

coralclub

B-Prime Direct

Yorqin



Tibbiyotda inqilob: dunyo B vitaminlari haqida qanday bilib oldi

B vitaminlari tarixi XIX asr oxirida dengizchilarga ta'sir qilgan sirli beriberi kasalligidan boshlandi.

Yaponiyalik shifokor Takaki Kaneiro bu davrda sog'lom odamlar butun guruchni iste'mol qilishlarini va tozalangan guruchni iste'mol qilganlar zaiflik va asab tizimining muammolaridan aziyat chekishlarini aniqladilar.

Keyinchalik polshalik kimyogar Kazimir Funk guruch kepagidan kasallikning oldini oluvchi moddani ajratib oldi va uni "vitamin" deb atadi (lat. vita-hayot).

B1 vitamini (tiamin) -ning kashf etilishi

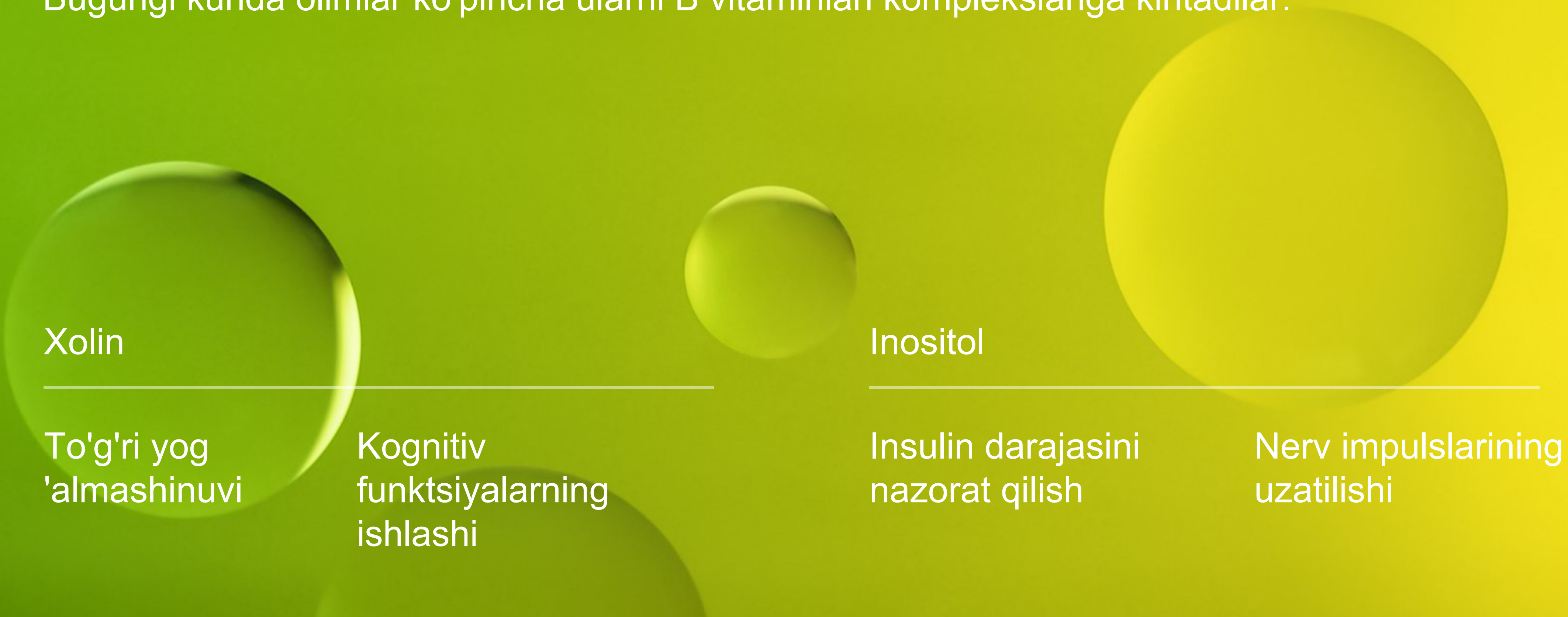
yangi tadqiqotlarga turtki berdi va keyingi o'n yilliklarda yana 9 ta B vitaminlari topildi.

Ularning barchasi energiya, sog'lom asab tizimi va terini saqlash uchun muhim ekanligini isbotladi.



"Norasmiy vitaminlar" B4 (xolin) va B8 (inositol)

Olimlar, shuningdek, asab tizimining sog'lig'ini va hujayralardagi normal metabolizmni qo'llab-quvvatlaydigan vitaminga o'xshash moddalarga e'tibor qaratdilar. Bugungi kunda olimlar ko'pincha ularni B vitaminlari komplekslariga kiritadilar.



Xolin

To'g'ri yog
'almashinuvi

Kognitiv
funktsiyalarning
ishlashi

Inositol

Insulin darajasini
nazorat qilish

Nerv impulslarining
uzatilishi

Barkamol ishlash uchun organizmga doimo B vitaminlari kerak

B3 B5 B6 B7 B12

Glyukoza almashinuvi ^[1]

B1 B2 B3 B5

Immun sistemasi ^[2]

B2 B3 B5 B9 B12

Mushak-skelet tizimi ^[5]

B1 B3 B5 B6 B7 B12

Yog ' almashinuvi
^[1]

B1 B2 B3 B5 B9 B12

Kognitiv funktsiyalar ^[3]

B2 B3 B5 B6 B7

Antioksidant va
yallig'lanishga qarshi ta'sir
^[6,7]

B1 B3 B5 B6 B7 B9

Oqsillar almashinuvi ^[1]

B1 B2 B3 B5 B6 B7

Mikrobiota balansi ^[4]

B1 B3 B5 B6 B7 B12

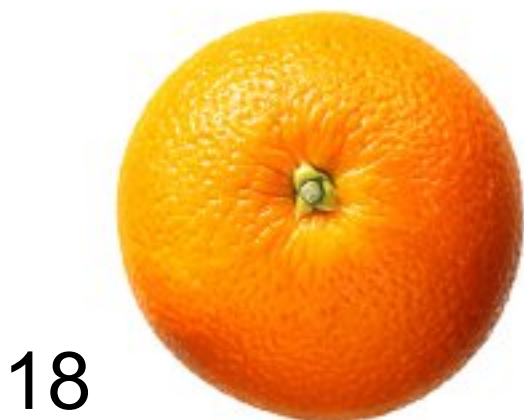
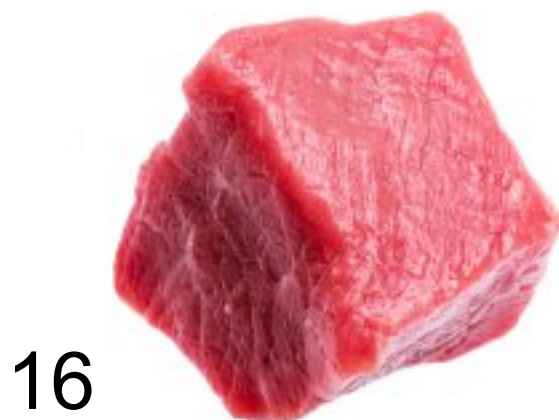
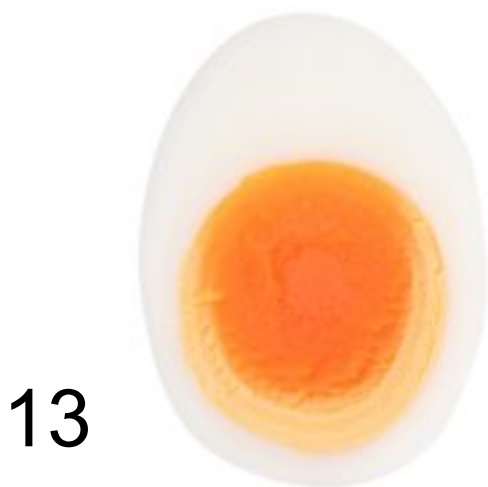
Gormonlar va
neurotransmitterlarning sintezi ^[8,9]

Quyidagi mahsulotlar ratsioningizni B vitaminlari bilan boyitishga yordam beradi



- | | | | | | |
|------------------|-------|----------------------------|-------------|-----------------|--------------------|
| 01. Pista | B1 | 04. Yeryong'oq | B1 B9 | 07. Jigar | B3 B4 B5 B7 B9 B12 |
| 02. Grechka | B1 | 05. Porcini qo'ziqorinlari | B3 B5 | 08. Dukkaklilar | B7 B8 B9 |
| 03. Suli yormasi | B1 B8 | 06. Yong'oqlar | B3 B5 B7 B8 | 09. Skumbriya | B6 |

Quyidagi mahsulotlar ratsioningizni B vitaminlari bilan boyitishga yordam beradi



- 10. Grek yong'og'i (B6)
- 11. Ismaloq (B6, B9)
- 12. Shirin kartoshka (batat) (B6)

- 13. Tuxum (B3, B4, B5, B7)
- 14. Midiya (B12)
- 15. Seld baliq'i (B12)

- 16. Go'sht (B4, B12)
- 17. Go'shti qizil baliq (B4)
- 18. Sitrus (B8)

Biroq

oziq-ovqatdan vitaminlarni to'liq olishimizga to'sqinlik qiladigan omillar mavjud



Spirtli ichimliklar vitaminlarni o'zlashtirishga xalaqit beradi va ularning organizmdan chiqarilishini tezlashtiradi



Tez uglevodli ovqatlar — (masalan, fast food, shirinliklar) - organizmni uglevodlarni o'zlashtirish uchun vitaminlar zaxirasini tezroq sarflashga undaydi



Yormalarni sanoatda qayta ishlash mahsulotlardan vitaminlarning muhim qismini olib tashlaydi



Iссиqlik bilan ishlov berish va mahsulotlarni yorug'likda uzoq muddatli saqlash ham vitaminlarni yo'qotishiga olib keladi



B vitaminlari etishmovchiligi erta bosqichlarda sezilmasligi mumkin

Ushbu alomatlarga e'tibor berish kerak:

Energiya etishmasligi
va uyqu buzilishi

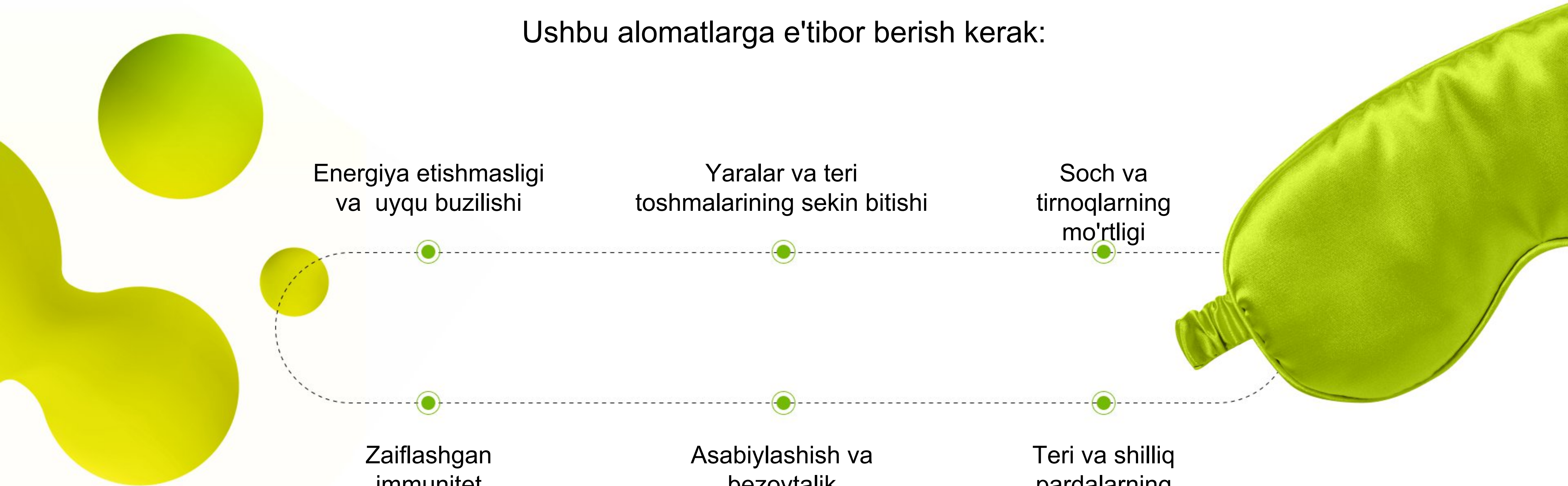
Yaralar va teri
toshmalarining sekin bitishi

Soch va
tirnoqlarning
mo'rtligi

Zaiflashgan
immunitet

Asabiylashish va
bezovtalik

Teri va shilliq
pardalarning
quruqligi





Ko'pincha vegetarianlar va veganlar B vitaminlari etishmasligiga duch kelishadi

Hayvonot mahsulotlarini iste'mol qilmaydiganlar uchun B12 vitamini darajasini kuzatish ayniqsa muhimdir. Chunki bu vitamin o'simlik ovqatlarida deyarli yo'q.

Kamchilikni samarali to'ldirish uchun ratsioningizga xun takviyasini qo'shishingiz mumkin.

B-Prime Direct

Kamomadni samarali to'ldirish va organizmni
har tomonlama qo'llab - quvvatlash uchun
eng biologik mavjud shakllardagi
B guruhi vitaminlarining zamonaviy kompleksi



Coral Club liniyasidagi
yangi chiqarish shakli -
og'izda eriydigan
kukun sticklari





Tez so'rilishi

Kukun til yuzasiga tushgandan so'ng darhol ta'sir qila boshlaydi, chunki faol moddalar og'iz shilliq qavati orqali tezda so'riladi



Qo'llash qulayligi

Mahsulotni suv bilan qabul qilish yoki suvda eritish shart emas; tabletkalarga qaraganda yutish ham osonroq



Ixcham qadoq

Faol turmush tarzi uchun ideal format-kichik va engil stickni istalgan joyga olib borish mumkin



Zamonaviy biomavjud shaklidagi 10 ta B guruhining vitaminlari

B1	B2	B3	B4
Tiamin gidroxlorigi	Riboflavin 5-fosfat	Nikotinamid	Xolin sitrat
asab tizimi va uglevod almashinuvini qo'llab-quvvatlash uchun	energiya almashinuvi va antioksidant himoya uchun	sog'lom teri va normal metabolizm uchun	miya va hujayra membranalarining faoliyatini qo'llab-quvvatlash uchun
5 mg — 357%*	6 mg — 375%* faol shakl***	30 mg— 167%* qizarishni keltirib chiqarmaydi	100 mg — 20%*

* tavsiya etilgan kunlik ehtiyojning foizi
*** qo'shimcha kimyoviy o'zgarishlarsiz organizm o'z ehtiyojlari uchun darhol foydalanishi mumkin bo'lgan shakl

Zamonaviy biomavjud shaklidagi 10 ta B guruhining vitaminlari

B5

Kaltsiy D-pantotenat

metabolizm va
teri sog'lig'ini yaxshilash
uchun

10 mg — 167%*

B6

Piridoksal 5-fosfat

oqsillar almashinuvi va
asab tizimini qo'llab - quvvatlash
uchun

3,5 mg — 175%*

faol shakl

B7

D-biotin

soch, teri va tirnoqlarning
salomatligi uchun

150 mkg — 300%*

faol shakl

* tavsiya etilgan kunlik ehtiyojning foizi

Zamonaviy biomavjud shaklidagi 10 ta B guruhining vitaminlari

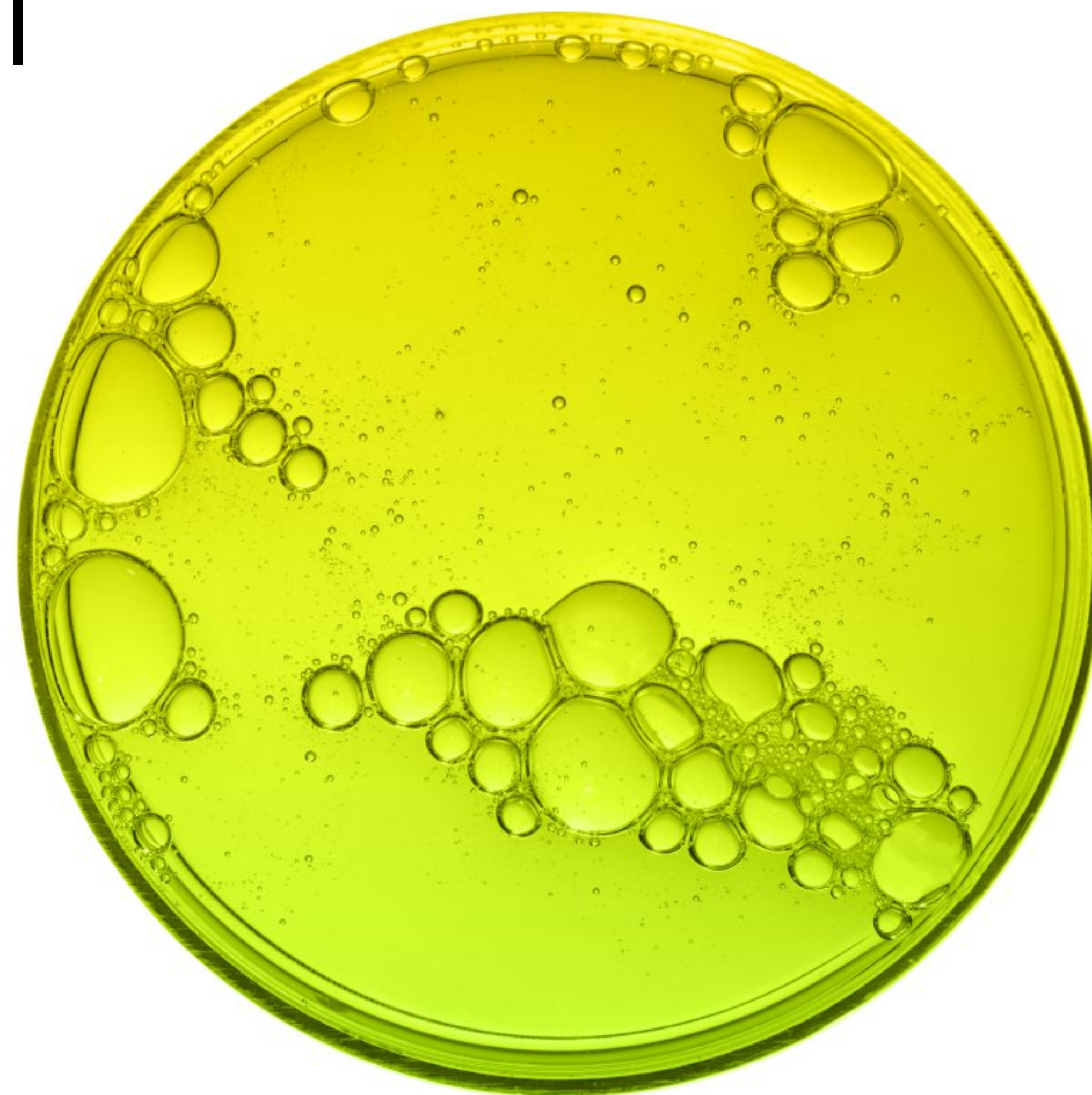
B8 Mio-inositol nerv impulslarini uzatish va psixo-emotsional holatni yaxshilash uchun 75 mg — 15%* faol shakl	B9 Kaltsiy metiltetrahidrofolat kuchli immunitet, hujayralarni yangilash va tiklash uchun 200 mkg — 100%* patentlangan faol Extrafolate-S® shakli	B12 Metilkobalamin mahsulotni yaxshiroq singdirish uchun metillangan shakl; ynergiyani oshirishga yordam beradi va asab tizimini qo'llab-quvvatlaydi. 9 mkg — 900%*
---	--	---

* tavsiya etilgan kunlik ehtiyojning foizi

B9 vitaminining patentlangan shakli ExtraFolate-S™: xavfsiz qabul qilish, tezkor natija

Vitaminning faol shakli — metifolat
(metiltetrahidrofolat) ning afzalliklari:

- Organizm tomonidan darhol ishlatiladi, oddiy foliy kislotasi esa oshqozon-ichak traktida oldindan konversiyani talab qiladi
- B12 vitamini etishmovchiligini maskalamaydi, bu foliy kislotasining yuqori dozalarini qabul qilganda bolishi mumkin



B-prime Direct-ning 1 ta porsiyasi



Petrushka

200 g



Makkajo'xori

350 g



Fasol

1,07
kg



Anchous

170
g



Yarim qattiq
pishloq

630 g



Kungaboqar
pistasi

1
kg



Kurka
jigari

200 g

B-Prime Direct



Yuqori darajadagi energiya
va konsentratsiya



Xotira va miya faoliyatini
yaxshilash



Sog'lom teri, soch va
tirnoqlar



Stressga chidamlilik



Ajoyib kayfiyat



B-Prime Direct: qanday qabul qilish kerak

Kuniga 1 ta stick, ertalab ovqatdan keyin
Suvda eritishning hojati yo'q



Stickni qutidan
chiqarib oling



Mahsulotni yirtib tashlash
chizig'i bo'ylab oching



Stick tarkibini og'zingizga,
to'g'ridan-to'g'ri tilingizga quying



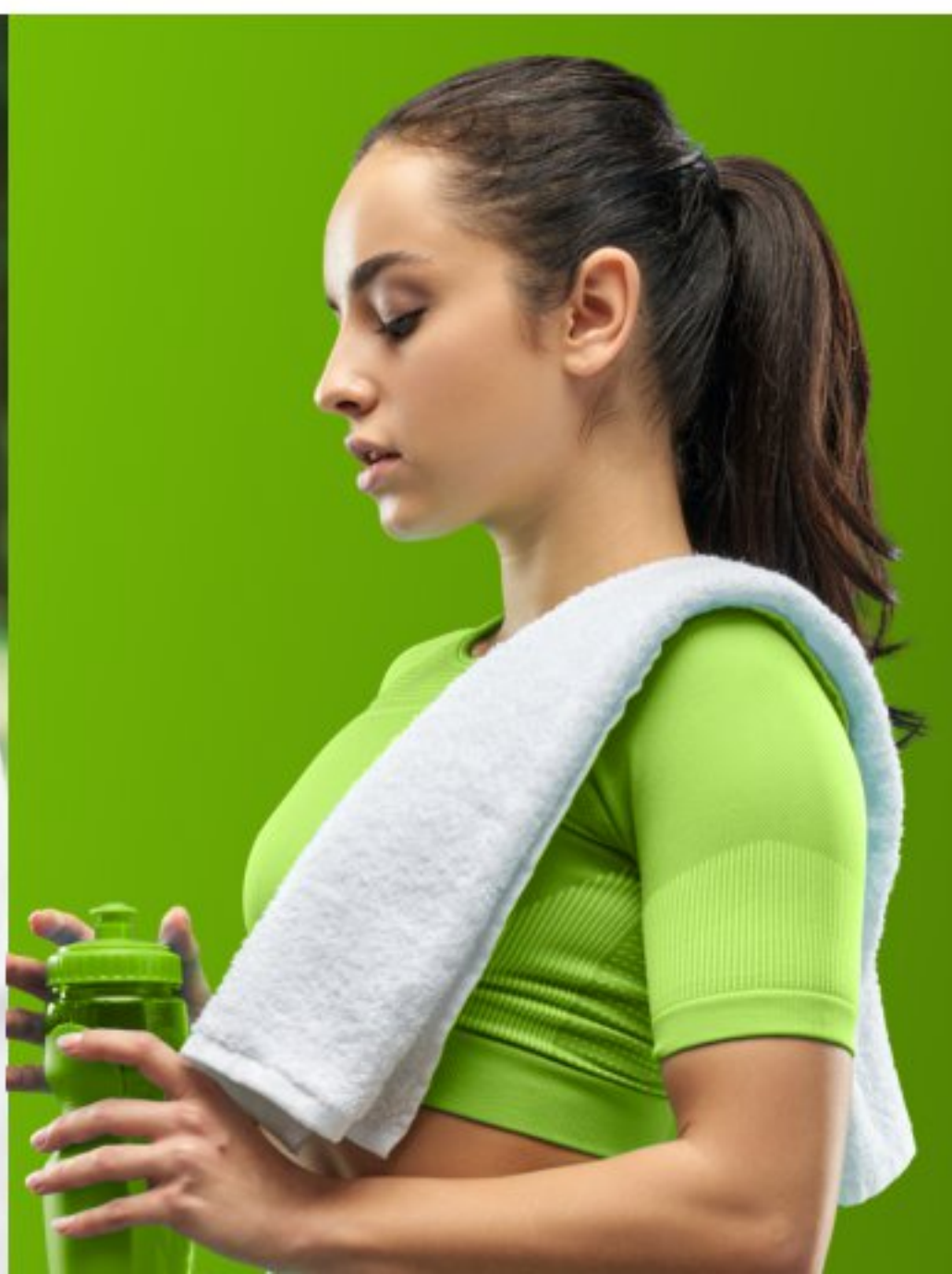
Yutishdan oldin kukunni suv ichmasdan
tilingizda eritib yuboring

B-Prime Direct — bu sizning energiya kuchaytirgichingiz

Yuqori aqliy
zo'riqish



Mashq
qilishdan oldin
yoki keyin



Bayramdan
oldin



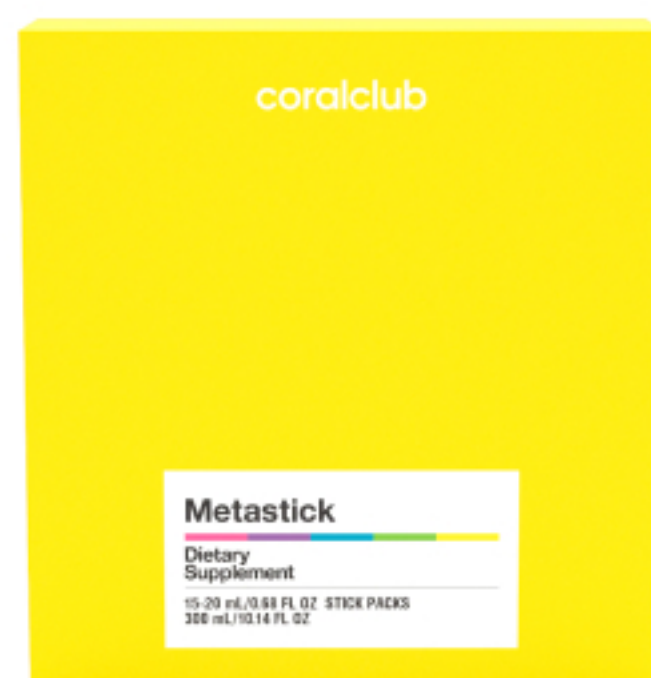
Sayohatda



Stress
paytida



B-Prime Direct: Coral Club mahsulotlari bilan eng yaxshi kombinatsiyalar



Metastick

B vitaminlari va foydali bakteriyalarning kombinatsiyasi mikrofloraning muvozanatini yanada samarali qo'llab-quvvatlaydi. Pro -, pre- va metabiotiklar B2, B6, B9 va B12 vitaminlarini sintez qilishda ishtirok etadi, bu esa o'z navbatida metabolizmni yaxshilaydi va ichakning to'siq funksiyalarini kuchaytiradi



Coral Lecithin

B vitaminlari asab tizimining ishlashini qo'llab-quvvatlab, lesitin ta'sirini to'ldiradi. Ular birgalikda miya faoliyatini yaxshilashga va organizmni stressdan himoya qilishga yordam beradi

Salomatlik kontseptsiyasining 4-bosqichini B-Prime Direct mahsuloti bilan to'ldiring



Salomatlik kontseptsiyasining bosqichlari.
B vitaminlari **Nutripack** ta'sirini kuchaytiradi:

Uglevod va yog ' almashinuvini
yaxshilaydi

Jismoniy faoliyatdan keyin
tezroq tiklanishiga yordam
beradi



Yuqori energiya darajasini
qo'llab-quvvatlaydi

Aqliy faoliyatdan keyin tezroq
tiklanishiga yordam
beradi

Chiqarishning yangi shakli:
samarali va qulay



B-Prime Direct

Ajoyib



coralclub

Vitaminlarning yuqori miqdori

Eng zamonaviy shakldagi
10 ta B guruhining vitaminlari



Shakarsiz
yorqin sitrus ta'mi



Kodi 000000

B-Prime Direct

Bonus ballari	0,00
Klub narxi	0,00
Chakana narx	0,00



Adabiy manbalar

1. Bender D. A., Cunningham S. M. C. Introduction to nutrition and metabolism. – CRC Press, 2021.
2. Peterson C. T. et al. B vitamins and their role in immune regulation and cancer //Nutrients. – 2020. – T. 12. – №. 11. – C. 3380.
3. Calvaresi E., Bryan J. B vitamins, cognition, and aging: a review //The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. – 2001. – T. 56. – №. 6. – C. P327-P339.
4. Wibowo S., Pramadhani A. Vitamin B, Role of Gut Microbiota and Gut Health //Vitamin B and Vitamin E-Pleiotropic and Nutritional Benefits. – 2024.
5. Dai Z., Koh W. P. B-vitamins and bone health—a review of the current evidence //Nutrients. – 2015. – T. 7. – №. 5. – C. 3322-3346.
6. Olfat N., Ashoori M., Saedisomeolia A. Riboflavin is an antioxidant: A review update //British Journal of Nutrition. – 2022. – T. 128. – №. 10. – C. 1887-1895.
7. Lotto V., Choi S. W., Friso S. Vitamin B6: a challenging link between nutrition and inflammation in CVD //British Journal of Nutrition. – 2011. – T. 106. – №. 2. – C. 183-195.

8. Kennedy D. O. B vitamins and the brain: mechanisms, dose and efficacy—a review //Nutrients. – 2016. – T. 8. – №. 2. – C. 68.
9. Tamanna T. et al. Role of Vitamins in Health and Disease: A Vitamin B Perspective //Hydrophilic Vitamins in Health and Disease. – Cham : Springer International Publishing, 2024. – C. 67-86.