

Bioško gledano je vaše telo unikat

Ste se kdaj vprašali, zakaj nekaterim ljudem uspe shujšati z upoštevanjem neke konkretne diete, drugim pa ne? Zakaj nekatere ljudi nenehno mučijo zdravstvene ali starostne težave, medtem ko drugi uživajo zdravje in vitalnost do pozne starosti?

Biokemična sestava ene same kapljice vaše krvi je prav tako edinstvena kot vaš prstni odtis. Vaša krvna skupina je ključ do nešteti načinov, ki tvorijo vašo biokemično edinstvenost. Mnoga živila in prehranski dodatki vsebujejo specifične beljakovine, imenovane *lektini*, ki reagirajo z vašimi celicami glede na vašo krvno skupino. To pojasni, zakaj so nekatere hranilne snovi za celice ene krvne skupine koristne, za celice neke druge krvne skupine pa škodljive. Če iščete »piko na i« v prehrani ali si prizadevate doseči naslednjo raven, ko gre za nivo vaše energije ali rezultate, vam podatek o vaši krvni skupini lahko odpre povsem nov svet zdravih rešitev, specifično prilagojenih posebej za vas.

Raven energije

Mnoge popularne naravne učinkovine, ki veljajo kot »energetske«, lahko v resnici aktivirajo eno osebo, medtem ko lahko taista učinkovina pri nekom drugem povzroči zaspanost in izčrpanost. Kako ugotoviti, katere snovi imajo največji pozitivni učinek na vas? Odgovor se morda skriva v vaši krvni skupini.



Sposobnost koncentracije in jasnost mišljenja

Nekatera popularna zelišča in hranila za »možgane in um« pri nekaterih ljudeh povzročajo »meglo v glavi« ali pomanjkanje koncentracije! Ali so vsa zelišča in vitamini, ki jih uživate, pravi za vas?



Obvladovanje stresa

Pionirsko delo Dr. Petra D'Adama razkriva, da se različne krvne skupine različno odzivajo na iste stresne dejavnike. Prehrana in dodatki, prilagojeni vaši krvni skupini, vam lahko pomagajo, da boste lažje obvladali učinke občasnega stresa.



Hujšanje

Paradoksalno mnogi izdelki za hujšanje vsebujejo sestavine, ki lahko povzročijo, da se boste zredili namesto da bi shujšali. Ko ugotovite, katero krvno skupino imate, ugotovite tudi učinek teh sestavin na vaše telo.



S tem, ko poznate in upoštevate vašo krvno skupino, imate pomembno prednost pri izboru optimalne hrane in dodatkov, kar bistveno vpliva na vaše zdravje in dobro počutje.

Prehranski dodatki posebej za vas

Multivitamini *Polyvite®* *Right 4 Your Type*



Edina multivitaminska formula, ki upošteva vaše individualne potrebe. Multivitamini *Polyvite®* so specifično zasnovani za vsako krvno skupino posebej tako, da telesu dovajajo optimalno količino vitaminov in zeliščnih součinkovin, ki se v organizmu učinkovito asimilirajo.

Multiminerali *PhytoCal®* *Right 4 Your Type*

Dr. D'Adamo je razvil štiri različne mineralne formule, ki vsebujejo edinstveno strukturo in medsebojno razmerje mineralov, skladno s potrebami posamične krvne skupine. Osnovo vseh *PhytoCal®* mineralnih formul predstavlja edinstven naravni vir kalcija z visoko biorazpoložljivostjo in odličnim izkoristkom.



Proteinske mešanice *Right 4 Your Type*



Proteinski dodatki k prehrani niso enaki za vse, saj niso vsi viri beljakovin primerni za vsako telo. Proteinske mešanice *Right 4 Your Type®* so najboljše beljakovinsko gorivo sploh, in telo jih hitro absorbira. Same po sebi so brez okusa in se z lahkoto raztopijo v vsaki tekočini.

Če poznate svojo krvno skupino in svojo prehrano in način življenja ustrezno prilagodite tako, da upoštevate priporočila, ki so rezultat obsežnega raziskovalnega dela na področju genetike in krvnih skupin, lahko bistveno izboljšate svoje zdravje, vitalnost in psihično ravnovesje.

Ne veste, katero krvno skupino imate?

S preprostim testom za ugotavljanje krvne skupine na domu boste izvedeli odgovor že v nekaj minutah.

<http://www.nutrigenomika.info>
slovenija@right4eu.com

Blokatorji lektinov *Deflect®* *Right 4 Your Type*



Mnoga živila vsebujejo lektine, ki pri posamičnih krvnih skupinah povzročajo različne nezaželene reakcije, simptome in bolezenska stanja, ter dražijo prebavni trakt. Ker so različne krvne skupine občutljive na različne lektine, so izdelki *Deflect®* specifično prilagojeni vsaki krvni skupini posebej.

Med drugim so učinkoviti pri hujšanju, izboljšujejo presnovo in pomagajo vzdrževati celovito delovanje prebavnega sistema. Specifične formule *Deflect®* predstavljajo vir prostih ogljikovih hidratov, ki blokirajo učinke lektinov v hrani, preden le-ti povzročijo težave (porušeno ravnovesje v črevesni flori, poroznost črevesa, motnje v delovanju imunskega sistema, preobčutljivosti na hrano, sistemska vnetja, odpornost na insulin), hkrati pa tudi odstranjujejo lektine, ki so se na telesno tkivo prilepili v preteklosti. Poleg tega izdelki *Deflect®* predstavljajo tudi odlični vir topnih in netopnih vlaknin.

Probiotične formule *PolyFlora®* *Right 4 Your Type*

Mnoge bakterije v našem prebavnem traktu se v bistvu najraje hranijo z našo krvno skupino. Kadar so bakterije v telesu v ravnovesju z našo krvno skupino, se to kaže kot zdrava prebava in uravnoteženo delovanje imunskega sistema. Uporaba ekološko pridelanih, svežih, suho zamrznjenih koristnih hranil, ki so osnova za gojenje bakterij, omogoča, da probiotične formule *PolyFlora®* zadovoljujejo specifične, individualne potrebe posamične krvne skupine. Poleg ustrezne hrane vsaka formula *PolyFlora®* vsebuje deset skrbno izbranih, dragocenih vrst telesu prijazne flore v ustreznih medsebojnih razmerjih v podporo prebavnemu traktu posamične krvne skupine.



Formule za vse krvne skupine

Večina izdelkov, ki jih je razvil Dr. D'Adamo, je prilagojena prehranskemu profilu posamičnih krvnih skupin. Dr. D'Adamo pa je razvil tudi preko 30 optimiziranih formul, primernih za vse krvne skupine. Ti izdelki vsebujejo optimalne kombinacije rastlinskih izvlečkov in hranil, skupnih vsem krvnim skupinam, ob tem pa ne vsebujejo sestavin, ki bi bile za vas lahko škodljive.

Razlika je očitna.

Vpliv krvne skupine

Vaša krvna skupina določa vaš izbor hrane, prednosti in izzive vašega ustroja, ključ do zdravega hujšanja, prehranske dodatke ter najučinkovitejšo telesno vadbo za optimalno zdravje, počutje in telesno kondicijo.

Izbor hrane

Raziskave Dr. D'Adama razvrščajo živila v tri kategorije:

Zelo koristna živila – hranijo celice in delujejo kot katalizatorji v procesih zdravljenja.

Škodljiva živila – vsebujejo lektine, ki povzročajo škodljive reakcije v krvi.

Nevtralna živila – niso niti »zelo koristna« niti »škodljiva«.



Prednosti in izzivi

Ali se vaša krvna skupina nagiba k robustnemu prebavnemu sistemu in močnemu imunskemu sistemu, ali pa gre za občutljiv prebavni trakt in imunski sistem, ki je bolj dovzeten za okužbe z virusi?



Ključ do zdravega hujšanja

Za vsako krvno skupino obstaja specifičen seznam »škodljivih« živil, ki lahko povzročijo nalaganje odvečne maščobe, kot na primer meso in mlečni izdelki pri krvni skupini A, in pšenica in koruza pri krvni skupini O.



Prehranski dodatki

Za krvno skupino B so zlasti koristni magnezij, sladki koren in lecitin, medtem ko se krvna skupina A najbolje odziva na vitamin C in E, ameriški slamnik in quercetin.



Telesna vadba

Ali je za vas bolj ustrezna pomirjevalna vadba, kot je na primer joga, ali pa boste imeli več koristi od kolesarjenja ali tenisa? Morda pa spadate med tiste, katerih telo zahteva bolj intenzivne načine vadbe, kot so na primer aerobika, tek in borilne veščine?



Odgovori se skrivajo v vaši krvni skupini.

Izberajte dodatke, ki so pravi za vas

Police specializiranih in spletnih trgovin so bogato založene z neskončnimi različicami vitaminov, mineralov, praškov in eksotičnih zelišč.

Za razliko od drugih, generičnih proizvodov, pa so prehranski dodatki *Right 4 Your Type*[®] izdelani posebej za vašo krvno skupino. Končno obstaja znanstveno dokazan pristop k izbiri dodatkov, ki je v popolnem sozvočju s specifičnimi potrebami vaše krvne skupine. Samo izdelki, ki jih je razvil Dr. D'Adamo in ki jih po njegovih receptih izdeluje podjetje North American Pharmacal, vsebujejo idealno razmerje ustreznih »zelo koristnih« učinkovin za vsako krvno skupino posebej. Vsak izdelek ponuja izključno sveža hranila in sestavine najvišje kakovosti. Za to jamči Dr. D'Adamo.

Želite vedeti več?



<http://www.nutrigenomika.info>
slovenija@right4eu.com

Vaša krvna skupina: ključ do vašega zdravja



Right 4 Your Type[®]

Individualized Supplements by Dr. Peter D'Adamo

Razvoj znanosti o človekovi individualnosti

Naturopat Dr. D'Adamo, tako kot že njegov oče pred njim, zdravi z naturopatsko medicino že več kot 20 let. Čeprav je najbolj znan po svojih raziskavah o krvnih skupinah pri ljudeh, je Dr. D'Adamo tudi spoštovan znanstvenik-raziskovalec in strokovnjak na področju razvoja naravnih izdelkov.

Številne objave njegovih člankov in serije najbolje prodajanih knjig, ki so prevedene v več kot 50 jezikov dosegle na milijone bralcev, so neizmerno veliko prispevale k našemu razumevanju prehrabnih potreb posameznika. Za več informacij o Dr. D'Adamu in njegovem pionirskem raziskovalnem delu na področju znanosti o človekovi individualnosti obiščite spletno stran

<http://www.nutrigenomika.info>

»Noben zavestno misleč človek ne more prebrati Dr. D'Adamovih del ne da bi se zamislil nad tem, kako njegova genetska dediščina vpliva na njegove potrebe po specifični hrani, načinu življenja in zunanjih faktorjih, da bi izboljšal svoje zdravje.«

Jeffrey Bland, Ph.D.

Ustanovitelj Inštituta za funkcionalno medicino