

Европейская натуропатическая система  
доктора Соколинского (ND)



# Как восстановить уровень энергии в организме?

[www.sokolinskycenter.com](http://www.sokolinskycenter.com)

# Не хватает энергии?

Чтобы активировать Ваши жизненные силы, мы можем повлиять на причины дефицита:

1. Устранить главные причины потери энергии - сбои в ЖКТ, микрофлоре, детоксе и ошибки питания, образа жизни;

2. Улучшить поступление питательных веществ в пищеварительном тракте и их превращение в АТФ (энергию) в клетке

**Научный подход и практика более 20 лет!**



Написать эксперту  
на сайте



Написать на WhatsApp  
+ 420 775 720 364



# Причины потери сил

В большинстве случаев нам удастся Вам помочь с увеличением уровня энергии, повлияв на следующие причины ее потери:

- ❖ Сбои в работе кишечника, печени
- ❖ Хроническая интоксикация
- ❖ Нарушение микроциркуляции в мелких сосудах
- ❖ Постковид
- ❖ Нарушение сна
- ❖ Нарушение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ Низкоуровневое хроническое воспаление
- ❖ Хронические инфекции

**Убедитесь сами, что это работает!**



Написать эксперту  
на сайте



Написать на WhatsApp  
+ 420 775 720 364





# Почему уровень энергии так важен для здоровья в целом?

**У нас сегодня непростая жизнь. Необходимость принимать много решений, переживания требуют повышенного расхода энергии. И мозг отвлекает на себя в режиме активного думания 25-30% всех жизненных сил. Нахождение «не в тонусе» уменьшает личную эффективность в работе и качество жизни!**

В этих условиях **клетки всех органов еще должны регулярно обновляться**. Для обновления нужно синтезировать новые белки – из них состоит основа клетки. Этот процесс очень энергозатратен. Нарушение обновления клеток приводит к **истощению органов – хроническим заболеваниям**.

**Базовый метаболизм человека**, который занимается простыми домашними делами и имеет «сидячую работу», составляет 1400-1800 ккал в день. Это энергия, которую **хотят получить из пищи сами органы для нормальной работы**.

**А если при этом нарушено поступление из ЖКТ из-за проблем с пищеварением, микрофлорой?** Энергии на качественное обновление клеток не хватает. Копятся болезни!

**У нас есть технология, как экологично: безопасным и эффективным путем исправить эту ситуацию!**

# Просто подождать, наладится?

## Здоровье

- ❖ Нет энергии «по ощущениям» значит Ваши органы тоже недополучают питание!
- ❖ Хронический стресс это - не просто эмоции. Повышенный кортизол вызывает повреждение сосудов во всех органах
- ❖ Нарушается чувствительность клеток к инсулину – растет аппетит, меняется вес, есть риск диабета
- ❖ Снижается иммунитет, риск аутоиммунных заболеваний, нарушается заживление тканей
- ❖ Снижается синтез коллагена, упругость кожи, хуже состояние волос
- ❖ Разлаживается работа пищеварительного тракта



## Эффективность

- ❖ Потеря концентрации, внимания требует возвращаться к одному и тому же много раз. Приходится больше работать, а результаты меньше. Вы ничего не успеваете и постоянно устали.
- ❖ Нет уверенности в своих силах – вы пропускаете возможности в жизни
- ❖ Нарушается сон – нет восстановления, круг замыкается!

# Доктор Соколинский

Более 20 лет практики

профессор **Владимир Соколинский** (ND, MSc, BcTh), вице-президент **European Academy of Evidence-based Naturopathy**, автор 11 книг, 18 оригинальных формул нутрицевтиков. Сертифицированный эксперт по питанию (Чехия) Магистрская степень в области курортологии

- Самые полезные видео на **YouTube** канале: **«Доктор Соколинский»**





# Начнем с ЖКТ и коррекции микрофлоры – 1 месяц!



- В пищеварительном тракте усваиваются питательные вещества
- Токсины образуются на фоне нарушения стула и микрофлоры. Они нагружают печень и отравляют нервную систему.
- Микробные пленки условно-патогенных микробов. Они ослабляют иммунитет

- Чтобы мы ощущали себя в ресурсном состоянии необходимо, чтобы в каждой клетке каждого органа образовывалась **энергия** в т.н. цикле Кребса - из белков, жиров и углеводов. Они поступают с пищей. Обеспечивает их расщепление до доступной для усвоения формы – пищеварительный тракт!
- Поэтому прежде всего нормализуем микрофлору, очищаем слизистые ЖКТ, справляемся с внутренней интоксикацией и синдромом «дырявой кишки», Здоровая микрофлора синтезирует витамины группы В, нейромедиаторы для управления настроением и активностью, короткоцепочечные жирные кислоты (ацетат) для питания нервных клеток.

Нормализуем стул, устраним застой желчи, поможем печени лучше работать. Все в системе!

# Печень синтезирует до 25% тепла в теле!

Частые проблемы: жировой гепатоз, фиброз, последствия приема лекарств, застой желчи,

- ❖ Печень это **естественный фильтр**. В нее кровь попадает из кишечника, приносит с собой все, что было усвоено: полезное и не очень, чтобы потом провести эти вещества через две фазы детоксикации и далее кровь перенесет питание к другим органам в том числе к мозгу.
- ❖ В печени: **запасается энергия** в виде гликогена, образуется **холестерин**, из которого получается энергия в клетке, синтезируются половые гормоны тестостерон и эстроген, здесь идет **обмен железа**, вырабатывается тирозин – **источник для дофамина** (нейромедиатор для мотивации и тонуса) и **для гормонов щитовидной железы** (регулируют скорость обмена веществ)
- ❖ При жировом гепатозе нарушается чувствительность клеток к инсулину. Не усваивается нормально глюкоза. В итоге – хроническая утомляемость.
- ❖ Печень вырабатывает желчь, для расщепления жиров (источник энергии и основа оболочек клеток).

Посмотрите  
ВИДЕО



Мы помогаем работать печени одновременно с поддержкой кишечника.

Если этого не делать сохранится энтерогепатическая циркуляция токсинов



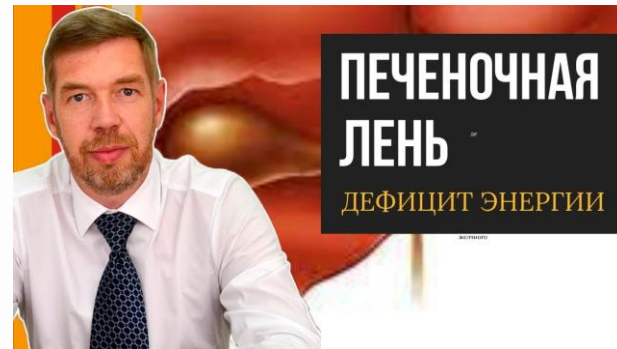
# «Печеночная лень»

При серьезных повреждениях печень не обезвреживает аммиак из кишечника, и он повреждает нейроны головного мозга,.

**Мягкая и обратимая форма** – «печеночная лень» встречается повсеместно, похожие симптомы есть и при повышенном билирубине, и при постковиде.

**Симптомы энергодифицита, связанного с печенью:**

- сонливость днем и бессонница ночью
- заторможенность в реакциях, апатия
- повышенная немотивированная раздражительность
- снижение памяти и внимания
- суетливость и быстрая потеря энергии после краткого напряжения



**в Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 1  
печень поддерживают:**

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс

# Перезагружаем микрофлору

Микрофлора кишечника утилизирует аммиак, другие потенциальные токсины для нервной системы. Она вырабатывает для мозга – витамины группы В, серотонин, ГАМК, дофамин, ацетат.

Участвует в обмене холестерина и сахара. Защищает слизистые от воспаления, чем способствует нормальному усвоению питательных веществ.

Восстановление дружественной микрофлоры включает не только прием пробиотиков. У нас действует система!

Мы начинаем с работы с **микробными пленками** на слизистых. В них прячутся условно-патогенные микроорганизмы: они отравляют организм и не дают восстановить качество дружественной микрофлоры.

С микробными пленками связано повышенное газообразование, рефлюкс, спазмы, нарушение стула, рецидивирующие инфекции, риск образования камней и также «синдром дырявой кишки» – основа для аутоиммунных нарушений

Посмотрите  
ВИДЕО



Подробнее о микробных пленках  
[на сайте](#)

# Синдром «дырявой кишки»

Кишечный барьер разрушают микроорганизмы, паразитирующие в микробных пленках на слизистых при слабости дружественной микрофлоры

Нарушение эпителиального слоя в пищеварительном тракте считается сегодня главным основанием для поддержки аутоиммунных нарушений (в т.ч. РА, тиреоидита, псориаза).

Избавиться от синдрома «дырявой кишки» очень важно, чтобы в кровь не попадали частицы микробных оболочек и токсины.

Мы восстанавливаем кишечный барьер естественным путем за счет устранения микробных пленок, противовоспалительных возможностей дружественной микрофлоры и приема растительных экстрактов с эпителипротективными, антиоксидантными и противовоспалительными свойствами.

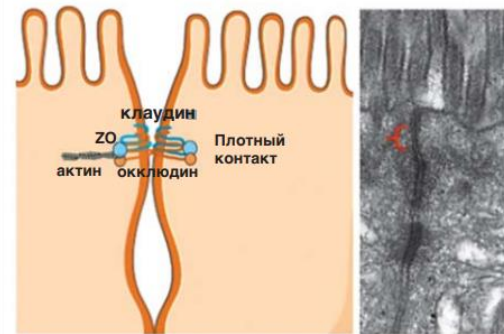
в Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 1 на микробные пленки в комплексе **влияют:**

- Трансперикум,
- Куркуминум Q10 комплекс
- Свободиум
- Баланса Адвансед Пробиотик

**Возможное улучшение по самочувствию и по анализам – за месяц!**

Посмотрите  
ВИДЕО

Рис. 3. Плотные контакты (схема слева, микрофотография справа).



Подробно о микробных пленках  
[на сайте](#)

# Улучшение работы кишечника и печени быстро укрепляет организм

Программа для  
работы с ЖКТ



Четыре натуральных средства вместе составляют мощную комплексную стратегию!

Сочетание высокотехнологичных ингредиентов в месячном курсе.

Экспертный уровень, исключая возможность ошибки пользователя при приеме.

Пошаговая программа приема выгодно отличает метод от хаотичного приема отдельных нутрицевтиков.

100% натуральный состав.



Dr.Sokolinskiy naturopathic  
formula 1 - программа первого месяца  
[на сайте](#)

# Восстанавливаем слизистые

**Трансперикум 60 капс** (на месячный курс):

берберин, артемизин, эпигаллокатехин-3-галлат (EGCG extract), фолиевая кислота, протеолитический и противовоспалительный фермент папаин.

- ❖ Эпителийпротективное средство: работа с микробными пленками, открывает возможности для активизации дружественной микрофлоры,
- ❖ Эпигенетическое средство – профилактика риска проявления предрасположенностей к нарушениям из-за неблагоприятных условий жизни
- ❖ Метаболический корректор – улучшение обмена углеводов и жиров
- ❖ Гепатопротектор – поддерживает восстановление клеток печени и структуру желчи



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования эффективности ингредиентов

1. Effect of berberine on Staphylococcus epidermidis biofilm formation, Xiaoqing Wang, Xiao Yao, PMID: 19157797
2. Combinatorial liposomes of berberine and curcumin inhibit biofilm formation and intracellular methicillin resistant Staphylococcus aureus infections and associated inflammation, Eshant Bhatia, Shivam Sharma, PMID: 33392614
3. Ye Y, Liu X, Wu N, Han Y, Wang J, Yu Y, Chen Q. Efficacy and Safety of Berberine Alone for Several Metabolic Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Clinical Trials. 2021 PMID: 33981233
4. Och A, Podgórski R, Nowak R. Biological Activity of Berberine-A Summary Update. 2020 PMID: 3319825.
5. Artemisia princeps Inhibits Growth, Biofilm Formation, and Virulence Factor Expression of Streptococcus mutans, Yang Yang , Eun-Hee Hwang, PMID: 31021282
6. Artemisia Princeps ингибирует образование биопленки и экспрессию фактора вирулентности устойчивых к антибиотикам бактерий, Чой Н.Ю., Кан С.Ю., Ким К.Дж. PMID: 26247012
7. Artemisinins, new miconazole potentiators resulting in increased activity against Candida albicans biofilms, Kaat De Cremer , Ellen Lanckacker , PMID: 25367916
8. Green tea extract and its major constituent epigallocatechin-3-gallate inhibit growth and halitosis-related properties of Solobacterium moorei, Marie-Pierre Morin, Telma Blanca Lombardo Bedran, PMID: 25880992
9. Tea polyphenols inhibit the growth and virulence properties of Fusobacterium nucleatum, Amel Ben Lagha, Bruno Haas, PMID: 28322293
10. Potential neuroprotective properties of epigallocatechin-3-gallate (EGCG), Neha Atulkumar Singh,1 Abul Kalam Azad Mandal, PMID: 27268025
11. Inhibition effect of epigallocatechin gallate on the growth and biofilm formation of Vibrio parahaemolyticus, H Wang , H Zou, PMID: 35353911
12. Inhibition effects of low concentrations of epigallocatechin gallate on the biofilm formation and hemolytic activity of Listeria monocytogenes. Du, W.F., Zhou, M., Liu, Z.G., Chen, Y. and Li, R. (2018) Food Control
13. Epigenetic factors in atherosclerosis: DNA methylation, folic acid metabolism, and intestinal microbiota. Hou H, Zhao H. Clin PMID: 33232735
14. Anti-inflammatory and immunomodulatory properties of Carica papaya, Saurabh Pandey, Peter J Cabot, P Nicholas Shaw и соавт. PMID: 27416522
15. Immunomodulatory effect of papaya (Carica papaya) pulp and seed extracts as a potential natural treatment for bacterial stress., Amin AH, Bughdadi FA и соавт. 2019, PMID: 31571245



[Подробнее](#)



# Вялотекущее хроническое воспаление и повышение энергии на уровне клеток

Куркуминум Q10 комплекс 60 капс (на месячный курс): куркумин (95% куркуминоидов: Demethoxycurcumin, Bisdemethoxycurcumin, Curcumin + Turmerin peptid), L-карнитин, Коэнзим Q10 потенцированные пиперином.

- ❖ Предупреждает воспаление на всех слизистых, в жировой ткани
- ❖ Подавляет активность грибов, бактерий, вирусов
- ❖ Защита сосудов и сердечной мышцы
- ❖ Повышение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ Повышение противоопухолевого иммунитета (в т.ч. полипы кишечника, риск опухолей поджелудочной, предстательной, молочной железы)
- ❖ Уменьшение аллергии, аутоиммунных процессов
- ❖ Воспаление в суставах, улучшение усвоения кальция

Точная дозировка, обоснованная исследованиями ингредиентов. Усвоение куркумина усилено до **30 раз** добавлением **97%** пиперина (экстракта черного перца) Максимальная **95%** концентрация действующих веществ (куркуминоидов). **120 мг** коэнзима Q10 с потенцированным усвоением в дневной дозе. Успешный опыт применения конкретного натурального препарата.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования эффективности ингредиентов

1. Anti-inflammatory effects of oral supplementation with curcumin: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials, Jessica J A Ferguson, Kylie A Abbott, Manohar L Garg, PMID: 34378053
2. Xu XY, Meng X, Li S, Gan RY, Li Y, Li HB. Bioactivity, Health Benefits, and Related Molecular Mechanisms of Curcumin: Current Progress, Challenges, and Perspectives. Nutrients. 2018 PMID: 30347782
3. Sangouni AA, Taghdir M, Mirahmadi J, Sepandi M, Parastouei K. Effects of curcumin and/or coenzyme Q10 supplementation on metabolic control in subjects with metabolic syndrome: a randomized clinical trial. Nutr J. 2022, PMID: 36192751
4. Куркумин и его модифицированные препараты при воспалительном заболевании кишечника (ВЗК): история на данный момент и перспективы на будущее. Адхимулам Картикеян , Ким На Ён , и др., 2021, PMID: 33918207
5. Curcumin and Cancer, Antonio Giordano, Giuseppina Tommonaro, PMID: 31590362



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Улучшаем качество пищеварения

Источник растворимых пищевых волокон для перезагрузки микрофлоры  
Связывает в кишечнике холестерин, желчные кислоты, постепенно высвобождает глюкозу

Способствует лучшей структуре желчи, восстановлению слизистых в ЖКТ, нормализации стула

Наиболее доказанное в мире средство для нормализации пищеварения:

- ❖ Склонность к запору
- ❖ Склонность к диарее
- ❖ ГЭРБ
- ❖ Синдром раздраженного кишечника
- ❖ Застой желчи, камни желчного, если нет желчного пузыря
- ❖ Гастрит (особенно эрозивный)

Наша формула psyllium husk подходит даже тем, кто не смог принимать другие препараты псиллиума из-за газообразования. Может использоваться даже на фоне СИБР, Нужно всего 1-2 капсулы в день. Дополнительно всего 1 стакан в день. Успешный опыт применения конкретного натурального препарата.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования эффективности ингредиентов

1. Dietary fiber in irritable bowel syndrome (Review). El-Salhy M, Ystad SO, соавт. PMID: 28731144)
2. Fiber and functional gastrointestinal disorders. Eswaran S, Muir J, Chey WD. PMID: 23545709
3. Effect of dietary fiber on constipation: a meta analysis. Yang J, Wang HP, Zhou L, Xu CF. PMID: 23326148
4. Effect of psyllium (*Plantago ovata*) fiber on LDL cholesterol and alternative lipid targets, non-HDL cholesterol and apolipoprotein B: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Jovanovski E, Yashpal S соавт. PMID: 30239559
5. Effects of psyllium on metabolic syndrome risk factors., Pal S, Radavelli-Bagatini S., PMID: 22863407
6. Fiber and prebiotics: mechanisms and health benefits., Slavin J., PMID: 23609775)



↑  
Подробнее

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Принимаем мультисинбиотик с цинком

**Баланса Адвансед Пробиотик с цинком 60 капс** (на месячный курс): премиальный пробиотический комплекс из 12 штаммов дружественных микрокапсулированных микроорганизмов (11 миллиардов CFU): *L. Fermentum* ME-3 + *L. acidophilus*, *B. lactis*, *L. rhamnosus*, *B. breve*, *L. bulgaricus*, *L. plantarum*, *L. casei*, *L. lactis*, *B. bifidum*, *S. thermophilus*, *L. Paracasei*, инулин, цитрат цинка – 5 мг

В каждой капсуле Balansa. Advanced Probiotic находится **до 11 миллиардов колониеобразующих бактерий** сразу двенадцати активных штаммов. Это огромное количество полезных бактерий способно изменить микробиоту целого организма, произвести реактивацию дружественной микрофлоры, адаптированной к вашим условиям жизни и питания.

Технология лиофильной сушки и микрокапсулирования обеспечивает сохранение качества при комнатной температуре.

В составе в т.ч. уникальный штамм ***Lactobacillus fermentum* ME3** (редко встречается в пробиотических формулах) запатентован в 2006 году в Тартусском университете, на основании исследований его антиоксидантной, противовоспалительной и противомикробной активности.

Уникальность ME-3 в частности в том, что эта бактерия помогает вырабатывать сильнейший антиоксидант и детоксикант – глутатион, особенно полезна при метаболических изменениях, инсулинорезистентности, жировом гепатозе, нарушениях в сосудах и нервной ткани при постковиде и при ослабленной печени.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования пользы пробиотиков

В состав формулы также включен **цитрат цинка**, потому что у людей с дефицитом энергии, нарушенным пищеварением, иммунитетом и обменом глюкозы, холестерина – повсеместно встречается дефицит этого минерала. Цинк входит в состав десятков ферментов и легко расходуется, из пищи может поступать недостаточно.

1. Mikelsaar M, Zilmer M. Lactobacillus fermentum ME-3 - an antimicrobial and antioxidative probiotic. PMID: 19381356
2. Pelton R. Lactobacillus fermentum ME-3: A Breakthrough in Glutathione Therapy, 2022 PMID: 36644601
3. Тренева Екатерина Вячеславовна, Булгакова Светлана Викторовна, Романчук Петр Иванович, Захарова Наталья Олеговна, Сиротко Илья Иванович Мозг и микробиота: нейроэндокринные и гериатрические аспекты // Бюллетень науки и практики. 2019. №9.
4. Брагина Таисия Владимировна, Елизарова Елена Викторовна, Шевелева Светлана Анатольевна Микробиота кишечника спортсменов// Вопросы питания. 2021. №4 (536)
5. Всемирная гастроэнтерологическая ассоциация (WGO) - WGO Practice Guideline, Probiotics and Prebiotics, 2017



↑  
Подробнее

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!



# Как принимать правильно программу 1-го месяца

Программа  
для работы  
с ЖКТ



Dr.Sokolinskiy naturopathic  
formula 1 [на сайте](#)

Куркуминум Q10 комплекс + Трансперикум + Свободиум. дважды в день по 1 капсуле (с завтраком и обедом).

Вечером 2 капс. **Баланса. Адвансед Пробиотик** (не совмещая по времени с хлебом, макаронами, кашами, чаем)

**Важное замечание.** Если есть проблемы с засыпанием, просыпаетесь по ночам, высокий уровень психоэмоционального напряжения, тогда еще вечером добавляем [Рестартиум Антистресс](#) по 2 капс. для снижения кортизола и тревожности, защиты нервных клеток от оксидативного стресса.

## Противопоказания

Абсолютных противопоказаний нет, компоненты имеют низкую аллергенность, но возможна индивидуальная непереносимость компонентов. Не применяем в острых состояниях и сразу после операций.

Применение не отменяет диагностики и лечения у врача. Натуральные средства не являются лекарством.



Получили результат в первый  
месяце: пищеварение улучшилось  
и сил стало больше? Идем дальше!

Помогаем организму работать  
более стабильно!

# Улучшаем обменные процессы. Поддерживаем микроциркуляцию. Продолжение программы

Увеличение  
клеточной  
энергии 60 дней



Во второй и третий месяц переходим к повышению энергии на клеточном уровне для стабильного уровня жизненных сил и поддержки обновления клеток:

- ❖ Защищаем оболочки клеток от оксидативного стресса, улучшения микроциркуляции – питания органов и поддержки природных противовоспалительных механизмов.
- ❖ Устраняем хроническую митохондриальную и эндотелиальную дисфункцию
- ❖ При этом продолжаем поддерживать пищеварение



Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 2  
[на сайте](#)

# Антивозраст. Повышение энергии. Постковид. Скорость обменных процессов

Богатый состав для поддержки высокого уровня энергии

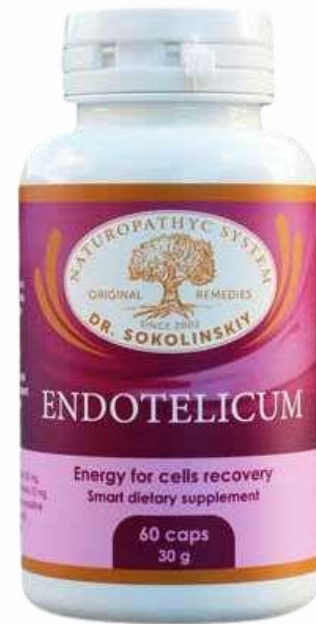
- ❖ улучшение чувствительности клеток к инсулину
- ❖ защита эндотелия сосудов и нормализация их тонуса
- ❖ поддержка природных противовоспалительных механизмов
- ❖ улучшение энергетики клетки, защиту от митохондриальной дисфункции

## Плюсы формулы Эндотеликум (Endotelicum)

**Аминокислота L-карнозин.** Стресс-протектор и антигипоксикант. В условиях недостаточного питания ткани и повышенных нагрузок (типичный пример – постковид, гипертензия или гипотензия, сахарный диабет, переутомление), аминокислота расширяет возможности возврата нервных клеток к норме, несмотря на повреждающий фактор, ограничивает область повреждения.

**Сверхчистый дигидрокверцитин флавоноид 98% (таксифолин).** Улучшает микроциркуляцию крови, понижает вязкость и снижает уровень холестерина, триглицеридов, Улучшает память, концентрацию и внимание. Уменьшает воспалительную реакцию в стенке сосудов и нервной ткани, вызванную влиянием эндотоксинов и свободных радикалов

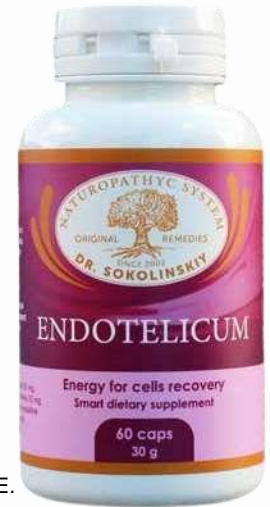
А также в составе: **стандартизированный экстракт джимнема силвестра, аминокислота ацетил-L-карнитин, экстракт астрагала, экстракт шлемника байкальского** для сосудистых и метаболических эффектов.



[Подробнее](#)

# Исследования эффективности ингредиентов

1. Kohen R., Yamamoto Y., Cundy K.C., Ames B.N. Antioxidant activity of carnosine, homocarnosine, and anserine present in muscle and brain, PMID: 3362866
  2. Carnosine ( $\beta$ -alanyl-L-histidine) increases the efficacy of learning under conditions of oxidative stress related to the development of conditioned response with negative reinforcement, S. L. Stvolinsky, T. N. Fedorova,
  3. Differential Neuroprotective Effects of Carnosine, Anserine, and N-Acetyl Carnosine against Permanent Focal Ischemia, Jianguyong Min, Marie-Claude Senut
  4. Taxifolin inhibits amyloid- $\beta$  oligomer formation and fully restores vascular integrity and memory in cerebral amyloid angiopathy, Satoshi Saito, Yumi Yamamoto
  5. Taxifolin protects RPE cells against oxidative stress-induced apoptosis Xiaobin Xie, Jun Feng
  6. The direct evidence and mechanism of traditional Chinese medicine treatment of COVID-19 Xuedong An, YueHong Zhang,
  7. Bioavailability and Safety of Dihydroquercetin (Review) S V Orlova, V V Tatarinov, PMID: 35194263
  8. Effect of Gymnema sylvestre Administration on Metabolic Syndrome, Insulin Sensitivity, and Insulin Secretion., Zuñiga LY, González-Ortiz M, Martínez-Abundis E. PMID: 28459647
  9. Effect of Gymnema sylvestre Administration on Glycemic Control, Insulin Secretion, and Insulin Sensitivity in Patients with Impaired Glucose Tolerance. Gaytán Martínez LA, Sánchez-Ruiz LA, Zuñiga LY, González-Ortiz M, Martínez-Abundis E.
  10. An Overview of Herb1. L-Carnitine and Acetyl-L-carnitine Roles and Neuroprotection in Developing Brain, Ferreira GC, McKenna MC., PMID: 28508995
  11. Proposal of a food supplement for the management of post-COVID syndrome, Z Naureen 1, A Dautaj, PMID: 34890036
  12. Acetyl-L-carnitine deficiency in patients with major depressive disorder. Nasca C, Bigio B и соавт. PMID: 30061399
  13. Acetyl-L-carnitine in chronic pain: A narrative review, Sarzi-Puttini P и соавт. PMID: 34500063
  14. Metabolic and phys1. Potential roles of medicinal plants for the treatment of viral diseases focusing on COVID-19: A review., Adhikari B, Marasini BP и соавт. PMID: 33037698
  15. A Review of the Pharmacological Action of Astragalus Polysaccharide, Yijun Zheng , Weiyu Ren, PMID: 32265719
  16. Astragalus polysaccharide inhibits isoprenaline-induced cardiac hypertrophy via suppressing  $Ca^{2+}$ -mediated calcineurin/NFATc3 and CaMKII signaling cascades. Dai H, Jia G, Liu X, Liu Z, PMID: 24975447
  17. Anti-Aging Implications of Astragalus Membranaceus (Huangqi): A Well-Known Chinese Tonic, Liu P, Zhao H, Luo Y., PMID: 29344421
  18. Biological active ingredients of Baicalin ameliorates neuroinflammation-induced depressive-like behavior through inhibition of toll-like receptor 4 expression via the PI3K/AKT/FoxO1 pathway. Guo LT, Wang SQ и соавт. PMID: 31068207
  19. Traditional Chinese herb Astragalus membranaceus on treatment of diabetes: a systematic review. Zhang K, Pugliese M, Pugliese A, Passantino A. PMID: 25723453
- biological differences between zero-flow and low-flow myocardial ischemia: effects of L-acetylcarnitine, Paulson DJ, Schmidt MJ и соавт., PMID: 6508713



[Подробнее](#)

# Продолжаем поддерживать слизистые пищеварительного тракта + хлорофилл

Зеленый коктейль с хлорофиллом для очищения слизистых и улучшения пищеварения + аминокислоты, витамины, минералы

- ❖ Увеличивает количество растительных волокон в рационе
- ❖ Поддерживает пребиотическое питание – нормализацию микрофлоры
- ❖ Оптимизирует моторику желудка и кишечника
- ❖ Легкий способ получать хлорофилл, витамины и минералы из пищи
- ❖ Используется для коррекции избыточного и недостаточного веса

## Плюсы формулы НутриДетокс (NutriDetox)

Легко добавить НутриДетокс в овощной смузи или выпить с водой. Естественный детокс происходит через лучшее усвоения полезных веществ в ЖКТ и нормализацию стула. Экономично! Одной упаковки достаточно на 2 месяца. Опыт применения формулы с 2002 года.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!



# Информация об основных ингредиентах

**Спирулина** — микроводоросль с содержанием аминокислот более 60%, а также: гамма-линоленовой кислоты (GLA), альфа-линоленовой кислоты (ALA), линолевой кислоты (LA), стеариновой кислоты (SDA), эйкозапентаеновой кислоты (EPA), докозагексаеновой кислоты (DHA). Витамины B1 (тиамин), B2 (рибофлавин), B3 (никотинамид), B6 (пиридоксин), B9 (фолиевая кислота), витамин C, витамин D, витамин A и витамин E.

Спирулина – это также источник хлорофилла, калия, хрома, кальция, меди, железа, марганца, магния, фосфора, натрия, селена и цинка. Она содержит множество пигментов, таких как бета-каротин, зеаксантин, хлорофилл типа А.

**Хлорелла** - уникальная микроводоросль, являющаяся источником хлорофилла, каротина, витамина B1, B2, B6, B12, C, провитамина D, K, PP, E, фолиевой кислоты, биотина. Сухая биомасса водоросли содержит до 55% белка, 30–35% углеводов (причем, большая часть являются пищевыми волокнами), до 10% липидов (80% из них – ненасыщенные жирные кислоты), более 10% минеральных веществ.

Способствует выведению тяжелых металлов (ртути, мышьяка, свинца, алюминия и пр.), очищению слизистых пищеварительного тракта. Хлорофилл активизирует регенеративные процессы, укрепляет иммунитет, поддерживает рост дружественной микрофлоры и работу лимфоидного аппарата кишечника,

**Хлорофилл** в составе спирулины и хлореллы способствует активизации клеточного дыхания, обновлению клеток, нормализации противовирусного, противоопухолевого, противомикробного иммунитета. Помогает снижению аллергической настроенности, нормализует обмен веществ, гормональный фон.

## **Исследования:**

1. Bito T, Okumura E, Fujishima M, Watanabe F. Potential of Chlorella as a Dietary Supplement to Promote Human Health. *Nutrients*. 2020, PMID: 32825362
2. Subramoniam A, Asha VV, Nair SA, Sasidharan SP, Sureshkumar PK, Rajendran KN, Karunagaran D, Ramalingam K. Chlorophyll revisited: anti-inflammatory activities of chlorophyll a and inhibition of expression of TNF- $\alpha$  gene by the same. *Inflammation*. 2012, PMID: 22038065.



↑  
Подробнее

# Укрепляем оболочки клеток

Омега-3 (ЭПК и ДГК) обладают непревзойденным метаболическим эффектом, восстанавливают оболочки клеток при действии свободных радикалов, останавливают вялотекущее воспаление, улучшают структуру крови.

Механизм действия:

- ❖ Конкуренция с вызывающей воспаление арахидоновой кислотой
- ❖ Защита фосфолипидов и жирных кислот клеточной
- ❖ Противодействие образованию тромбов
- ❖ Снижение триглицеридов (жиров в крови)
- ❖ Гепатопротектор
- ❖ Улучшает состояние при депрессии, астении

## Плюсы нашей формулы Омега-3

Чистый рыбный жир содержит максимальные количества ДГК и ЭПК. Головной мозг практически на 60% состоит из жиров и в большей степени ему требуются омега-3 ПНЖК, так как они являются частью мембран клеток и способствуют передаче нервных импульсов. Дефицит омега-3 снижает интеллектуальные и когнитивные способности человека. Добавление в состав токоферола повышает стабильность при хранении.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования эффективности

Норма EPA и DHA в день для взрослого человека от 650 мг в сутки (2 капсулы в нашей программе). Цели: поддержка чувствительности клеток к инсулину, когнитивных способностей, улучшение «текучести крови», восстановление при постковиде, астении

1. Sinha S, Haque M, Lugova H, Kumar S. The Effect of Omega-3 Fatty Acids on Insulin Resistance. PMID: 37374105
2. El-Fayoumi SH, Mahmoud AAA, Fahmy A, Ibrahim IAEE. Effect of omega-3 fatty acids on glucose homeostasis: role of free fatty acid receptor PMID: 32388601.
3. Albracht-Schulte K, Kalupahana NS, Ramalingam L, Wang S, Rahman SM, Robert-McComb J, Moustaid-Moussa N. Omega-3 fatty acids in obesity and metabolic syndrome: a mechanistic update. PMID: 29621669
4. Dighriri IM, Alsubaie AM, Hakami FM, Hamithi DM, Alshekh MM, Khobrani FA, Dalak FE, Hakami AA, Alsueaadi EH, Alsaawi LS, Alshammari SF, Alqahtani AS, Alawi IA, Aljuaid AA, Tawhari MQ. Effects of Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids on Brain Functions: A Systematic Review. PMID: 36381743
5. Nursyifa Fadiyah N, Megawati G, Erlangga Luftimas D. Potential of Omega 3 Supplementation for Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): A Scoping Review. PMID: 35431568
6. McEwen BJ, Morel-Kopp MC, Tofler GH, Ward CM. The effect of omega-3 polyunsaturated fatty acids on fibrin and thrombin generation in healthy subjects and subjects with cardiovascular disease. PMID: 25703517.



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!



# Стресс и нарушение сна = потери энергии



Избыточное образование в надпочечниках стрессового гормона кортизола мешает клеткам получать энергию из глюкозы, нарушает пищеварение, снижает иммунитет.

Недостаточный сон не позволяет нервным клеткам восстанавливаться, страдает память и внимание, выше риск сосудистых проблем, нарушена работа вегетативной нервной системы

---

- Во время быстрого сна мозг переносит информацию из краткосрочной памяти в долговременную, в фазу медленного сна он анализирует состояние внутренних органов и дает команды об исправлении, активирует соматотропный гормон для регенерации тканей.
- В Dr. Sokolinskiy Naturopathic System мы рекомендуем не только приемы коррекции стресса и улучшения качества сна, но и натуральные ингредиенты, достоверно снижающие уровень стрессового гормона кортизола.

# Снижение уровня стрессового кортизола. Улучшение сна если необходимо

Последнее поколение стресс-протекторов. 100% натуральный состав

- ❖ Защита от переутомления
- ❖ Лучший контроль за эмоциями, без рисков привыкания
- ❖ Улучшение качества сна (глубины сна и восстановление циркадных ритмов)
- ❖ Повышение концентрации внимания
- ❖ Контроль за возможным перееданием, связанным со стрессом

## Плюсы формулы Restartium Antistress

Основное действующее вещество – японский высоко технологичный экстракт спаржи **ETAS®**. В нескольких исследованиях было подтверждено его влияние на снижение уровня стрессового гормона кортизола. Это повышает концентрацию внимания, точность действий в стрессовых условиях, уменьшает чувство дисфории и усталости, улучшает качество сна.

Также в составе: **L-триптофан, экстракт хмеля, экстракт пассифлоры для снижения уровня тревожности**



[Подробнее](#)

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Исследования ингредиентов

1. Effect of Enzyme-Treated Asparagus Extract (ETAS) on Psychological Stress in Healthy Individuals. Takanari J1, Nakahigashi et al. PMID: 27465727
2. Tatsuya Yoshihara, Masayoshi Zaitso, Fumie Shiraishi, et al. Influence of genetic polymorphisms and habitual caffeine intake on the changes in blood pressure, pulse rate, and calculation speed after caffeine intake: A prospective, double blind, randomized trial in healthy volunteers. Journal of Pharmacological Sciences. 2019, Vol.139, No.3, p.209.
3. Yin-Ching Chan, Ci-Sian Wu, Tsai-Chen Wu, et al. A Standardized Extract of Asparagus officinalis Stem (ETAS®) Ameliorates Cognitive Impairment, Inhibits Amyloid  $\beta$  Deposition via BACE-1 and Normalizes Circadian Rhythm Signaling via MT1 and MT2. Nutrients. 2019, Vol.11, No.7, p.1631.
4. Ito T, Goto K, Takanari J, Miura T, Wakame K, Nishioka H, Tanaka A, Nishihira J. Effects of enzyme-treated asparagus extract on heat shock protein 70, stress indices, and sleep in healthy adult men. PMID: 25297618.
5. Jenkins TA, Nguyen JC, Polglaze KE, Bertrand PP. Influence of Tryptophan and Serotonin on Mood and Cognition. Kikuchi AM, Tanabe A, Iwahori Y. A systematic review of the effect of L-tryptophan supplementation on mood and emotional functioning. PMID: 32272859.
6. Kikuchi AM, Tanabe A, Iwahori Y. A systematic review of the effect of L-tryptophan supplementation on mood and emotional functioning. PMID: 32272859.
7. da Fonseca LR, Rodrigues RA, Ramos AS, da Cruz JD, Ferreira JLP, Silva JRA, Amaral ACF. Herbal Medicinal Products from Passiflora for Anxiety: An Unexploited Potential. PMID: 32765195
8. Janda K, Wojtkowska K, Jakubczyk K, Antoniewicz J, Skonieczna-Żydecka K. Passiflora incarnata in Neuropsychiatric Disorders-A Systematic Review. PMID: 33352740
9. Franco L, Sánchez C, Bravo R, Rodriguez A, Barriga C, Juárez JC. The sedative effects of hops (*Humulus lupulus*), on the activity/rest rhythm. PMID: 22849837.



Подробнее

---

Не отдельные вещества, а система. Эффект – только при правильном сочетании! Посоветуйтесь!

# Как принимать правильно программу второго и третьего месяцев?

Увеличение  
клеточной  
энергии 60 дней



Куркумину Q10 комплекс + Эндотеликум один раз в день по 1 капсуле с едой.

В удобное время **НутриДетокс** по 1\3-1\2 чайной ложки можно добавить в смузи (рекомендуется) или просто развести в воде

В удобное время **Омега 3** по 2 капсулы.

Если по результатам первого месяца есть хороший эффект в снижении влияния стресса при приеме Рестартиум Антистресс, но при этом уровень напряженности в жизни сохраняется высоким - продолжаем по 1 капс. для снижения кортизола и тревожности, защиты нервных клеток от оксидативного стресса. Также можно купить в аптеке цитрат магния и добавит его по 400 мг в день.



Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 2  
на сайте



# Также постковид часто влияет на уровень энергии

Считается, что 35% переболевших за год так и не выходят на прежний уровень работоспособности из-за тех или иных проблем

Источники:

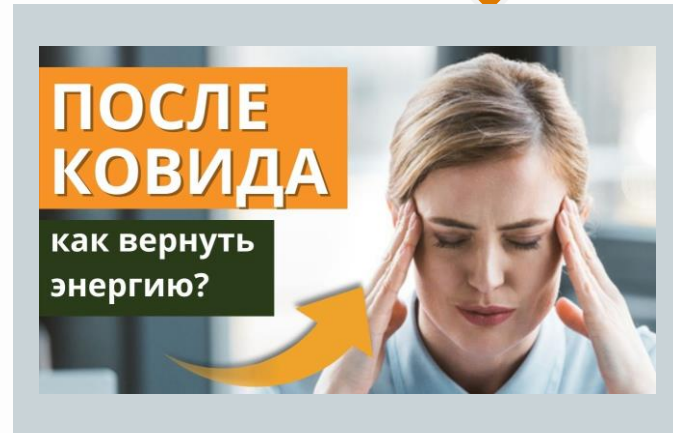
1. Kotova OV, Akarachkova ES. Asthenic syndrome in the practice of a neurologist and a family doctor practice. *Russ. Med. Zh.* 2016;13:824–829.
2. COVID-19 rapid guideline: managing the long-term effects of COVID-19. *NICE Guideline, No. 188*

Вирус повреждает внутреннюю оболочку сосудов. Возникает микротромбоз и микроваскулит. А питание любого органа зависит от сосудов. Вируса уже нет а микровоспаление запущено. Оно длится до года. Процесс может повреждать любые органы.

Очень слабого воспаления в макроглии вокруг нейронов достаточно, чтобы было нарушение сна, тревожность, астения, снижение памяти.

**Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 2** включает ингредиенты для более быстрого восстановления при постковиде

Посмотрите  
ВИДЕО



Посмотрите подробнее  
[на сайте](#)

# Интоксикация и оксидативный стресс повреждают и истощают клетки

С пищей, водой, лекарствами в организм поступают внешние токсины.

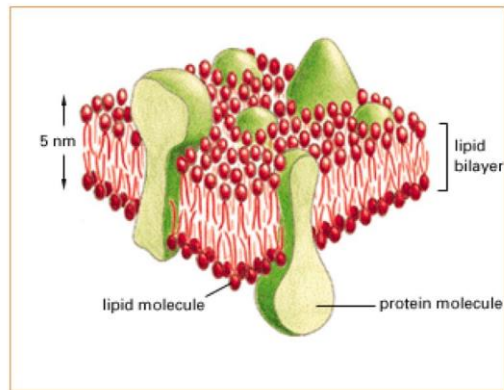
Деятельность микроорганизмов, даже небольшой уровень воспаления в тканях генерирует внутренние токсины.

Любые токсины активируют оксидативный стресс, т.е. являются источником свободных радикалов и повреждают билипидный слой оболочки клеток. Для нервных клеток это особенно критично. Они очень чувствительны

В клетках с поврежденной мембраной запускается процесс самоуничтожения – аутофагии. В первую очередь в клетке уменьшается количество митохондрий – а в них непосредственно образуется энергия (АТФ). Это называется митохондриальная дисфункция.

Мы защищаем оболочки нервных клеток через прием антиоксидантов (Эндотеликум, Куркуминум Q10 комплекс) и через глубокий детокс.

Биологическая мембрана:  
липидный бислой + белки



Мы поддерживаем и питание нервной ткани и защищаем ее от повреждения



# Есть два пути, как получить улучшение

## начать курс самостоятельно

Начать применять методику с улучшения ЖКТ и микрофлоры

кратко посоветоваться с экспертом по WhatsApp по схеме приема наших препаратов



**Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 1**



## с профессором Соколинским (ND)

Начать с платной расширенной консультации  
Удаленно! WhatsApp\Skype.

заполнить анкету\прислать анализы  
\получить индивидуальную программу



**КОНСУЛЬТАЦИЯ**



В СЛУЧАЕ ОСТРЫХ БОЛЕЙ ИЛИ ДРУГОГО НЕОТЛОЖНОГО СОСТОЯНИЯ – ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ. ПРИ НАЛИЧИИ ХРОНИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ МЫ УМЕЕМ КОМБИНИРОВАТЬ НАТУРАЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ С ЛЕКАРСТВАМИ И УЧИТЫВАЕМ ДИАГНОЗ, ДАННЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ. НАШИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ – НЕ ЛЕКАРСТВА. ВОЗМОЖНА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ

# Устраняем инсулинорезистентность

- ❖ На фоне хронического стресса часто растет уровень глюкозы в крови, а клетка не может ее усвоить.

В итоге в клетке не синтезируется достаточно энергии. А избыточная глюкоза в крови связывается с гемоглобином. Образуется гликированный гемоглобин. Он повреждает сосуды. Особенно это критично для головного мозга и сердца.

Так развивается вялотекущее хроническое воспаление в тканях, жировой гепатоз в печени. А о роли печени для уровня энергии мы уже говорили

## Причины инсулинорезистентности:

- ❖ Сидячий образ жизни • Высококалорийное питание • Хронический стресс • Хроническое микробное воспаление • Постковид

Мы можем с этим эффективно работать с помощью [Dr.Sokolinskiy naturopathic formula 2](#)

Посмотрите  
ВИДЕО



Растет сахар, холестерин, вес?  
[Пройдите тест](#)

# Какие натуральные препараты рекомендует доктор Соколинский?

Натуральные средства, рекомендуемые для курса – авторские. Они созданы за 20 лет практики «Dr.Sokolinskiy naturopathic system». Им нельзя подобрать аналоги, поскольку это не набор случайных препаратов, а целостная Система!

- ❖ 100% натуральные, дополняют друг друга
  - ❖ содержат вещества, которые требуются для решения конкретной физиологической задачи восстановления работы органа
  - ❖ есть **научные исследования**, подтверждающих механизм действия ингредиентов
  - ❖ наша **многолетняя практика** подтверждает хорошие отзывы по удобству приема, отсутствию нежелательных реакций
- Произведены в ЕС (Чехия). Под авторским контролем. Имеют достаточные сроки годности. Проверены на правильное сочетание между собой. Производятся специально для «Системы доктора Соколинского» семейной компанией с историей от 1986 года

Эти препараты можно заказать на официальном сайте Европейского центра - [www.sokolinskycenter.com](http://www.sokolinskycenter.com)



# Почему у Вас могло раньше не получаться?

- ❖ не проведена коррекция психосоматики: осталось высоким влияние кортизола, эмоций, возможно нарушен сон
- ❖ лечение влияло на один орган вместо того, чтобы учитывать их совместную работу
- ❖ подавляли симптомы, не удалось устранить причины проблем
- ❖ было хаотичное или избыточное использование натуральных средств или лекарств, которое разбалансировало организм
- ❖ не работали эффективно с детоксом, коррекцией микрофлоры в т.ч. с микробными пленками

Посмотрте  
ВИДЕО



# О чем говорим на индивидуальной консультации

1. Устраним непродуктивные потери жизненных сил на недостаточный сон, многозадачность, поработаем с уровнем тревожности
2. Сделаем питание сбалансированным по веществам, приносящим энергию и «крадущим» энергию (к примеру, сладкое дает энергию так же быстро как и отнимает, а мясо тратит много энергии на свое переваривание и оставляет массу токсинов, но служит сырьем для образования дофамина – биоактиватора. Подберем оптимальное питание)
3. Нормализуем микрофлору, которая защищает наш мозг от отравления нейротоксинами и нейровоспаления, продуцирует витамины группы В и нейромедиаторы, применим эффективные мультипробиотики
4. Избавимся от хронической интоксикации, в т.ч. на уровне плохо работающего кишечника
5. Стоит проконтролировать состояние печени, щитовидной железы, уровне витамина Д, железа и если есть проблемы с этим – исправим
6. Наладим усвоение жиров и углеводов на разных уровнях: от кишечника и печени до клетки. Стоит проверить уровень чувствительности клеток к инсулину и баланс «хорошего\плохого» холестерина
7. Не возникла ли резкая потеря ресурсного состояния после известного вируса? Есть технология поддержки нервной ткани при постковиде через работу с сосудами и снижение вялотекущего воспаления.
8. Разберемся какая физическая активность достаточная, чтобы стимулировать образование новых энергетических структур – митохондрий во всех клетках, но не избыточная.
9. Добавим к пище антиоксиданты, защищающие клетки от повреждения оксидативным стрессом, и природные метаболические корректоры помогающие лучшему обмену веществ на клеточном уровне

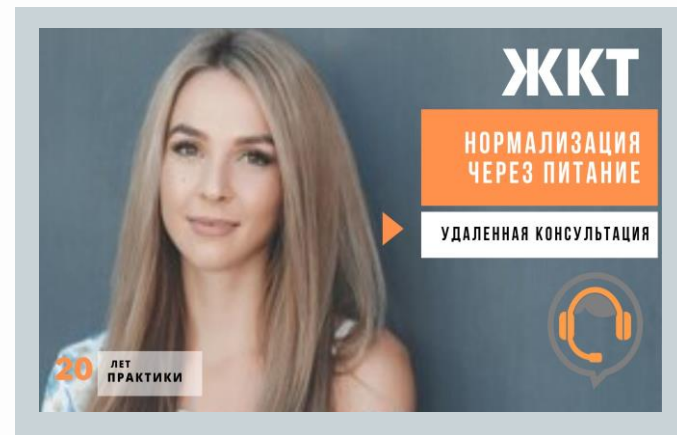
Предложим только 100% безопасные натуральные решения. Мы будем на связи во время всего курса. Вы оцените!



# Подумайте о коррекции питания

- ❖ Ее можно провести на расширенной консультации. Дистанционно. В режиме видеозвонка. WhatsApp\ Skype
- ❖ Возможно приехать и на личный прием – в Чехии. На курорте Sobotin.
- ❖ Питание может помочь восстановить нормальное пищеварение. Разберем «как правильно» и закрепим правильные привычки. Изменение питания = изменение здоровья!
- ❖ Разобраться в правильном питании не специалисту – трудно. Все часто сводится к исключению разных продуктов. А это дает кратковременный эффект!
- ❖ Мы не мучаем человека жесткой диетой, а с помощью нутрицевтиков, работы с психосоматикой, образом жизни, мягкой коррекции рациона – помогаем восстановить полноценное питание.
- ❖ **Снова есть что хочется и нравится, но теперь в разумных пределах!**
- Рекомендации с учетом заболеваний и принимаемых препаратов. Только то, что научно обосновано. Без экспериментальных диет!

Посмотрите  
ВИДЕО



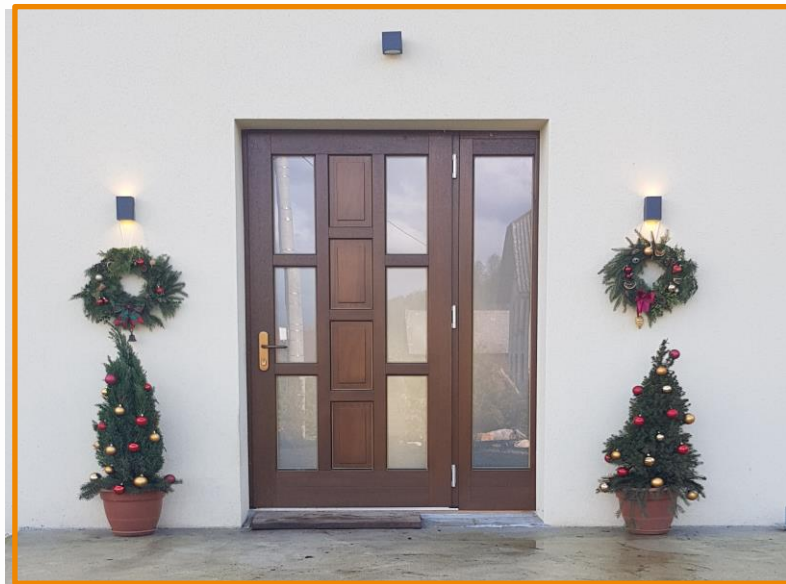
Анкета для консультации  
[на сайте](#)

# КОНТАКТЫ

## **Sokolinskycenter s.r.o.**

Lyčkovo náměstí 508/7, Praha, PSČ 186 00  
IČ (identification number): 02105390

Кабинет доктора Соколинского расположен  
в Есеницких горах (Чехия)



## **Канал «Доктор Соколинский»**

о здоровье профессионально и понятным языком



Написать эксперту  
на сайте



Написать на WhatsApp  
+ 420 775 720 364



# Еще больше ВОЗМОЖНОСТЕЙ помочь ...

➤ В Dr. Sokolinskiy Naturopathic System есть и другие **натуральные формулы**, которые мы рекомендуем на консультации при необходимости.

❑ **У нас есть много возможностей помочь!**

Привыкли использовать индивидуальный подход? Заполните тест или запишитесь на консультацию к профессору Соколинскому (ND)

[Пройдите тест для краткой консультации](#)

