientifica (Cairo).* doi: 10.1155/2017/4179326. Epub 2017 Sep 28. PMID: 29093983
4. Fang X, Wang K et al. Dietary magnesium intake and the risk of cardiovascular disease, type 2 diabetes, and all-cause mortality: a dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. *BMC Med.* 2016 Dec 8;14(1):210. doi: 10.1186/s12916-016-0742-z. PMID: 27927203
5. Zhang Y, Qiu H. Dietary Magnesium Intake and Hyperuricemia among US Adults. *Nutrients.* 2018 Mar 2;10(3):296. doi: 10.3390/nu10030296. PMID: 29498657
6. Quan Z, Li H, Quan Z, Qing H. Appropriate Macronutrients or Mineral Elements Are Beneficial to Improve Depression and Reduce the Risk of Depression. *Int J Mol Sci.* 2023 Apr 12;24(8):7098. doi: 10.3390/ijms24087098. PMID: 37108261
7. Felice VD, Hyland NP, O'Brien NM, O'Gorman DM, Bioaccessibility and Bioavailability of a Marine-Derived Multimineral, Aquamin-Magnesium 2018, PMID: 30018220
8. O'Gorman DM, Tierney CM, Brennan O, O'Brien FJ, The marine-derived, multi-mineral formula, Aquamin, enhances mineralisation of osteoblast cells in vitro 2012 PMID: 21751268



[Подробнее](#)

Получили результат в первом месяце: пищеварение улучшилось и сил стало больше? Идем дальше!

Помогаем организму работать стабильно!



Если нужны больше чем витамины для поддержки в условиях повышенных нагрузок, защита сосудов, есть проблемы в области обмена веществ

Vital Code Formula

Если нужно продолжать восстанавливать слизистые в ЖКТ (атрофия, метаплазия, полипы, дивертикулы)

Stomach & Intestinal Support Formula

Ежедневная поддержка жизненного тонуса, энергии и метаболического баланса

МОЩНАЯ ПОДДЕРЖКА
ЭНЕРГИЯ. СОСУДЫ. МЕТАБОЛИЗМ



3 НАТУРАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА 6 УПАКОВОК 60 ДНЕЙ

От уровня энергии, состояния сосудов, обменных процессов зависит и самочувствие и личная эффективность. Ингредиенты **Vital Code Formula** действуют глубже, чем витамины.

Если уже проявились признаки снижения адаптации к нагрузкам:

- ❖ хроническая усталость
- ❖ снижение энергии и концентрации,
- ❖ рост сахара и холестерина
- ❖ жировой гепатоз
- ❖ проблемы с тонусом сосудов
- ❖ есть склонность к аутоиммунным процессам, часто инфекции
- ❖ стали активно проявлять высыпания на коже



Vital Code Formula [на сайте](#)

Антивозраст. Повышение энергии. Постковид. Скорость обменных процессов. Обновление клеток

Богатый состав для поддержки высокого уровня энергии

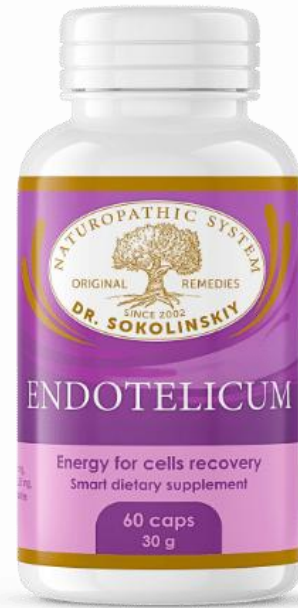
- ❖ улучшение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ защита эндотелия сосудов и нормализация их тонуса
- ❖ поддержка природных противовоспалительных механизмов
- ❖ активация процессов восстановления слизистых

Плюсы формулы Эндотеликум (Endotelicum)

Аминокислота L-карнозин. Стресс-протектор и антигипоксикант. В условиях недостаточного питания ткани и повышенных нагрузок (типичный пример – постковид, гипертензия или гипотензия, сахарный диабет, переутомление), аминокислота расширяет возможности возврата нервных клеток к норме, несмотря на повреждающий фактор, ограничивает область повреждения.

Сверхчистый дигидрокверцетин флавоноид 98% (таксифолин). Улучшает микроциркуляцию крови, понижает вязкость и снижает уровень холестерина, триглицеридов, Улучшает память, концентрацию и внимание. Уменьшает воспалительную реакцию в стенке сосудов и нервной ткани, вызванную влиянием эндотоксинов и свободных радикалов

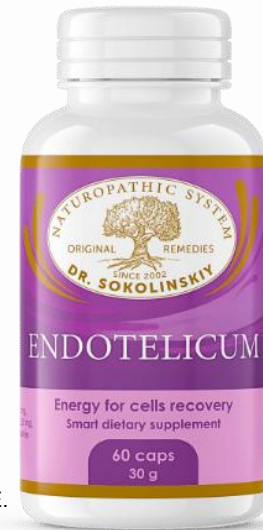
А также в составе: **стандартизированный экстракт джимнема силвестра, аминокислота ацетил-L-карнитин, экстракт астрагала, экстракт шлемника байкальского** для сосудистых и метаболических эффектов.



[Подробнее](#)

Исследования эффективности ингредиентов

1. Kohen R., Yamamoto Y., Cundy K.C., Ames B.N. Antioxidant activity of carnosine, homocarnosine, and anserine present in muscle and brain, PMID: 3362866
 2. Carnosine (β -alanyl-L-histidine) increases the efficacy of learning under conditions of oxidative stress related to the development of conditioned response with negative reinforcement, S. L. Stvolinsky, T. N. Fedorova,
 3. Differential Neuroprotective Effects of Carnosine, Anserine, and N-Acetyl Carnosine against Permanent Focal Ischemia, Jianguyong Min, Marie-Claude Senut
 4. Taxifolin inhibits amyloid- β oligomer formation and fully restores vascular integrity and memory in cerebral amyloid angiopathy, Satoshi Saito, Yumi Yamamoto
 5. Taxifolin protects RPE cells against oxidative stress-induced apoptosis
Xiaobin Xie, Jun Feng
 6. The direct evidence and mechanism of traditional Chinese medicine treatment of COVID-19
Xuedong An, YueHong Zhang,
 7. Bioavailability and Safety of Dihydroquercetin (Review)
S V Orlova, V V Tatarinov, PMID: 35194263
 8. Effect of Gymnema sylvestre Administration on Metabolic Syndrome, Insulin Sensitivity, and Insulin Secretion., Zuñiga LY, González-Ortiz M, Martínez-Abundis E. PMID: 28459647
 9. Effect of Gymnema sylvestre Administration on Glycemic Control, Insulin Secretion, and Insulin Sensitivity in Patients with Impaired Glucose Tolerance. Gaytán Martínez LA, Sánchez-Ruiz LA, Zuñiga LY, González-Ortiz M, Martínez-Abundis E.
 10. An Overview of Herb1. L-Carnitine and Acetyl-L-carnitine Roles and Neuroprotection in Developing Brain, Ferreira GC, McKenna MC., PMID: 28508995
 11. Proposal of a food supplement for the management of post-COVID syndrome, Z Naureen 1, A Dautaj, PMID: 34890036
 12. Acetyl-L-carnitine deficiency in patients with major depressive disorder. Nasca C, Bigio B и соавт. PMID: 30061399
 13. Acetyl-L-carnitine in chronic pain: A narrative review, Sarzi-Puttini P и соавт. PMID: 34500063
 14. Metabolic and phys1. Potential roles of medicinal plants for the treatment of viral diseases focusing on COVID-19: A review., Adhikari B, Marasini BP и соавт. PMID: 33037698
 15. A Review of the Pharmacological Action of Astragalus Polysaccharide, Yijun Zheng , Weiyu Ren, PMID: 32265719
 16. Astragalus polysaccharide inhibits isoprenaline-induced cardiac hypertrophy via suppressing Ca^{2+} -mediated calcineurin/NFATc3 and CaMKII signaling cascades. Dai H, Jia G, Liu X, Liu Z, PMID: 24975447
 17. Anti-Aging Implications of Astragalus Membranaceus (Huangqi): A Well-Known Chinese Tonic, Liu P, Zhao H, Luo Y., PMID: 29344421
 18. Biological active ingredients of Baicalin ameliorates neuroinflammation-induced depressive-like behavior through inhibition of toll-like receptor 4 expression via the PI3K/AKT/FoxO1 pathway. Guo LT, Wang SQ и соавт. PMID: 31068207
 19. Traditional Chinese herb Astragalus membranaceus on treatment of diabetes: a systematic review. Zhang K, Pugliese M, Pugliese A, Passantino A. PMID: 25723453
- biological differences between zero-flow and low-flow myocardial ischemia: effects of L-acetylcarnitine, Paulson DJ, Schmidt MJ и соавт., PMID: 6508713



Подробнее

Укрепляем оболочки клеток, сосуды

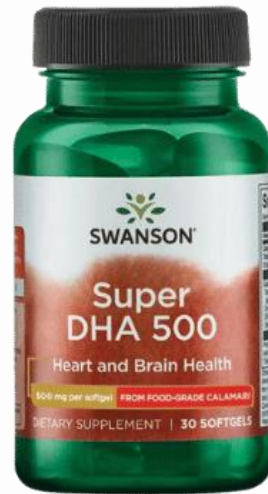
Омега-3 (ЭПК и ДГК) обладают непревзойденным метаболическим эффектом, восстанавливают оболочки клеток, останавливают вялотекущее воспаление, улучшают структуру крови.

Механизм действия:

- ❖ Конкуренция с вызывающей воспаление арахидоновой кислотой
- ❖ Защита оболочек клеток
- ❖ Противодействие образованию тромбов
- ❖ Снижение триглицеридов (жиров в крови)
- ❖ Гепатопротектор, нейропротектор
- ❖ Улучшает состояние при депрессии, астении

Плюсы нашей формулы Омега-3

Исследования показывают, что для поддержки сердца, сосудов, улучшения работы мозга и зрения большой эффект дает определенная омега-3 кислота. Она называется ДНА (докозогексаеновая кислота). Ее необходимо принимать 300–600 мг в день. В 1 капсуле Super DHA 500 мг. Это редкость. Данный продукт позволяет принимать всего 1 капсулу в день.

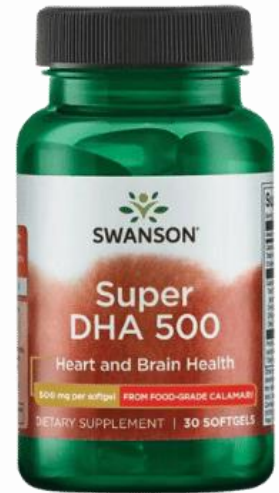


[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Исследования эффективности

1. Sinha S, Haque M, Lugova H, Kumar S. The Effect of Omega-3 Fatty Acids on Insulin Resistance. PMID: 37374105
2. El-Fayoumi SH, Mahmoud AAA, Fahmy A, Ibrahim IAAE. Effect of omega-3 fatty acids on glucose homeostasis: role of free fatty acid receptor PMID: 32388601.
3. Albracht-Schulte K, Kalupahana NS, Ramalingam L, Wang S, Rahman SM, Robert-McComb J, Moustaid-Moussa N. Omega-3 fatty acids in obesity and metabolic syndrome: a mechanistic update. PMID: 29621669
4. Dighriri IM, Alsubaie AM, Hakami FM, Hamithi DM, Alshekh MM, Khobrani FA, Dalak FE, Hakami AA, Alsueaadi EH, Alsaawi LS, Alshammari SF, Alqahtani AS, Alawi IA, Aljuaid AA, Tawhari MQ. Effects of Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids on Brain Functions: A Systematic Review. PMID: 36381743
5. Nursyifa Fadiyah N, Megawati G, Erlangga Luftimas D. Potential of Omega 3 Supplementation for Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): A Scoping Review. PMID: 35431568
6. McEwen BJ, Morel-Kopp MC, Tofler GH, Ward CM. The effect of omega-3 polyunsaturated fatty acids on fibrin and thrombin generation in healthy subjects and subjects with cardiovascular disease. PMID: 25703517.



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Последствия вируса часто влияют на уровень энергии

Считается, что 35% переболевших ковидом так и не выходят на прежний уровень работоспособности из-за тех или иных проблем

Источники:

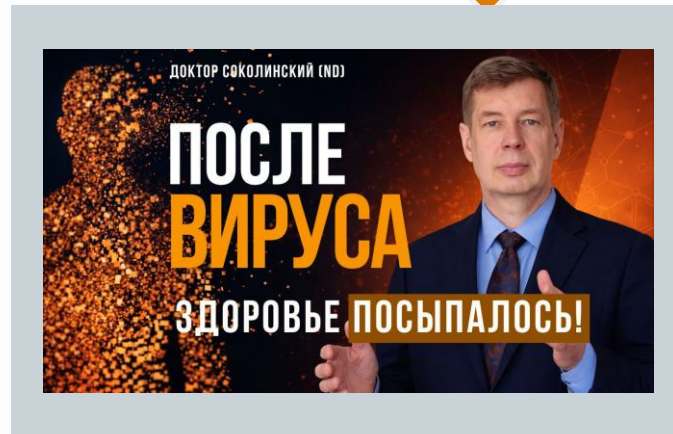
1. Kotova OV, Akarachkova ES. Asthenic syndrome in the practice of a neurologist and a family doctor practice. *Ross. Med. Zh.* 2016;13:824–829.
2. COVID-19 rapid guideline: managing the long-term effects of COVID-19. *NICE Guideline, No. 188*

Вирус повреждает внутреннюю оболочку сосудов. Возникает микротромбоз и микроваскулит. А питание любого органа зависит от сосудов. Вируса уже нет а микровоспаление запущено. Оно длится до года. Процесс может повреждать любые органы.

Очень слабого воспаления в макроглии вокруг нейронов достаточно, чтобы было нарушение сна, тревожность, астения, снижение памяти.

Vital Code Formula **включает ингредиенты для более быстрого восстановления при постковиде**

Посмотрите
ВИДЕО



Устраняем инсулинорезистентность

- ❖ На фоне хронического эмоционального напряжения и длительно нарушенной микрофлоры часто растет уровень глюкозы в крови, а клетка не может ее усвоить.

В итоге в клетке не синтезируется достаточно энергии. А избыточная глюкоза в крови связывается с гемоглобином. Образуется гликированный гемоглобин. Он повреждает сосуды. Особенно это критично для головного мозга и сердца.

Так развивается вялотекущее хроническое воспаление в тканях, жировой гепатоз в печени. А о роли печени для уровня энергии мы уже говорили

Причины инсулинорезистентности:

- ❖ Сидячий образ жизни • Высококалорийное питание • Хронический стресс • Хроническое микробное воспаление • Постковид

Мы можем с этим эффективно работать с помощью Vital Code Formula

Посмотрите
ВИДЕО



Растет сахар, холестерин, вес?
[Пройдите тест](#)

Как принимать программу второго и третьего месяцев?

МОЩНАЯ ПОДДЕРЖКА
ЭНЕРГИЯ. СОСУДЫ. МЕТАБОЛИЗМ



**3 НАТУРАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА** **6 УПАКОВОК** **60 ДНЕЙ**

Эндотеликум 2 раза в день по 1 капсуле с едой (или сразу 2 капсулы утром).

Магник по 1 капсуле 2 раза в день перед едой (или сразу по 2 капсулы вечером)

В удобное время **SuperDHA** по 1 капсуле.

В зависимости от исходного состояния пищеварения и качества микрофлоры мы можем также продолжить прием Свободиум или перейти на НутриДетокс, а также еще в течение месяца продолжить АльфаБаланс Премиум Пробиотик

Если есть проблемы с сердцем, холестерином, питанием нервной ткани добавьте [LipoO10](#)

При артрите и других воспалительных процессах: добавьте [Curcuminum Q10 complex](#)

❖ Всегда удобно посоветоваться с консультантом



Vital Code Formula [на сайте](#)

Продолжение первого месяца для восстановления слизистых в ЖКТ

ПРОГРАММА

ПРИ АТРОФИИ, МЕТАПЛАЗИИ,
ПОЛИПАХ, ДИВЕРТИКУЛАХ



4 НАТУРАЛЬНЫЕ
СРЕДСТВА 7 УПАКОВОК 60 ДНЕЙ

При атрофии, метаплазии в желудке или полипах и дивертикулах в кишечнике поддержка слизистых должна быть более продолжительной. Программа **Stomach & Intestinal Support Formula** рассчитана на 2 месяца

Натуральная альтернатива пассивному наблюдению после выявления проблемы. Может совмещаться с лечением у гастроэнтеролога.

Главная задача **при атрофии и метаплазии в желудке** – длительно поддерживать благоприятные условия для обновления слизистой, что обеспечивает противоопухолевый потенциал

Главная задача **при полипах в кишечнике и дивертикулах** – гармонизировать стул и микрофлору, так чтобы контакт с токсическими веществами у слизистой был минимальным, патогены не поддерживали воспаление, а дружественные микроорганизмы вырабатывали короткоцепочечные жирные кислоты для "починки слизистой": бутират и ацетат.



Stomach & Intestinal Support Formula
[на сайте](#)

Ежедневная простая поддержка здорового питания

Зеленый коктейль с хлорофиллом для очищения слизистых и улучшения пищеварения + аминокислоты, витамины, минералы

- ❖ Увеличивает количество растительных волокон в рационе
- ❖ Поддерживает пребиотическое питание – нормализацию микрофлоры
- ❖ Оптимизирует моторику желудка и кишечника
- ❖ Легкий способ получать хлорофилл, витамины и минералы из пищи
- ❖ Используется для коррекции избыточного и недостаточного веса

Плюсы формулы НутриДетокс (NutriDetox)

Легко добавить НутриДетокс в овощной смузи или выпить с водой. Естественный детокс происходит через лучшее усвоения полезных веществ в ЖКТ и нормализацию стула. Экономично! Одной упаковки достаточно на 2 месяца. Опыт применения формулы с 2002 года.



[Подробнее](#)

Не отдельные вещества, а система!

Информация об основных ингредиентах

Спирулина — микроводоросль с содержанием аминокислот более 60%, а также: гамма-линоленовой кислоты (GLA), альфа-линоленовой кислоты (ALA), линолевой кислоты (LA), стеариновой кислоты (SDA), эйкозапентаеновой кислоты (EPA), докозагексаеновой кислоты (DHA). Витамины B1 (тиамин), B2 (рибофлавин), B3 (никотинамид), B6 (пиридоксин), B9 (фолиевая кислота), витамин C, витамин D, витамин A и витамин E.

Спирулина – это также источник хлорофилла, калия, хрома, кальция, меди, железа, марганца, магния, фосфора, натрия, селена и цинка. Она содержит множество пигментов, таких как бета-каротин, зеаксантин, хлорофилл типа А.

Хлорелла - уникальная микроводоросль, являющаяся источником хлорофилла, каротина, витамина B1, B2, B6, B12, C, провитамина D, K, PP, E, фолиевой кислоты, биотина. Сухая биомасса водоросли содержит до 55% белка, 30–35% углеводов (причем, большая часть являются пищевыми волокнами), до 10% липидов (80% из них – ненасыщенные жирные кислоты), более 10% минеральных веществ.

Способствует выведению тяжелых металлов (ртути, мышьяка, свинца, алюминия и пр.), очищению слизистых пищеварительного тракта. Хлорофилл активизирует регенеративные процессы, укрепляет иммунитет, поддерживает рост дружественной микрофлоры и работу лимфоидного аппарата кишечника,

Хлорофилл в составе спирулины и хлореллы способствует активизации клеточного дыхания, обновлению клеток, нормализации противовирусного, противоопухолевого, противомикробного иммунитета. Помогает снижению аллергической настроенности, нормализует обмен веществ, гормональный фон.

Исследования:

1. Bito T, Okumura E, Fujishima M, Watanabe F. Potential of Chlorella as a Dietary Supplement to Promote Human Health. *Nutrients*. 2020, PMID: 32825362
2. Subramoniam A, Asha VV, Nair SA, Sasidharan SP, Sureshkumar PK, Rajendran KN, Karunagaran D, Ramalingam K. Chlorophyll revisited: anti-inflammatory activities of chlorophyll a and inhibition of expression of TNF- α gene by the same. *Inflammation*. 2012, PMID: 22038065.



↑
Подробнее

Есть два пути, как двигаться

начать курс самостоятельно

Начать применять методику с улучшения ЖКТ и микрофлоры

кратко посоветоваться с экспертом по WhatsApp по схеме приема наших препаратов



Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 1



с профессором Соколинским (ND)

Начать с расширенной видео консультации!
WhatsApp\Telegram\Zoom.

заполнить анкету\прислать анализы
\получить индивидуальную программу



КОНСУЛЬТАЦИЯ



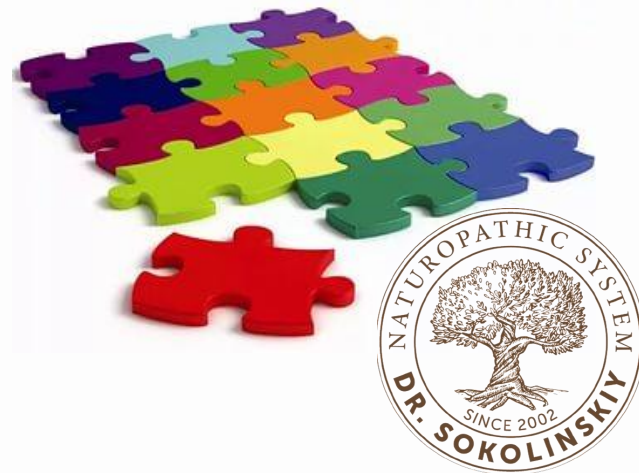
В СЛУЧАЕ ОСТРЫХ БОЛЕЙ ИЛИ ДРУГОГО НЕОТЛОЖНОГО СОСТОЯНИЯ – ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ. ПРИ НАЛИЧИИ ХРОНИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ МЫ УМЕЕМ КОМБИНИРОВАТЬ НАТУРАЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ С ЛЕКАРСТВАМИ И УЧИТЫВАЕМ ДИАГНОЗ, ДАННЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ. НАШИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ – НЕ ЛЕКАРСТВА. ВОЗМОЖНА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ

Какие натуральные препараты рекомендует доктор Соколинский?

Натуральные средства, рекомендуемые для курса – авторские. Они созданы за 25 лет практики доктора. Им нельзя подобрать аналоги, поскольку это не набор случайных препаратов, а целостная Система!

- ❖ 100% натуральные, дополняют друг друга
 - ❖ содержат вещества, которые требуются для решения конкретной физиологической задачи восстановления работы органа
 - ❖ есть **научные исследования**, подтверждающих механизм действия ингредиентов
 - ❖ наша **многолетняя практика** подтверждает хорошие отзывы по удобству приема, отсутствию нежелательных реакций
- Произведены в ЕС (Чехия). Под авторским контролем. Имеют достаточные сроки годности. Проверены на правильное сочетание между собой. Производятся специально для «Системы доктора Соколинского» семейной компанией с историей от 1986 года

Эти препараты можно заказать на официальном сайте Европейского центра - www.sokolinskycenter.com



Почему у Вас могло раньше не получаться?

- ❖ не проведена коррекция психосоматики: осталось высоким влияние кортизола, эмоций, возможно нарушен сон
- ❖ лечение влияло на один орган вместо того, чтобы учитывать их совместную работу
- ❖ подавляли симптомы, не удалось устранить причины проблем
- ❖ было хаотичное или избыточное использование натуральных средств или лекарств, которое разбалансировало организм
- ❖ не работали эффективно с детоксом, коррекцией микрофлоры в т.ч. с микробными пленками

Посмотрте
ВИДЕО



Консультация

Расширенная консультация у автора методики профессора Владимира Евгеньевича Соколинского (ND). Дистанционно. В режиме видеозвонка.

- ❖ Выделим ключевые моменты, из-за которых падает энергия и нарушается пищеварение: в результатах обследования, питания, образе жизни
- ❖ Гармонизируем питание
- ❖ Обратим внимание на коррекцию внутреннего напряжения и сна
- ❖ Подберем идеальную персонализированную схему использования нутрицевтиков с учетом всех особенностей
- ❖ Натуропатический подход подразумевает то, что мы не занимаемся отдельными симптомами, а восстанавливаем естественную работу органов, нарушенную неправильным питанием, интоксикацией, стрессом и др.

Уникальность такой консультации: системный подход одновременно через нутрицевтики и питание и психологию у одного специалиста с предварительным грамотным анализом ситуации



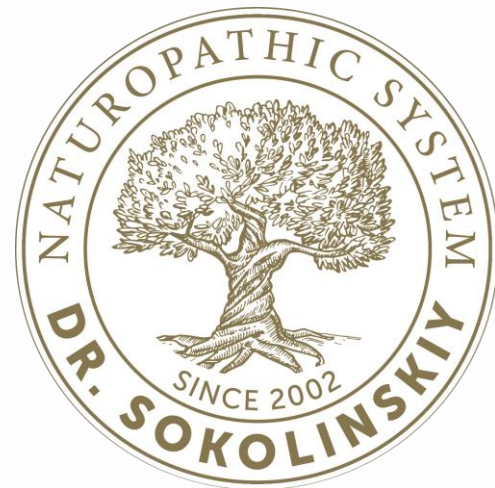
Анкета для консультации
[на сайте](#)

Дисклеймер

В соответствии с Директивой ЕС 432/2006 натуральные продукты считаются пищевыми добавками, а не лекарственными средствами. 100% натуральный продукт. Данный продукт поддерживает нормальные физиологические функции организма и не предназначен для лечения заболеваний.

Результаты могут отличаться у разных людей. Эти утверждения не были оценены Управлением по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов (FDA).

Информация, представленная на данном сайте, носит исключительно образовательный характер и не является медицинской рекомендацией.



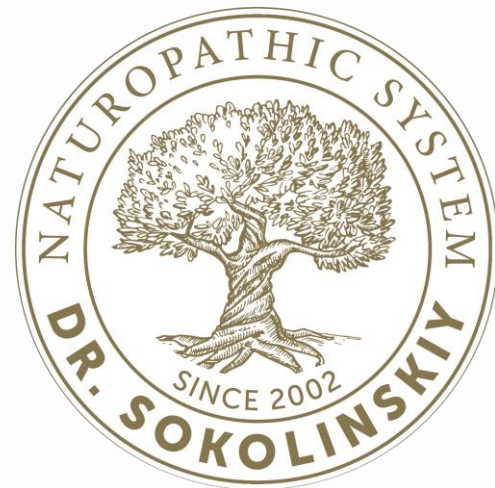
Начать с бесплатной краткой консультации

Пока недостаточно информации?

Клинический нутрициолог сможет ответить на Ваши вопросы о грамотном применении методики в Вашем случае

Для этого нужно понимать особенности состояния и задачи

[Пройдите тест для краткой консультации](#)

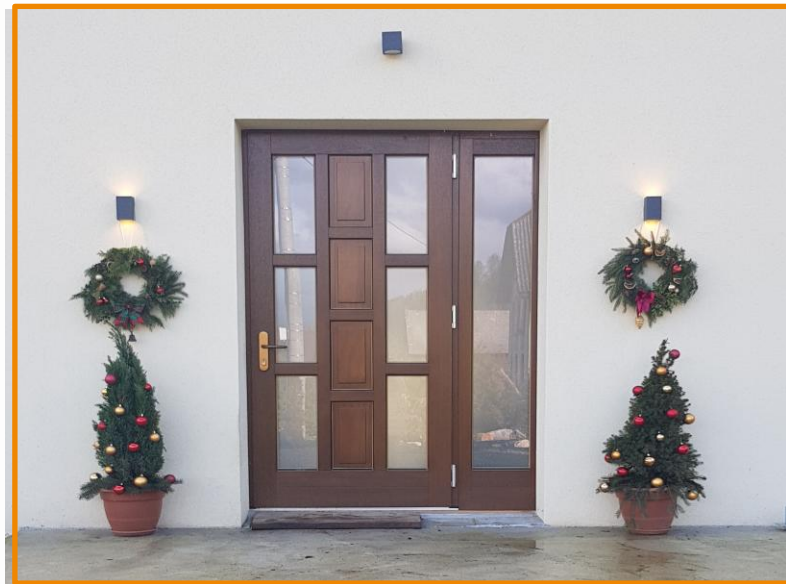


КОНТАКТЫ

Sokolinskycenter s.r.o.

Lyčkovo náměstí 508/7, Praha, PSČ 186 00
IČ (identification number): 02105390

Кабинет доктора Соколинского расположен
в Есеницких горах (Чехия).



Канал «Доктор Соколинский»

о здоровье профессионально и понятным языком



Написать эксперту
на сайте



Написать на WhatsApp
+ 420 775 720 364

