Fogyjon akár 3x többet, mint csak diétával!

Az XL-S Medical természetes, klinikailag tesztelt hatóanyaga képes megkötni a napi zsírbevitel akár 28%-át, így naponta 3x2 alkalommal szedve akár 3x többet fogyhat, mint csak diétával.

Egészségpénztári kártyára is kapható!

OMEGA PHARMA

*IMS Health, 14A fogyókúra kategória, Európa, 2014.
Az itt feltüntetett, valamint a termék használatával elérhető eredmények nagymértékben függnek az adott eseti körülmények egyedi jellemzőitől, így azokból általános következtetés levonása nem lehetséges.

MAGYARORSZÁGON A LEGNAGYOBB AZ ELHÍZOTTAK ARÁNYA EURÓPÁBAN[2]

3

- A felnőtt lakosság **65%-a** túlsúlyos vagy elhízott
- A nők **62%-a,** a férfiak **67%-a**
- **5 millióan** rendelkeznek súlytöbblettel

[1]WHO globális információs bázis, [2]OECD Health Statistics, 2014, [3]Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet 2014-ben végzett Országos Táplálkozás és Táplálltsági Állapot Vizsgálatából (OTÁP 2014)

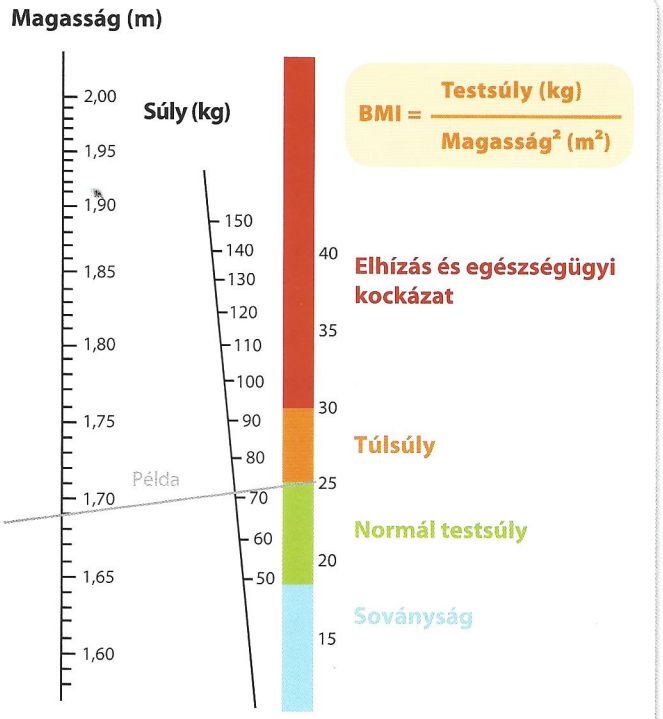
Elhízás - néhány fontos tény*

- **A súlyfelesleg és az elhízás felelős**
  - **a 2-es típusú cukorbetegségek kb. 80%-ért**
  - **a szívbetegségek kb. 35%-ért**
  - **a magas vérnyomás betegség kb. 55%-ért**
  - **bizonyos ráktípusok esetén is szerepet játszhat** (vastagbél, vese, méh és emlő)
- **Egyéb tényezők ugyancsak befolyásolhatják a testsúlynövekedést, mint pl. genetikai, pszicho-szociális, stressz és anyagcsere eredetű tényezők**
- **Kutatások bizonyítják, hogy az ülő életmód és az energiában gazdag étrend (túl sok zsír, szénhidrát, étkezések közti nassolás) elősegítik az elhízást.**

* Forrás: WHO adatbázis

Tudja mennyi a BMI-je?

- Számítsa ki testtömegindexét (BMI, Body Mass Index) az alábbi grafikon segítségével! Ha tudja a pontos magasságát és testsúlyát, könnyedén ellenőrizheti, hogy túlsúlyos-e vagy sem.



BMI (kg/m²)	Felosztás
< 18,5	Soványság
18,5 – 24,9	Normál test-súly
25 – 29,9	Túlsúly
> 30	Elhízás

Példa: ha Ön 1,69 m magas, testtömege 72 kg, akkor BMI-értéke $72/(1,69)^2=25,2$

AZ XL›S MEDICAL HATÉKONY ÉS BIZTONSÁGOS SEGÍTSÉG A FOGYÓKÚRÁBAN:

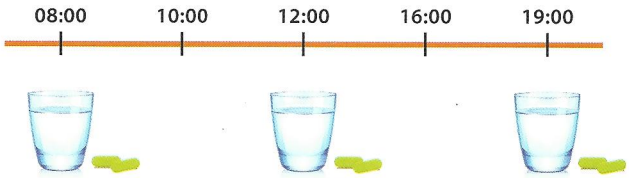
KIVÉTELES **HÁRMAS HATÁSA** VAN:

- A NAPI ZSÍRBEVITEL AKÁR 28%-ÁT MEGKÖTI
- CSÖKKENTI AZ ÉTVÁGYAT ÉS A NASSOLÁSI VÁGYAT[1]
- SEGÍTI A TÁPLÁLÉK GYOMOR-BÉLRENDSZEREN VALÓ ÁTHALADÁSÁT[1]

KLINIKAILAG BIZONYÍTOTT HATÉKONYSÁG
TERMÉSZETES ÉS ORGANIKUS
KÍMÉLETES

A hatékony fogyás érdekében fontos a

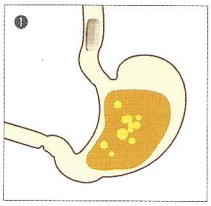
NAPI 3X2 TABLETTA SZEDÉSE



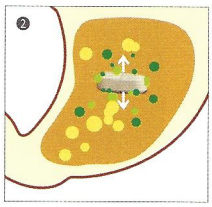
[1]A jótékony hatáshoz legalább napi 2 liter folyadék fogyasztása szükséges.

Különleges hatásmechanizmus

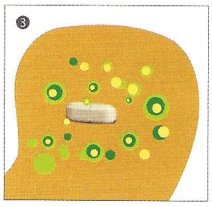
Az XL›S Medical orvostechnikai eszköz, a klinikailag bizonyítottan zsírmegkötő tulajdonságokkal rendelkező Litramine™, valamint zsírban oldódó vitaminok felhasználásával készült.



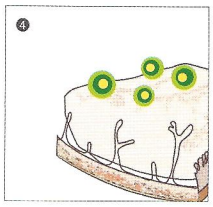
Vegyen be 2 db XL›S Medical tablettát az étkezést követően



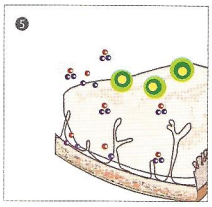
A nem oldodó és az oldodó rostok felszabadulnak



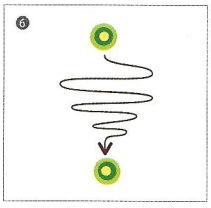
A Litramine™-ban lévő nem oldodó rostok megkötik a zsírt, létrehozva egy nagy rost-zsír komplexet



Ez a rost-zsír komplex már túl nagy ahhoz hogy a bélben felszívódjon



Az A, D és E vitamin felszívódik

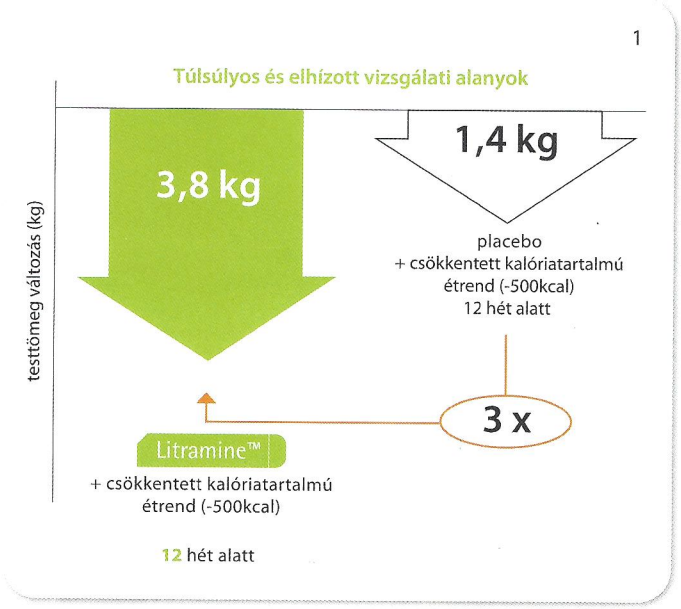


A zsír nem szívódik fel, természetes úton távozik a szervezetből

étel · Zsír · XL›S Medical · nem oldodó rost · oldodó rost · A (133x33 mcg), D (0,83 mcg) és E (1,67 mcg) vitamin

Az XL›S Medical mechanikai úton fejti ki hatását a gyomorban. Ennek következtében a mellékhatások előfordulása igen ritka.

FOGYJON AKÁR 3X TÖBBET, MINT CSAK DIÉTÁVAL!

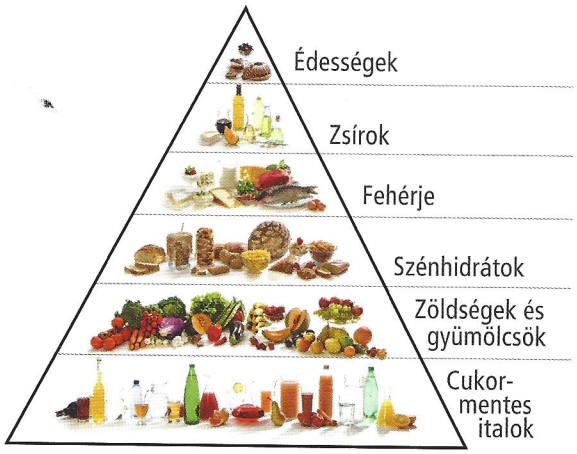


[1]Kettős-vak, randomizált és placebo-kontrollos klinikai vizsgálat, EK-jóváhagyás, EN ISO 14155, a Litramine™ biztonságosságának és hatásosságának értékelése a testsúly csökkentésében túlsúlyos vagy elhízott alanyok esetén, n = 123. Az alanyok 1,07 g Litramine™-t (2 tabletta) vagy placebót kaptak, naponta háromszor tizenkét hétig. Minden alany ésszerű napi étkezési tervet követett (1500 - 2500 kcal, 30%-os zsírtartalom).

Klinikailag igazolt, hogy az XL-S Medical termékek megfelelő étrenddel és fizikai aktivitással kombinálva hatékonyan segítenek a **súlycsökkenésben, mellékhatások nélkül.** A termék **18,5-nél magasabb** BMI-vel rendelkezőknek ajánlott.

Az egészséges életmód okosabb étrenddel és több mozgással kezdődik

- A táplálékpiramist táplálkozási szakértők alakították ki. A piramis megmutatja az egyes élelmiszercsoportok fontosságát és a kiegyensúlyozott étrenden belüli arányukat.
- **Egy egészséges és kiegyensúlyozott étrend alapjai a következők (rendszeres testmozgással):**

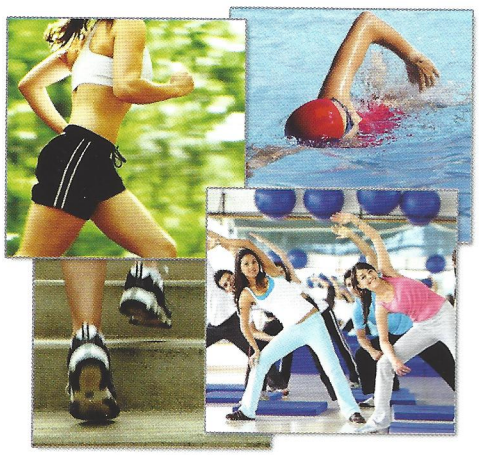


Hogyan táplálkozzunk okosabban?

- **Kerüljük a nassolást** vagy együnk valami egészségeset, mint pl. gyümölcs vagy alacsony (0%) zsírtartalmú tejtermék.
- **Igyunk sok vizet,** zöld teát vagy gyógynövény teát (cukor nélkül). Ajánlott legalább napi hat nagy pohár vizet meginni!
- **Tervezzük meg az étkezéseinket,** ez segíteni fog abban, hogy ne az utolsó perces megoldásokat válasszuk, amelyek kétségkívül magas zsír- és kalóriatartalmúak.
- **Ne hagyjunk ki étkezést,** este pedig fogyasszunk könnyű ételeket, mint pl. egy könnyű balzsamecetes - olivaolajos grillcsirke-saláta.
- **Mellőzzük az alkoholfogyasztást,** amennyire csak lehet, mert ezek az italok igen kalóriadúsak.

Hogyan mozogjunk többet?

- Napi 30 perc mozgással és megfelelő étrenddel sikeresen küzdhetünk a nemkívánatos kilókkal. A mindennap végzett egyszerű mozgások segítenek elérni az ajánlott napi testmozgásmennyiséget.
- **Menjünk el úszni** vagy iratkozzunk be egy barátunkkal **tánciskolába.**
- Telefonálás közben ne üljünk egy helyben, hanem **sétálgassunk.**
- **Válasszuk a lépcsőket** a felvonók és mozgólépcsők helyett.
- **A házimunka** remek módja a kalóriák elégetésének, ezért fel a porszívókkal, söprűkkel és porrongyokkal!
- Alakítsuk ki azt a szokást, hogy amikor vásárolni megyünk, **a legtávolabbi parkolóban parkoljunk.**
- **Menjünk bevásárlókörútra!** Egy kis élénk séta akár 200 kalóriát is elégethet.
- **Felejtsük el az autót vagy a tömegközlekedést:** a közeli kisboltba gyalog vagy biciklivel menjünk. Ha mégis a tömegközlekedést választjuk, szálljunk le egy vagy két megállóval korábban.



Az XL-S Medical orvostechnikai eszköz, ami egyben gyógyászati segédeszköznek is minősül.
Forgalmazza: Omega Pharma Hungary Kft. 1138 Budapest, Madarász Viktor u. 47-49.

A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!