

PL	UA
<p>ASHWAGANDHA, CZYLI NIEZWYKŁY KORZEŃ Ashwagandha to silny adaptogen. Kluczowym składnikiem ashwagandhy są witanolidy, czyli steroidowe laktony występujące w roślinach. To one zamieniają zwykły korzeń w symbol XXI wieku. Ashwagandha ma kluczowe zastosowanie w Ajurwedzie. Ta starohinduska praktyka opiera się m.in. na zachowaniu pierwotnej równowagi organizmu. W Ajurwedzie stan fizyczny przecina się z tym co duchowe i filozoficzne. Dla Hindusa Ajurweda nie jest zwykłą "nauką", to jedyna i słuszna droga do zachowania dobrego samopoczucia i równowagi emocjonalnej Ashwagandha działa uspokajająco i zwiększa odporność na stres fizyczny i psychiczny.</p>	<p>АШВАГАНДА, ТОБТО НЕЗВИЧАЙНИЙ КОРИНЬ Ашваганда – це сильний адаптоген. Ключовим інгредієнтом ашваганди є вітаноліди, тобто стероїдні лактони, що містяться у рослинах. Це вони перетворюють звичайний корінь на символ XXI століття. Ашваганда має ключове застосування в аюрведі. Ця давня індійська практика ґрунтується, зокрема, на збереженні початкового балансу організму. В аюрведі фізичний стан перетинається з духовним і філософським. Для індійця аюрведа – це не просто «наука», це єдиний і правильний спосіб зберегти хороше самопочуття та емоційну рівновагу. Ашваганда має заспокійливу дію і підвищує стійкість до фізичного та психічного стресу.</p>
<p>Witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania naczyń krwionośnych, chrząstki, kości, skóry, zębów i dziąseł. Przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego. Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.</p>	<p>Вітамін С сприяє правильному виробленню колагену для забезпечення належного функціонування кровоносних судин, хрящів, кісток, шкіри, зубів і ясен. Він допомагає підтримувати нормальний енергетичний обмін. Сприяє належному функціонуванню нервової системи та захисту клітин від окислювального стресу.</p>
<p>Niacyna, czyli witamina B3, która przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, a co za tym idzie, do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. Ponadto Niacyna pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych i w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego.</p>	<p>Ніацин, тобто вітамін В3, який сприяє підтримці нормального енергетичного обміну, а отже, зменшенню відчуття втоми та виснаження. Крім того, ніацин допомагає підтримувати правильні психологічні функції та правильне функціонування нервової системи.</p>
<p>Witamina B12 pomaga w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny i w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego. Przyczynia się do prawidłowej produkcji czerwonych krwinek. Odgrywa rolę w procesie podziału komórek.</p>	<p>Вітамін В12 допомагає підтримувати належний метаболізм гомоцистеїну та належне функціонування імунної системи. Він сприяє правильному виробленню еритроцитів. Відіграє роль у процесі поділу клітин.</p>
<p>Kwas foliowy znany również jako witamina B9, to ważny składnik odżywczy, który odgrywa rolę w wielu procesach biologicznych w organizmie.</p>	<p>Фолієва кислота, також відома як вітамін В9, є важливою поживною речовиною, яка відіграє роль у багатьох біологічних процесах в організмі.</p>