



# FORMUŁA

# WŁOSY, SKÓRA, PAZNOKCIE

## Co to jest MSM?

MSM to skrót od metylosulfonylometan - organicznej postaci siarki. MSM to czysty, naturalny, stabilny, biały proszek krystaliczny, pozbawiony nieprzyjemnego zapachu i smaku. MSM jest bezwonny, nie powoduje wytwarzania gazów jełitowych lub przykrego zapachu ciała. MSM jest łatwo przyswajalną substancją dietetyczną otrzymywaną z wielu nieprzetworzonych produktów.

Od kilku lat MSM jest stosowany jako suplement diety przy braku jakichkolwiek objawów nietolerancji czy reakcji alergicznych. Badania toksyczności ostrej, średniej i długoterminowej wykazały, że profil toksyczności MSM jest podobny do profilu toksyczności wody.

W połączeniu z witaminą C, krzemem, cynkiem, miedzią i aminokwasami (prolina, lizyna), MSM dostarcza organizmowi składników do budowy zdrowych, nowych komórek.

## Zdrowie skóry

MSM blokuje niepożądane chemicznie lub fizycznie tworzenie się lub niszczenie kolagenu, charakterystyczne dla twardej, starzejącej się skóry. Dlatego też MSM poprawia giętkość tkanki i wspomaga naprawę uszkodzonej skóry. Efekt ten wzmacnia się dodatkowo wraz z przyjmowaniem obok MSM również witaminy C.

**Przy niewystarczającej ilości MSM** w organizmie nowo produkowane komórki stają się sztywne, a to może doprowadzić do pękania, powstawania zmarszczek i tkanki bliznowej.

**Przy wystarczającej ilości MSM** skóra staje się bardziej miękka, gładka i elastyczna.

## Rola innych składników

**Prolina** (aminokwas) – organizm potrzebuje jej do tworzenia kolagenu, ale następuje to wyłącznie w obecności witaminy C. Najwięcej proliny występuje w strukturach wiązadeł i ścięgien stawowych. Odgrywa tam bardzo ważną rolę w odtwarzaniu kolagenu (zniszczonego lub zużytego).

**Lizyna** (aminokwas) – potrzebna do wzrostu, naprawy tkanek, produkcji enzymów, hormonów i przeciwciał. Wzmacnia integralność ściany naczyń krwionośnych. Ponadto pomaga przeciwdziałać występowaniu opryszczki.

**Miedź** – uczestniczy w tworzeniu kolagenu i elastyny, jest niezbędna do wytwarzania pigmentu.

**Cynk** – jest silnym antyutleniaczem, zabezpiecza skórę przed działaniem wolnych rodników. Niedobory cynku mają związek z występowaniem wszelkiego rodzaju schorzeń dermatologicznych takich jak: powolne gojenie się ran, wypadanie włosów, łupież.

**Krzem** – jest niezbędnym do tworzenia enzymów uczestniczących w wytwarzaniu kolagenu w takich miejscach jak kości, chrząstki stawowe i tkance łącznej. Jednak najczęściej znajduje się we włosach i skórze. Krzem stymuluje ich wzrost.

## Trądzik

Trądzik polega na nadmiernej produkcji łoju skórniego i objawia się w miejscach o największej gęstości gruczołów łojowych. Nastolatków z pewnością ucieszy wiadomość, że przeprowadzono badania, które wskazują, iż trądzik w tym i ostrzejszy trądzik różowaty pozytywnie reaguje na dietę uzupełnianą MSM.

## Zdrowe włosy

MSM spowoduje, że włosy będą mocniejsze. Dzieje się tak, ponieważ aminokwasy siarkowe, jeden z materiałów budujących białka, występują w keratynie głównym białku obecnym w dużych ilościach we włosach.

Również spożywanie takich minerałów jak krzem czy cynk wpływa na lepsze odżywianie cebulek włosowych, a przez to zwiększa zdolność budowania włosów o naturalnie zdrowym i lśniącym wyglądzie.

## Zdrowe paznokcie

Paznokcie w 98% zbudowane są ze sztywnego białka o dużej zawartości siarki zwanego keratyną, wytwarzanego przez komórki znajdujące się pod paznokciem. Suplementacja MSM przynosi radikalną poprawę sztywności paznokci, gdyż w ten sposób dostarczymy do organizmu podstawowe składniki do ich budowy. Nie bez znaczenia jest również

spożywanie odpowiedniej ilości witamin A, C i E oraz minerałów takich jak krzem czy cynk, gdyż te składniki uczestniczą wraz z miedzią w wielu reakcjach w organizmie mających ścisły związek z budową struktury włosów, skóry i paznokci.

## Inne korzyści z przyjmowania MSM

### Ochrona i poprawa stanu stawów

Badania sugerują, że MSM może zapewnić znaczne zmniejszenie dolegliwości w przypadku zapalenia stawów i innych urazach stawów. Wynika to z pośrednich właściwości przeciwzapalnych MSM, stabilizującego wpływu siarki na tkanki oraz jej właściwościach antyoksydacyjnych.

**Antyoksydant** (zwalcza wolne rodniki)

**Siarka** działa jako silny antyoksydant. Jest istotnym składnikiem jednego z najważniejszych w organizmie enzymów antyutleniających peroksydazy glutationowej. MSM jest ważnym źródłem siarki organicznej.

### Odrutowanie organizmu

**Siarka** chroni organizm dzięki zdolności detoksykacji. Szczególnie pomaga w usuwaniu toksyn przez wątrobę, która jest organem filtrującym krew.

### Usuwanie metali ciężkich

**Siarka** przylącza się w organizmie do szkodliwych dla organizmu metali ciężkich jak ołów, rtęć czy kadm i przez to wspomaga ich usuwanie z organizmu na zewnątrz.

### Złagodzenie bólu

Wiele osób przyjmujących MSM zwracało uwagę na znaczne złagodzenie bólu. Może to być spowodowane pośrednio przez działanie przeciwzapalne siarki.

**Ogólna naprawa tkanki łącznej** Oprócz włosów, skóry, i paznokci siarka jest też ważnym składnikiem takich tkanek jak: naczynia krwionośne, stawy, oczy.

Skład i sposób użycia naukowo opracowanego suplementu diety zawierającego wszystkie potrzebne organizmowi składniki niezbędne do budowy zdrowych i silnych włosów, skóry i paznokci.

SPOSÓB UŻYCIA: Osoby dorosłe jedna (1) do dwóch (2) tabletek dziennie, najlepiej w trakcie posiłku lub stosować według wskazań lekarza. Nie należy przekraczać zalecanej do spożycia porcji w ciągu dnia. Produkt nie może być stosowany jako substytut różnicowanej diety.

Skład:	%DZS*
Jedna (1) tabletkę zawiera:	
Celuloza (substancja zagęszczająca) . . . . .	556,5 mg
MSM (metylosulfonolometan) . . . . .	500 mg
Witamina C (kwas l-askorbinowy) . . . . .	60 mg
Kwas stearynowy** (substancja przeciwzbrylająca) . . . . .	40,5 mg
L-lizyna (l-lizyna HCL) . . . . .	25 mg
L-prolina . . . . .	25 mg
Krzem (krzemionka-proszek z czerwonych alg L.corrdoides) . . . . .	25 mg
Cynk (cytrynian cynku) . . . . .	7,5 mg
Stearynian Magnezu*** (substancja przeciwzbrylająca) . . . . .	7,5 mg
Glicerol (stabilizator) . . . . .	4,5 mg
Miedź (glicynian miedzi) . . . . .	1 mg

\* % realizacji dziennego zalecanego spożycia

\*\* pochodzenia roślinnego

\*\*\* otrzymywany z roślinnego kwasu stearynowego

Kobiety w ciąży, matki karmiące oraz osoby zażywające leki lub chore, powinny przed zażyciem preparatu skonsultować się z lekarzem.

Piśmiennictwo:

1. Earl L. Mindell „The MSM Miracle” , Keats Publishing 1997
2. Jacob S.W. „The Current Status of MSM in Medicine” , Am. Acad. Meri. Prev. 1983
3. M.T. Murry „Encyclopedia of Nutritional suplement” , Prima Publishing 1996

**Wszystkie produkty firmy Solgar są hipoalergiczne. Dlatego nie zawierają cukru, soli, skrobi, kukurydzy, oraz żadnych sztucznych środków konserwujących, zapachowych lub barwiących.**

**Używamy wyłącznie szklanych opakowań, co gwarantuje maksymalną świeżość i aktywność wszystkich składników.**