

NIE MA, ŻE BOLI, PONIEWAŻ NIE BOLI

Ból mięśni jest czynnikiem, z którym muszą sobie radzić wszyscy sportowcy. Zwiększająca się świadomość możliwości, jakie daje medycyna naturalna, zaczyna jednak zmieniać sposób w jaki trenują. Ból, słabość i sztywność, zawsze następują po ćwiczeniach, podczas których przekraczają granice własnych możliwości. Jest to stan doskonale znany każdemu, który poważnie traktuje sport i sprawność fizyczną. Pobiegnij trochę szybciej, uderz piłkę nieco mocniej i następnego dnia budzisz się ze sztywnymi, obolałymi i jakby słabszymi mięśniami. Większość ludzi akceptuje to, jako nieodłączną część naszej fizjologii. Niektórzy poszukują ulgi w lekach OTC. Bardzo niewielu poszukuje silniejszych środków u lekarza. Dla poważnych atletów, czas niezbędny do regeneracji organizmu znacznie ogranicza ilość treningów, a w konsekwencji ich ogólną sprawność. Przeważająca część opinii medycznej twierdzi, że potrzeba kilku dni, a czasem nawet dłużej, aby odbudować organizm z opóźnionej bolesności mięśni (DOMS). DOMS pojawia się zazwyczaj w ciągu 12 godzin po treningu i jest skutkiem mikro-zerwań włókien mięśniowych. Stopień uszkodzeń rzecz jasna zależy od tego, jak bardzo zawodnik zbliżył się do granic własnej wytrzymałości. Od pokoleń, atleci



szukają sposobów, aby przyspieszyć proces regeneracji organizmu. Uzyskują to za pomocą masażu, łagodnych ćwiczeń, a czasem nawet

steroidów, co ma na celu stymulowanie przepływu krwi przez mięśnie. Skutkiem tego jest możliwość częstszych treningów i w rezultacie lepsze wyniki. Ważną składową DOMS jest naturalna odpowiedź zapalna organizmu. To właśnie na tym etapie działa ekstrakt nowozelandzkiego małża zielonego (*Perna canaliculus*). Przez ponad dwie dekady, mączka małża zielonego była używana jako środek przeciwzapalny. Problem polega na tym, że jest to środek bardzo nietrwały. W kontakcie z powietrzem utlenia się i szybko traci swoje terapeutyczne właściwości. Firma Pharmed International jako jedyna

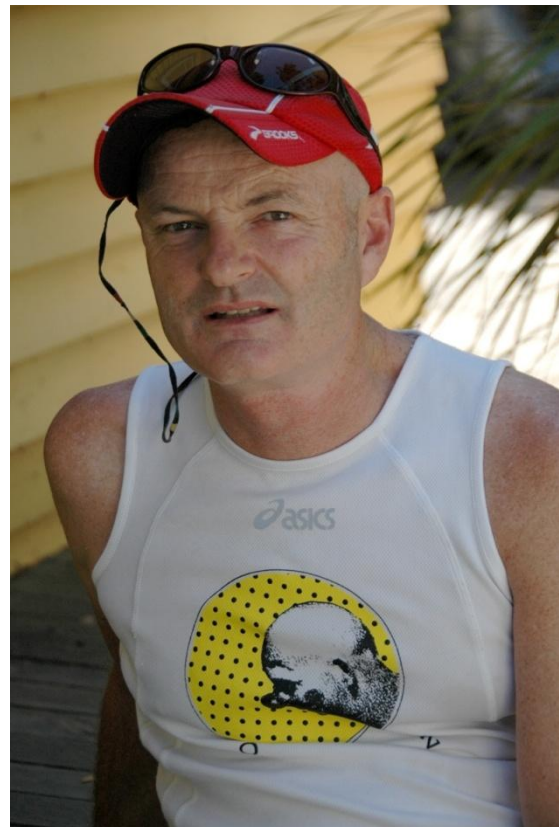


opatentowała proces, który zapewnia kapsułkom olejowym zachowanie swoich właściwości przez kilka lat. Produkt uzyskany na bazie tej technologii został nazwany Lyprinol®. Profesor Georges M. Halpern, MD, PhD, w swojej książce „*The Inflammation Revolution*” napisał, że olej małża zielonego zawierający unikalną kombinację lipidów

Omega-3 i Omega-6, jak również pewne rzadkie składniki sprawia, że Lyprinol® jest 100 razy skuteczniejszy w redukcji stanów zapalnych od najlepszych olei rybich (takich jak olej z łososia). Dr Whitehouse wywnioskował, że olej małża jest ponad wszelką wątpliwość doskonałym środkiem medycznym, ponieważ wywołuje oczekiwany rezultat bez efektów ubocznych, które towarzyszą farmaceutynom (syntetycznym lekom przeciwzapalnym). W artykule dla *The Phisician* i *Sportsmedicine* (vol 27 Jan 1999) kapitan Michael Ross, fizjoterapeuta i wykładowca na wydziale biologii US Air Force Academy w Colorado Springs opisał opuchliznę i proces zapalny jako element DOMS: „poza mikro-zerwaniami mięśni, może pojawić się miejscowo opuchlizna oraz stan zapalny, który jest związany z syndromem opóźnionej bolesności mięśni”. „Tego rodzaju opuchlizna zwiększa obciążenie struktur sąsiadujących, co wywołuje większy ból mięśni i ich sztywność”. Poprzez kontrolę procesu zapalnego, stan może zostać zredukowany z ostrego do łagodnego. Kapitan Ross napisał, że normalna kondycja powraca po 3 -7 dniach, lecz istnieją czynniki, które mogą zmniejszyć proces zapalny, a więc również przyspieszyć regenerację. Do takich czynników należą: chłodzenie miejscowe lodem, delikatne rozciąganie i masaż. Niesteroidowe leki przeciwzapalne, takie jak aspiryna i ibuprofen mogą spowodować ulgę w bólu, lecz nie usuną źródła problemu. Jest to faza w której olej nowozelandzkiego małża zielonego może odegrać ważną rolę. Praca wykonana przez Dr Whitehouse pokazała, że olej tego małża redukuje zapalenie nawet o 97%, co umożliwia przyległej tkance powrót do normalnego stanu i większy stopień leczenia. Ten mechanizm sprawia, że Lyprinol® pozostaje w centrum uwagi atletów i ich trenerów na całym świecie.

Lyprinol® pozwala nowozelandzkiemu ultramaratończykowi, Danowi Greigowi na jego

wyczerpujący cykl treningowy i pokazanie niezwykłych możliwości w czasie długodystansowych zawodów na całym świecie. W roku 2007 Dan Greig brał udział w zawodach na 100 mil (Western States Endurance Run) w Stanach Zjednoczonych. Nie tylko dystans 160km jest tu problemem, ale różnica poziomów, ponieważ trasa biegnie górami Sierra Nevada, niejednokrotnie



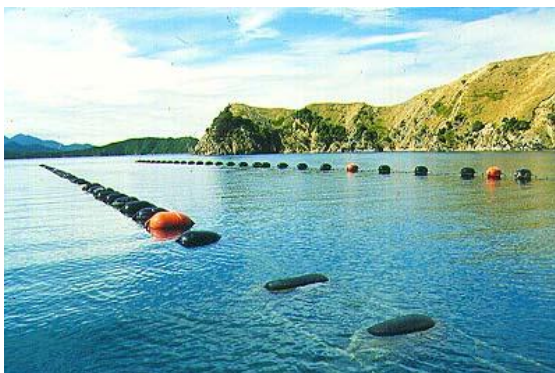
przekraczając 3000 metrów n.p.m. Czterystu pięćdziesięciu biegaczy rozpoczęło ten wyścig, ale tylko połowa dobiegła do mety. Greig uzyskał czas 26 godzin i 40 minut (87 miejsce). Sam wyczyn zakończenia wyścigu wydaje się imponujący, biorąc pod uwagę fakt, że Greig miał wtedy 48 lat. W czasie, kiedy wielu biegaczy długodystansowych musi przejść na emeryturę z powodu pogorszenia stanu zdrowia, Greig nadal trenuje przynajmniej 9 godzin tygodniowo, dzięki pomocy oleju nowozelandzkiego małża zielonego. Kiedy przygotowuje się do zawodów, intensyfikuje swój trening dołączając 12-godzinne biegi. Jednym z jego sekretów jest zwyczaj zażywania kapsułki Lyprinolu® regularnie co

cztery godziny w czasie biegu. Jest to dodatek do jego codziennej dawki oleju małża zielonego. Wynikiem jest, jak twierdzi całkiem niezła kondycja następnego dnia, podczas gdy inni biegacze budzą się wyczerpani i połamani.

Przez stulecia, małż zielony był stałym elementem diety rodowitych Maorysów z Nowej Zelandii. Ten unikalny małż jest znany nauce jako *Perna canaliculus*. Od pokoleń, stanowił świetne źródło protein, witamin,



minerałów i jednocześnie zapewniał nadzwyczajną sprawność ludom z regionu Marlborough Sounds. Maorysi nadal kupują go w porcie w Auckland przed pójściem do pracy. Małż zielony jest obecnie hodowany w tym malowniczym regionie, gdzie nieskazitelnie czysta woda łączy się z odżywczym prądem Oceanu Spokojnego.



Małże, z których przeprowadza się ekstrakcję Lyprinolu®, rosną do pożądanej wielkości 80mm przez okres około 1 roku. W czasie odłowu są natychmiast przewożone do przetwórcy, aby zapewnić pełną ochronę wszystkim ważnym lipidom, które są w nich zawarte. Małże są stabilizowane, a następnie liofilizowane zgodnie z opatentowanym procesem, który jest kluczowy dla następującej po nim ekstrakcji niepolarnych lipidów. Przetwórcza zgodna jest z



najwyższymi standardami jakościowymi, które są surowo regulowane i kontrolowane przez MAF, w imieniu takich instytucji jak EU czy US FDA. Po tym, jak stabilizowane małże są liofilizowane, przewożone zostają do miejsca produkcji, gdzie przeprowadza się ekstrakcję Lyprinolu®.



Lyprinol® jest innowacyjną, opatentowaną mieszaniną morskich lipidów, zawierającą unikalną kombinację różnych niepolarnych grup lipidowych, estrów steroli i polienasyconych kwasów tłuszczowych. Jest on świetnym źródłem kwasów Omega-3 PUFA o długich łańcuchach, które są kluczowe dla zdrowia człowieka. Warto podkreślić, że w jego składzie największą zawartość stanowią: kwas eikozopentaenowy (EPA, 20:5) oraz kwas dokozaheksaenowy (DHA, 22:6). Lyprinol® zawiera również kilka innych PUFA Omega-3. Wszystkie te kwasy zawierają cztery podwójne wiązania i mają łańcuch o długości 18, 19 i 20 atomów węgla, opisywane są więc jako 18:4, 19:4 oraz 20:4 (ETA). Są one uzyskiwane z małża zielonego na drodze ekstrakcji w stanie nadkrytycznym z użyciem ciekłego dwutlenku węgla. Jest to jedyny na świecie produkt stabilizowany, dzięki czemu zachowuje swoje niezwykle właściwości również w postaci kapsułek.

Lyprinol® stanowi świetną alternatywę dla farmakoterapii. Jest to środek naturalny, a więc bezpieczny, pozbawiony skutków ubocznych. Jego skuteczność przewyższa stukrotnie olej rybi (175x olej z wiesiołka). Redukuje stany zapalne oraz bóle mięśni i stawów. Zwiększa też wyraźnie wydajność objętość płucną. Poprawia dzięki temu funkcje oddechowe w trakcie treningu oraz skraca okres regeneracji organizmu. Produkt jest dodatkowo zarejestrowany dla chronicznych stanów zapalnych, takich jak artretyzm, czy reumatyzm. Lyprinol® jest w pełni naturalny i bezpieczny. Nie posiadając efektów ubocznych Lyprinolu® stanowi uderzający kontrast dla potencjalnie poważnych niepożądanych skutków stosowaniu niesteroidowych leków przeciwzapalnych (NLPZ).

Wiele badań, włączając „OTC Study” prowadzone przez Dr. M.W. Whitehouse, „Hertz Study” prowadzone przez Neils Hertz, M.D. oraz „Allergy and Immunology Study”, dostarczyło dowodów, że Lyprinol® nie powoduje żadnych działań niepożądanych na układ trawienny i wykorzystuje kompletnie inny mechanizm w swojej aktywności przeciwzapalnej.

Lyprinol® przebadano zarówno w laboratoriach, jak i klinikach, a wyniki tych prac zostały opublikowane w wysokiej klasy czasopismach medycznych i naukowych. Uzyskał wiele pozytywnych opinii zarówno wśród lekarzy, naukowców, jak też pacjentów, do których zaliczają się między innymi pływacze, medaliści, maratończycy i triathloniści.

PRAWDZIWI LUDZIE, PRAWDZIWE HISTORIE

Jestem dyplomowaną farmaceutką i pracowałam przez 20 lat jako manager w firmach farmaceutycznych. Mniej więcej 2 lata temu zaczęłam odczuwać silny ból i sztywność całego ciała, a szczególnie karku, ramion i kończyn, która zmusiła mnie do rezygnacji z pracy. Odwiedziłam wielu lekarzy i dowiedziałam się, że objawy pasują do zespołu chorobowego zwanego Fibromialgia (rodzaj artretyzmu), który związany jest z długoterminowym stresem. Pewnego dnia

przeczytałam artykuł w medycznym czasopiśmie, w którym donoszono o nowinkach zaprezentowanych na konferencji naukowej w Hong Kongu. Z artykułu wynikało, że stabilizowany ekstrakt maźla zielonego z Nowej Zelandii, dostępny jako Lyprinol, jest bardzo skuteczny zarówno w reumatyzmie, artretyzmie jak i astmie oskrzelowej. Artykuł przyciągnął moją uwagę, ponieważ szczególnie cenię sobie medycynę naturalną opartą na dowodach naukowych.

Tak więc zadzwoniłam do firmy i poprosiłam o broszurę i dokumentację, a następnie stosowałam preparat przez 3 miesiące. Ku mojej wielkiej radości i zaskoczeniu, produkt naprawdę podziałał. W znacznym stopniu zmniejszył ból i sztywność stawów. Zdecydowałam się więc na „mission impossible”. Postanowiłam zdobyć najwyższą górę Tajwanu i jednocześnie Azji Wschodniej



(Mt. Jade 3.952 metrów). Zaczęłam od pagórków w mojej okolicy i mniejszych gór na północy Tajwanu. Z czasem stwierdziłam, że ból i sztywność ustąpiły prawie całkowicie. Kolejną niespodzianką była zdolność do głębszego i łatwiejszego oddychania oraz znacznie krótszy okres regeneracji sił po wędrowniach. Pozwoliło mi to na intensywny trening i górskie wycieczki niemal każdego tygodnia. W dniu swoich 56 urodzin postanowiłam zrealizować swoje marzenie. Po

dwóch dniach wspinaczki osiągnęłam szczyt, gdzie gorąco gratulowali mi inni uczestnicy wyprawy, w większości mężczyźni poniżej 30 roku życia. Z dumą pokazałam im mojego nowego partnera, Lyprinol, który jest najlepszym prezentem, jaki sobie w życiu sprawiłam. Cudowny morski preparat sprawił, że wszystko stało się możliwe.

J.H. Chiang

Po dekadach badań, udało się jednoznacznie stwierdzić przeciwzapalne działanie Lyprinolu® u wielu ludzi, którzy cieszą się dziś większą ruchliwością stawów i lepszą wydolnością oddechową. Lyprinol® może również pomagać w redukcji bólu związanego ze zmęczeniem i urazami mięśni po intensywnym treningu. Jego aktywność bazuje na rewolucyjnym mechanizmie, dzięki któremu produkt utrzymuje w organizmie pod kontrolą chemiczne produkty eikazonoidów, takie jak leukotrieny, które wzmagają proces zapalny. Od 2003r. Lyprinol® dostępny jest w Stanach Zjednoczonych, w 2009r. pojawił się w Polsce.

Udowodnione działanie przeciwzapalne w stanach, które Lyprinol® może normalizować:

- opuchlizna
- ból związany ze stanem zapalnym
- sztywność
- skurcze oskrzeli
- zmęczenie mięśni i urazy po treningu
- obolałe stawy

Dodatkowe korzyści

- zdrowe stawy
- głęboki oddech
- zdrowy układ krwionośny
- ochrona skóry
- zmniejszenie ryzyka choroby wieńcowej
- poprawa bilansu cholesterolu, HDL i trójglicerydów

W tej samej dawce, Lyprinol® jest:

- 100 razy silniejszy niż Max EPA
- 175 razy silniejszy niż olej z wiesiołka
- 175 razy silniejszy niż olej z łososia
- 200 razy silniejszy niż olej rzepakowy



Unikalny skład Lyprinolu® okazał się najaktywniejszą mieszaniną kwasów Omega-3, zdolną do blokowania szlaku metabolicznego 5-lipoksygenazy odpowiedzialnego za stany zapalne w organizmie człowieka.