



WEIGHT LOSS CHALLENGE

БРОСЬТЕ

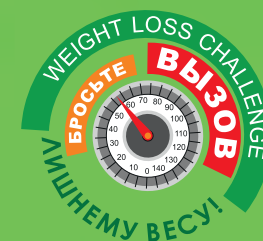
ВЫЗОВ

ЛИШНЕМУ ВЕСУ!





ОЧИЩЕНИЕ





ОЧИЩЕНИЕ

Наш ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫЙ тракт работает как канализация в доме.

При этом ТОНКИЙ кишечник — это канализационные трубы, а толстая кишка — ОТСТОЙНИК. Очень важно поддерживать нашу пищеварительную систему в хорошем состоянии.





ОЧИЩЕНИЕ



Всасывание питательных веществ в ТОНКОМ кишечнике происходит благодаря миллионам ворсинок.



Через ВОРСИНКИ питательные вещества попадают в кровь и разносятся ко ВСЕМ клеткам организма.





ОЧИЩЕНИЕ

Когда в канализацию ежедневно сливаются жиры и отходы, трубы забиваются.

То же самое происходит и в КИШЕЧНИКЕ: в нем накапливаются пищевые отходы и токсины, которые негативно отражаются на работе всего организма.








ТОКСИНЫ могут переноситься кровью во все части организма и попадать в клетки.





ОЧИЩЕНИЕ

Избыток токсинов в организме может привести к таким проблемам, как

-  непереносимость некоторых продуктов
-  плохой запах изо рта
-  нарушение пищеварения
-  ослабление защитной системы организма
-  непереносимость жирной пищи
-  низкий уровень энергии, слабость
-  проблемы с кожей.





ОЧИЩЕНИЕ

Как поддержать процесс
САМООЧИЩЕНИЯ организма?



шага
к нормальному
пищеварению

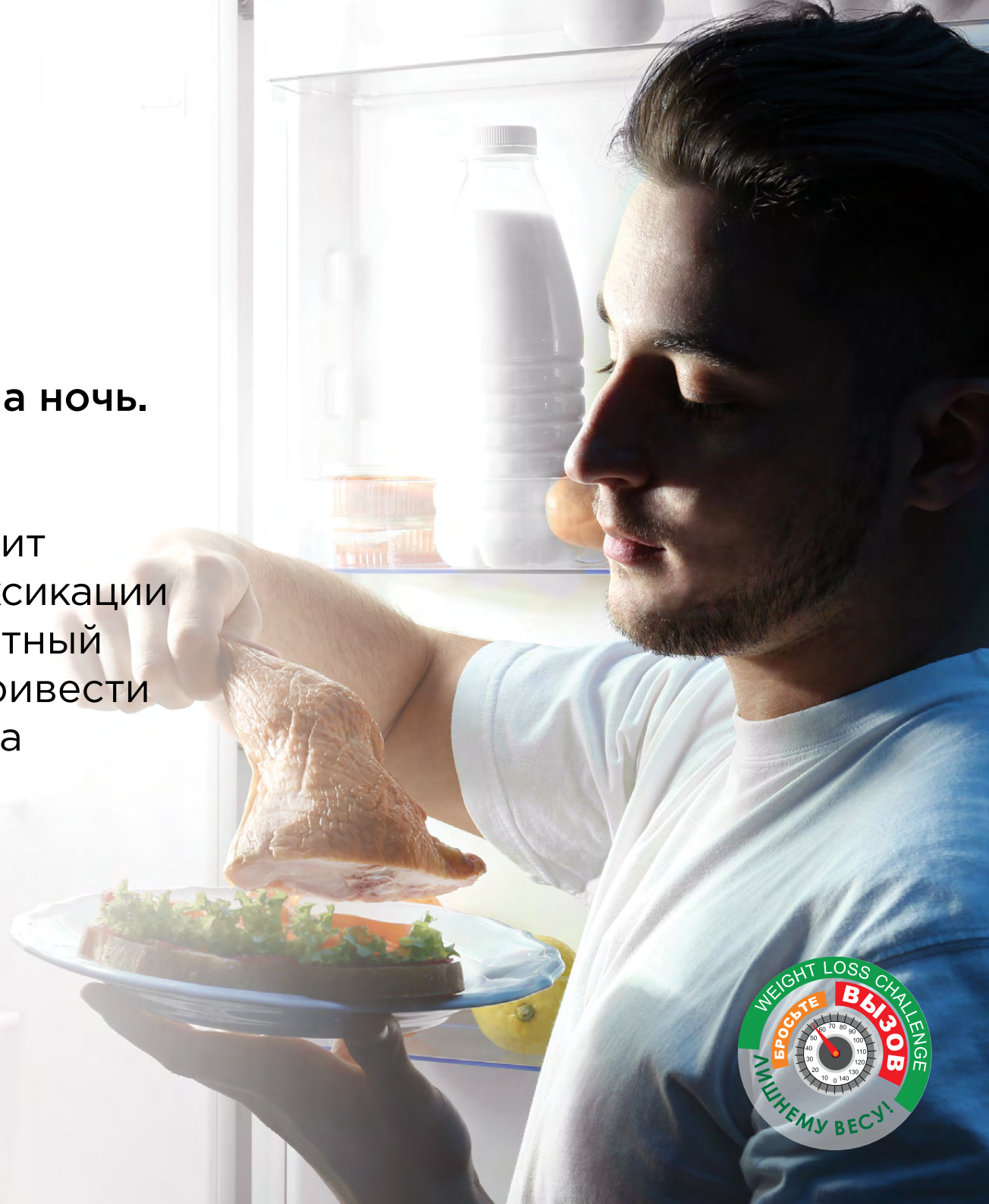




ОЧИЩЕНИЕ

ШАГ № 1. Прекратите есть на ночь.

Если в период сна желудок не переполнен, то происходит естественный процесс детоксикации и **ОЧИСТКИ** кишечника. Плотный ужин и переедание могут привести к перенасыщению организма пищевыми отходами.





ОЧИЩЕНИЕ

ШАГ № 2. Максимально ограничьте ЖИРНУЮ, жареную пищу и СЛАДОСТИ.

Жирная, жареная пища и сладости УГНЕТАЮТ работу кишечника. Их ИЗЛИШКИ, смешиваясь с естественной слизью кишечника, превращаются в шлаки и ОТКЛАДЫВАЮТСЯ в организме.



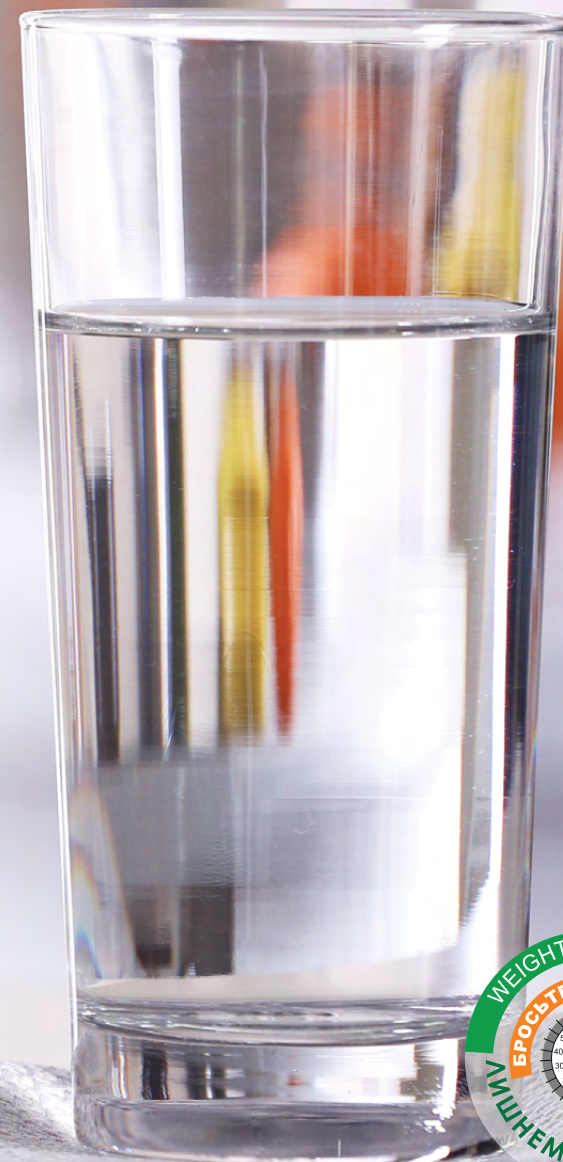


ОЧИЩЕНИЕ

ШАГ № 3. Увеличьте потребление ВОДЫ.

- Все процессы обмена веществ происходят в ВОДНОЙ среде.
- Вода УДАЛЯЕТ отходы из организма и регулирует пищеварение.
- Недостаток воды может ТОРМОЗИТЬ процессы естественной очистки организма и вызывать самоотравление клеток, тканей и органов.
- Повышенное накопление токсинов обычно обнаруживается у людей, хронически недопивающих воду.
- Пейте 1,5–2 литра воды в сутки* и откажитесь от сладких соков и газировки.

*При изменении питьевого режима необходимо проконсультироваться со специалистом.





ОЧИЩЕНИЕ

Растительный напиток Алоэ

Натуральный алоэ для стимуляции пищеварительной системы

Содержит алоэ, который:

- поддерживает естественную работу пищеварительной системы;
- стимулирует процесс пищеварения.

Классический вкус напитка прекрасно подходит для правильного начала дня. Для поддержания пищеварения с обеда и до самого вечера выберите ягодный вариант — **Растительный напиток Алоэ Клюква**.





ОЧИЩЕНИЕ

ШАГ № 4. Включите в рацион клетчатку.

Клетчатка и пищевые волокна обладают уникальной способностью стимулировать **ОЧИЩЕНИЕ** желудочно-кишечного тракта от токсинов.

Все начинается с очищения ворсинок, на которые приходится основная нагрузка при усвоении пищи, и заканчивается улучшением **ПЕРИСТАЛЬТИКИ** кишечника, что приводит к более интенсивному освобождению организма от всех видов токсинов.





ОЧИЩЕНИЕ

Овсяно-яблочный напиток Ежедневная поддержка пищеварительной системы



Содержит растворимые и нерастворимые пищевые волокна, которые

- поддерживают функцию естественного очищения кишечника;
- помогают в формировании и поддержке полезной микрофлоры кишечника



17 % суточной потребности организма в пищевых волокнах в 1 порции



Нежный яблочный вкус





ОЧИЩЕНИЕ

Комплекс пищевых волокон Ежедневная поддержка оптимальной микрофлоры

В 1 порции Комплекса пищевых волокон содержится 10 % пищевых волокон от рекомендуемого уровня суточного потребления.

В 1 порции:

- 3 г пребиотиков (растворимых пищевых волокон)
- натуральный вкус
- 16 ккал





ОЧИЩЕНИЕ

Специально для вас мы создали **электронную библиотеку видеоматериалов**. Смотрите вебинар с экспертом бренда Herbalife **Аллой Шилиной** на тему «**Пищеварение**» на video.herbalife.ru.

