

Ulotka dla konsumenta: należy uważnie przeczytać całą ulotkę ponieważ zawiera ona ważne informacje. BodyDetox24 jest suplementem, diety sprzedawanym w aptekach i sklepach zielarsko-medycznych bez recepty. Przedstawione poniżej treści nie przypisują produk-

towi BodyDetox24 właściwości leczenia ani zapobiegania chorobom, ani się nie odwołują do takich jego właściwości. Zgodnie z art. 46 ustawy o bezpieczeństwie żywności i żywienia z dnia 26 sierpnia 2006 r. (Dz. U. Nr 171, Poz. 1225) z późniejszymi zmianami.

BodyDetox24™

Suplement diety

Wspomaga oczyszczanie organizmu

4 saszetki zawierające proszek do sporządzania zawiesiny

Skład

Składniki aktywne:	2 saszetki* dostarczają [g]:
Ekstrakt owocu papai	4,0
Ekstrakt nasion dyni	4,0
Ekstrakt owocu cytryny	4,0
Ekstrakt siemienia lnianego	3,0
Ekstrakt nasion owsa	3,0
Siedmiowodny siarczan magnezu	3,0
	dostarcza ok. 10% magnezu
Ocet jabłkowy w proszku	3,0
Ekstrakt korzenia arcydzięgla	1,0
Owoc ananasa w proszku	1,0
Sproszkowane liście aloesu	1,0

Składniki pomocnicze: substancja słodząca – ksylitol (E 967), regulator kwasowości – kwas cytrynowy (E 330), przeciwzbrylacz – dwutlenek krzemu (E 551), naturalny aromat cytrynowy.

*Ilość w przeliczeniu na 2 saszetki, tj. zalecaną do spożycia dzienną porcję produktu. **300 mg magnezu odpowiada 100% RWS (referencyjna wartość spożycia) dla kobiet i 88% dla mężczyzn.

Sposób użycia

W pięciu prostych krokach do skutecznego oczyszczenia. Ważne jest zachowanie poniższego harmonogramu podczas oczyszczania. Godziny są podane przykładowo i początek kuracji można zmienić, jednak ważnym jest, aby zachować podane odstępy czasowe.

Pierwszy dzień. Wieczorem, np. pomiędzy godz. 18-stą a 20-stą zmieszaj zawartość ❶ pierwszej saszetki **BodyDetox24** z dużą szklanką przegotowanej wody (250 ml) i szybko wypij. Jeśli smak byłby zbyt przykry, gdyż ekstrakty roślinne i siarczan magnezu mają gorzki smak, można do sporządzanej zawiesiny dodać dodatkowo słodzik np. stewię 1 łyżeczkę do herbaty oraz sok z cytryny. Kwaśny smak dobrze neutralizuje nieprzyjemne smaki w tym smak gorzki.

Dokładnie w 2 godziny po wypiciu pierwszej saszetki **BodyDetox24**, powtórz procedurę: zmieszaj zawartość ❷ drugiej saszetki **BodyDetox24** z dużą szklanką przegotowanej wody (250 ml) i szybko wypij.

Pół godziny po wypiciu drugiej saszetki udaj się na spoczynek. Postaraj się pójść do łóżka nie później niż 22:30 tak, aby zapewnić organizmowi właściwy odpoczynek. Przed udaniem się do łóżka należy wypić ok. 250 ml letniej,

przegotowanej wody. Staraj się spać leżąc na plecach i spędzić noc spokojnie.

Drugi dzień. Rano, około godziny 6:00 lub 7:00 powtórz tę samą procedurę jak powyżej, tj. zmieszaj zawartość ❸ trzeciej saszetki **BodyDetox24** z dużą szklanką przegotowanej wody (250 ml) i szybko wypij.

Dokładnie 2 godziny po wypiciu porannej saszetki **BodyDetox24**, powtórz procedurę: zmieszaj zawartość ❹ czwartej saszetki **BodyDetox24** z dużą szklanką przegotowanej wody (250 ml) i wypij.

W czasie kuracji najlepiej powstrzymać się od przyjmowania ciężkostrawnych pokarmów. Po przyjęciu pierwszej torebki **BodyDetox24** zaleca się nie przyjmować zimnych płynów (prosto z lodówki). W przypadku pragnienia najlepiej jest pić ciepłą, przegotowaną wodę.

Po przyjęciu ostatniej (czwartej) torebki **BodyDetox24**, należy pić ciepłą wodę przez resztę dnia. Lekki posiłek najlepiej zjeść po południu lub wieczorem (pomiędzy 16:00 a 18:00) unikając pokarmów smażonych, duszonych, ciężkostrawnych, alkoholu. U niektórych osób może wystąpić efekt przeczyszczający. Z tego powodu najlepiej jest przeprowadzenie oczyszczania w ciągu weekendu. Zaleca się powtarzać kurację nie częściej niż cztery razy w roku.

Uwaga: proszek BodyDetox24 nie rozpuszcza się całkowicie w wodzie tylko tworzy mętną zawiesinę, co jest wadą produktu. Dlatego sporządzoną zawiesinę należy wypić bezpośrednio po zmieszaniu z wodą.

Opis i działanie składników

BodyDetox24 to preparat, który wspomaga oczyszczanie organizmu i stymuluje organizm do usuwania nagromadzonych toksyn. Przedstawiany produkt jest suplementem diety i dlatego o szeregu właściwościach jego składników nie możemy tutaj pisać, ale można sięgnąć do załączonego na końcu piśmiennictwa.

Ekstrakt owocu papai (łac. *Cariaca Papaia*, chiń. *Fan Mu Gua*) posiada właściwości, które pozwalają oddziaływać na podwyższenie poziomu glutationu^[1]. *Glutation*¹ jest najsilniejszym antyoksydantem w naszym organizmie, który ma zdolność do „wymiatania wolnych rodników”². Sam ekstrakt z papai posiada również silne działania antyoksydacyjne, wystarczające, aby zapobiec uszkodzeniom wywołanym przez uwalniane toksyny^[2,3] oraz wspomaga odporność, działa ochronnie dla wątroby. Owoc papai jest źródłem *papainy* – grupy enzymów proteolitycznych (rozkładających białko) mających szereg korzystnych działań. Przedstawiany produkt jest suplementem diety i o właściwościach leczniczych zawartych składników nie możemy pisać, ale można sięgnąć do załączonego na końcu piśmiennictwa.

¹Glutation (*γ-glutamylcysteinylglycyna*) – związek chemiczny o silnych właściwościach przeciwutleniających, w ustroju działa jako układ oksydo-redukcyjny chroniący grupy –SH białek przed utlenieniem. Bierze też udział w procesie oddychania i jest koenzymem niektórych enzymów oksydo-redukcyjnych. W formie zredukowanej, dzięki wolnej grupie tiolowej służy do redukcji nadtlenków (np. nadtlenku wodoru) i chroni komórki przed uszkodzeniem ze strony toksyn. Glutation umożliwia usuwanie z ustroju związków azotowych i chlorowcopochodnych toksyn, toksycznych metabolitów leków. Glutation jako antyoksydant neutralizuje wolne rodniki w wątrobie i detoksyfikuje pestycydy (nawet do 60%). Zredukowany glutation jest odtwarzany przez witaminę C i jest on wszechobecnym przeciwutleniaczem zaangażowanym w detoksykację, transport aminokwasów, produkcję koenzymów oraz recykling witamin E i C. Pełni rolę najsilniejszego środka oczyszczającego nukleofila. Glutation blokuje uszkodzenia wszelkiego rodzaju tkanek. Glutation jest substancją wykorzystywaną na poziomie komórkowym, na pierwszym miejscu w obronie organizmu odgrywa kluczową rolę w funkcjonowaniu i rozmnażaniu limfocytów w celu zwalczania organizmów takich jak bakterie, pasożyty i wirusy. Na podstawie badań naukowych, przy nieodpowiednim poziomie glutationu komórki „popołniają samobój-

stwo” poddając się procesowi nazywanemu zaprogramowaną śmiercią komórkową (apoptozą). Z wiekiem poziom glutationu obniża się. Glutation koncentruje się głównie w wątrobie, gdzie odgrywa funkcje głównego czynnika detoksyfikacyjnego. Glutation jest najważniejszym nieenzymatycznym czynnikiem antyoksydacyjnym, jakim dysponuje organizm.

²Wymiatacze wolnych rodników – ang. free radicals scavengers – to substancje będące przeciwutleniaczami, które pomagają chronić komórki przed uszkodzeniem wywołanym przez wolne rodniki. Wolne rodniki to niestabilne cząsteczki, które powstają w trakcie prawidłowego metabolizmu komórek (zmiany chemiczne, które mają miejsce w komórkach). Wolne rodniki mogą się gromadzić w komórkach powodując ich uszkodzenie, co może zwiększać ryzyko raka i wielu różnych chorób.

³ Nasiona dyni wykazujących szereg korzystnych działań m.in. wspomagają układ moczowy zostało to zebrane w publikacji Komitetu ds. Produktów Leczniczych Pochodzenia Roślinnego (Committee on Herbal Medicinal Products – HMPC – grupa robocza Europejskiej Agencji Leków) – Community herbal monograph on Cucurbita pepo semen EMA, HPMC; 20 Nov. 2012.

Ekstrakt nasion dyni (*łac. Cucurbita pepo*) zwiększa zdolność antyoksydacyjną i zmniejsza peroksydację lipidów⁴. Nasiona dyni znajdują zastosowanie w tradycyjnej medycynie chińskiej (*Nan Gua*) i indyjskiej ajurwedzie, ze względu na zawarte w nim liczne aktywne składniki³. **Ekstrakt owocu cytryny** (*łac. Citrus limon*) może pozytywnie wpływać na przemianę cholesterolu i lipidów oraz zwiększać poziom glutationu w komórkach. Naukowcy uważają, że ekstrakt z cytryny ma również działanie wspomagające czynność wątroby⁵.

Ekstrakt siemienia lnianego (*łac. Linum usitatissimum*) dostarcza olej, służy, kwasy tłuszczowe wykazujące działanie osłonowe na błonę śluzową przewodu pokarmowego, zmiękcza stolec i ułatwia jego pasaż. **Ekstrakt nasion owsa** (*łac. Avena sativa*) jest naturalnym źródłem rozpuszczalnego β -glukanu, który jak wykazano, wspomaga wydzielanie żółci i cholesterolu⁶. Wydzielanie żółci stanowi jedną z głównych ścieżek wydaliniczych dla toksyn, cholesterolu i odpadków lipidowych. Poza tym β -glukan z owsa ma korzystne działanie na metabolizm węglowodanów i lipidów⁴.

Siarczan magnezu siedmiowodny (*łac. Magnesium sulfate heptahydrate*) synonimy: sól gorzka, sól z Epsom. Działa ona zarówno w cienkim, jak i grubym jelicie. Sól ściąga wodę i zatrzymuje ją w świetle jelita, zwiększa ciśnienie wewnątrzjelitowe. Pobudza również wydzielanie cholecystokininy⁵, która stymuluje wydzielanie żółci i soku trzustkowego oraz kurczenie się pęcherzyka żółciowego, który opróżnia się z żółci i jednocześnie rozkurcza zwieracz Oddiego⁶. Spożycie magnezu wpływa korzystnie na zmniejszanie poziomu metali ciężkich w organizmie^{7,8,9} oraz na zwiększenie poziomu energetycznego komórek.

Ocet jabłkowy w proszku (*łac. Acetum mali pulveratum*) jest naturalnym preparatem wspomagającym przemianę materii, odchudzanie i oczyszczanie organizmu. Dostarcza kompleks mineralny i naturalny kwas octowy. Poprawia funkcjonowanie nerek, przewodu pokarmowego, reguluje wiele procesów biologicznych, przyczynia się do poprawy metabolizmu, korzystnie wpływa na redukcję masy ciała i obniżenie cholesterolu oraz przyływ energii. Zwiększa poziom tlenu we krwi, a tym samym aktywnie uczestniczy w intensywnym spalaniu pokarmów.

Ekstrakt korzenia arcydzięgla (*łac. Angelica archangelica*) pomaga aktywować komórki Browicza-Kupffera w wątrobie⁷, które usuwają odpadki komórkowe¹⁰ i wspomagają również działanie hepatocytów – komórek wątroby^{11,12}. Ekstrakty arcydzięgla (*Dong Quai*) są stosowane w tradycyjnej medycynie chińskiej i dalekiego wschodu.

Sok owocu ananasa w proszku (*łac. Bromelia ananas*) Owoc ananasa jest źródłem m. in. bromelainy – grupy 5 enzymów rozkładających białko i działających korzystnie w różnych sytuacjach klinicznych¹³.

Sproszkowane **liście Aloesu** (*łac. Aloe vera*) dostarczają witaminy, minerały, rutozydy, karotenoidy i enzymy. Aloes prawdziwy dostarcza ok. 200 aktywnych substancji, m. in. polisacharydy gluko- i acemannany, które skutecznie wspomagają odporność i mają wiele korzystnych działań¹⁴.

Uwagi

Przechowywać w miejscu niedostępnym dla małych dzieci. Nie zaleca się stosowania preparatu przez kobiety w ciąży, osoby z chorobami przewodu pokarmowego i kamicą żółciową. Osoby z przewlekłymi schorzeniami powinny zasięgnąć opinii lekarza przed stosowaniem. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Przechowywać w temperaturze pokojowej, w oryginalnym opakowaniu, należy unikać wysokich temperatur. Suplement diety nie może być stosowany jako zamiennik zróżnicowanej diety. Preparat może być przyjmowany przez wegan.

⁴ β -glukan – organiczny związek chemiczny, jeden ze składników błonnika pokarmowego. W zbożach, zwłaszcza w owsie występuje rozpuszczalny w wodzie i aktywny metabolicznie izomer β -1,3/1,4-D-glukanu (w odróżnieniu od nierozpuszczalnego w wodzie β -1,3/1,6-D-glukanu z drożdży, który wspiera odporność). Korzystnie wpływa na metabolizm węglowodanów, równoważy szczyt glukozy we krwi, a tym samym działa korzystnie w przypadku cukrzycy typu 2 oraz zmniejsza poziom cholesterolu we krwi.

⁵ Cholecystokinina (CCK, dawniej znana również jako pankreozymina) – peptydowy hormon tkankowy przewodu pokarmowego. Wydzielany jest przez śluzówkę dwunastnicy i jelita czczego. Zadaniem cholecystokininy jest stymulacja wydzielania żółci i soku trzustkowego. Bodźcem do zwiększenia wydzielania cholecystokininy są głównie produkty częściowego trawienia tłuszczów. Cholecystokinina ma również działanie hamujące uczucie głodu.

⁶ Zwieracz Oddiego reguluje ilość żółci i soku trzustkowego, która dostaje się do dwunastnicy. Nazwa pochodzi od nazwiska włoskiego anatoma Ruggero Oddiego, który go pierwszy opisał.

Podmiot odpowiedzialny i informacja o preparacie w Polsce: **Phytomedica Polska** ul. Farbiarska 22, 02-862 Warszawa, tel. 22 651 75 40, info@phytomedica.pl, <http://bodydetox24.pl>.

Dostępne opakowania: po 4 saszetki z wielowarstwowej folii laminowanej PET/Al/PE zawierające 18 gramów proszku do sporządzania zawiesiny.

Data opracowania ulotki: *luty 2021*

Piśmiennictwo

- ¹ Nakamura Y, Morimitsu Y, Uzu T, Ohigashi H, Murakami A, Naito Y, Nakagawa Y, Osawa T, Uchida K. **A glutathione S-transferase inducer from papaya: rapid screening, identification and structure-activity relationship of isothiocyanates**. 2000 Sep 1;157(2):193-200.
- ² Marotta F, Weksler M, Naito Y, Yoshida C, Yoshioka M, Marandola P. **Nutraceutical supplementation: effect of a fermented papaya preparation on redox status and DNA damage in healthy elderly individuals**. Ann N Y Acad Sci. 2006 May;1067:400-7.
- ³ Mehdipour S, Yasa N, Dehghan G, Khorasani R, Mohammadirad A, Rahimi R, Abdollahi M. **Antioxidant potentials of Iranian Carica papaya juice in vitro and in vivo are comparable to α -tocopherol**. Phytother Res. 2006 Jul;20(7):591-4.
- ⁴ Nkosi CZ, Opoku AR, Terblanche SE. **Antioxidative effects of pumpkin seed (Cucurbita pepo)**. Phytother Res. 2006 Nov;20(11):935-40.
- ⁵ Bolkent S, Yanardag R, Karabulut-Bulan O, Yesilyaprak B. **Protective role of Melissa officinalis**. J Ethnopharmacol. 2005 Jul 14;99(3):391-8.
- ⁶ Andersson M, Ellegård L, Andersson H. **Oat bran stimulates bile acid synthesis**. Am J Clin Nutr. 2002 Nov;76(5):1111-6.
- ⁷ Hidaka M, Nagata M, Kawano Y, Sekiya H, Kai H, Yamasaki K, Okumura M, Arimori K. **Inhibitory effects of fruit juices**. Biosci Biotechnol Biochem. 2008 Feb;72(2):406-11. Epub 2008 Feb 7.
- ⁸ Bulat ZP, Djukic-Cosic D, Malicevic Z, Bulat P, Matovic V. **Zinc or Magnesium Supplementation Modulates**. Biol Trace Elem Res. 2008 Apr 17.
- ⁹ Todorovic T, Vujanovic D, Dozic I, Petkovic-Curcin A. **Calcium and magnesium content**. Magnes Res. 2008 Mar;21(1):43-50.
- ¹⁰ Wang J, Xia XY, Peng RX, Chen X. **Activation of the immunologic function**. Yao Xue Xue Bao. 2004 Mar;39(3):168-71.
- ¹¹ Ye YN, Liu ES, Li Y, So HL, Cho CC, Sheng HP, Lee SS, Cho CH. **Protective effect of polysaccharides-enriched fraction**. Life Sci. 2001 Jun 29;69(6):637-46.
- ¹² Shang P, Qian AR, Yang TH, Jia M, Mei QB, Cho CH, Zhao WM, Chen ZN. **Experimental study**. World J Gastroenterol. 2003 Sep;9(9):1963-7.
- ¹³ Zagórska-Dziok M, Furman-Toczek D, Dudra-Jastrzębska M, Zygo K, Stanisławek A, Kapka-Skrzypczak L. **Evaluation of clinical effectiveness of Aloe vera – a review**. J Pre Clin Clin Res. 2017;11(1):86–93.
- ¹⁴ Rathnavelu V, Alitheen NB, Sohila S, Kanagesan S, and Ramesh R. **Potential role of bromelain in clinical and therapeutic applications**. Biomed Rep. 2016 Sep; 5(3): 283–288.



Zwieracz znajduje się w brodawce Vatera, w dwunastnicy i jest miejscem, w którym przewód żółciowy wspólny i przewód trzustkowy łączą się tworząc bańkę wątrobowo-trzustkową.

⁷ Komórki Browicza-Kupffera są osiadłymi makrofagami występującymi między komórkami śródbłonka, w ścianie sinusoid w hepatocytach i są częścią układu siateczkowo-śródbłonkowego. Komórki Browicza-Kupffera stanowią ok. 15-20 % wszystkich komórek wątroby. Mają nieregularną powierzchnię, liczne lizosomy i heterofagosomy. Nie tworzą połączeń z komórkami śródbłonka. Przytwierdzają się do powierzchni zatoki długimi wypustkami, przez otwory w śródbłonku mogą penetrować do przestrzeni okołozatokowej. Komórki Browicza-Kupffera fagocytują komórki nowotworowe, kompleksy przeciwciała-antygen, zużyte erytrocyty lub ich fragmenty i zużyte fragmenty komórek i bakterie, regulują procesy krzepnięcia krwi, hamując nadmierne krzepnięcie, poprzez fagocytozę włókniaka oraz biorą udział w mechanizmach odpornościowych organizmu.