

Витамины и минералы



A

Витамин А

Повышает сопротивляемость организма, сокращает длительность заболеваний.



B

Витамины группы В

Обеспечивают организм энергией, способствуют росту.



C

Витамин С

Способствует укреплению иммунитета, помогает при лечении простудных заболеваний.



Na

Натрий

Держит под контролем водный баланс, кровяное давление и объем крови.



D

Витамин Д

Укрепляет кости и зубы, повышает иммунитет.



E

Витамин Е

Способствует увеличению выносливости, снижает утомляемость.



K

Витамин К

Регулирует свертываемость крови, останавливает кровотечения.



i

Иод

Участвует в образовании гормона щитовидной железы - тироксина.



Ca

Кальций

Укрепляет кости и зубы. Повышает иммунитет.



Zn

Цинк

Является антиоксидантом и поддерживает здоровую иммунную систему.



Mg

Магний

Помогает усваивать различные витамины и минералы. Помогает работе нервной системы.



K

Калий

Регулирует уровень воды в организме, помогает снижать кровяное давление.