

Властивості

Мінерал Цинк є другим після заліза за поширеністю в організмі, його необхідно отримувати щодня, так як він не відкладається в організмі.

До продуктів, багатих цинком, відносять: морепродукти, м'ясо, паростки пшениці, шпинат, горіхи, какао і шоколад, бобові, гриби, молочні і кисломолочні продукти, авокадо, гранат, фініки та ін.

В організмі людини цинк виконує ряд найважливіших функцій. Він є активатором більш ніж 200 ферментів, які беруть участь у процесі травлення. Відіграє велику роль в нормалізації мікрофлори кишечника: прискорює регенерацію слизової оболонки і зменшує її проникність для токсинів, бере участь в синтезі багатьох гормонів, нормалізує імунні реакції організму до збудників і підвищує стресостійкість. Також цинк позитивно впливає на якість сну: збільшує його тривалість і усуває відчуття недосипу після. Крім того, сприятливо впливає на стан шкіри (зменшує прояв запалень), волосся (зменшує кількість волосся, що січеться) і нігтів (зміцнення нігтьової пластини, що перешкоджає розшарування).

Дефіцит даного мінералу призводить до зниження чутливості до запахів і смаку, розшарування нігтів, перетину волосся, захворювання шкірного покриву, застуді, уразливості до інфекцій та ін.

Рекомендації щодо застосування

- Додаткове джерело цинку;
- сприяє підвищенню імунітету;
- сприяє нормалізації метаболічних процесів;
- покращує функціонування органу зору, стану шкіри, волосся та нігтів.

Спосіб застосування та дози

Рекомендації до застосування дієтичної добавки «Цинку лактат»: дорослим по 1 таблетці в день під час їжі протягом 2-3 місяців.

Застереження

Не перевищувати рекомендовану добову дозу. Не застосовувати як заміну повноцінного раціону харчування. Перед вживанням рекомендована консультація лікаря.

Протипоказання

- Вагітність;
- період годування груддю;
- діти до 14 років;
- індивідуальна непереносимість;
- алергічна реакція на окремі компоненти.

Не є лікарським засобом! Містить лактозу.