



PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ



LIFETAKT

JAK ZVLÁDNOUT AKUTNÍ A CHRONICKÝ STRES?

Stres a současná společnost

- Stres již není zákon akce a reakce
- Chronický stres převažuje nad akutním stresem
- Chronický stres u všech životních stavů a aktivit
 - Škola a studium
 - Zaměstnání, pracovní kariéra
 - Indispozice (nemoc, invalidita, stárnutí populace)
 - Sociální status
 - Volnočasové aktivity, sport
- Snížená schopnost obrany proti chronickému stresu- doba zaměřená na výkon.



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
**AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?**

LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

Akutní a chronický stres

- Akutní stres- zákon akce a reakce
- Chronický stres- následky
 - Ovlivňuje zdraví člověka ve všech aspektech jeho fungování
 - Rozvoj metabolického syndromu, riziko KVS a dalších civilizačních chorob
 - Deprese a další psychické poruchy /ADHD u dětí, autismus, úzkostí schizofrenie apod./, neurodegenerativní onemocnění
 - Nádorová onemocnění /morbidity, mortalita, prognóza/
 - Deficit imunity /imunosupresivní efekt/
 - Poruchy reprodukce



Civilizační choroba 21. století



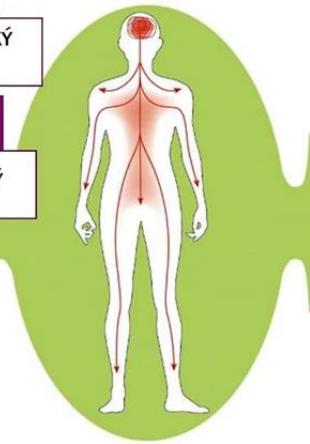
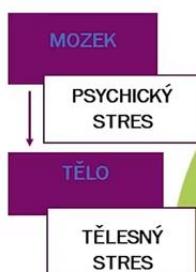
doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
**AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?**

LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

CO SE DĚJE V TĚLE



STRES ZPŮSOBUJE SNÍŽENÍ
NEJEN TĚLESNÉ, ALE I
DUŠEVNÍ VÝKONNOSTI!

Následky stresu:

- oxidativní stres buněk-
narušení jejich funkce (volné
radikály)
- snížená schopnost
soustředění
- vyčerpání a únavu
- poruchy spánku
- chybějící energie
- pocit „vyhoření“
- deprese



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

Jak se se stresem vypořádat



Nemožnost regenerace a
pravidelného odpočinku,
stresující život často nemůžeme
či nechceme změnit.



Optimální je stresu se vyhnout.
Pokud to nelze učinit, je vhodné
dodat tělu kvalitní mikroživiny
jako prevenci.



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

**MIND MASTER JE KOMPLEXNÍ PRODUKT, KTERÝ
ELIMINUJE STRES A SOUČASNĚ ZLEPŠUJE
VÝKONNOST!**



ŘEŠENÍ:

ABSOLUTNĚ JEDINEČNÝ!!!

- Produkt, který se zaměřuje komplexně na stres, výkonnost.
- Jedinečná a patentované složení: Formula Green, Formula Red
- Pro všechny věkové skupiny
- Užívá pouze 1x denně, fixní dávka pro děti a dospělé 80 ml.
- Pečet kvality SGS INSTITUT FRESENIUS
- Vědecky potvrzená účinnost formou klinických studií

MIND MASTER - ENERGIE A DUŠEVNÍ POHODA

Cílová skupina klientů:

- s depresemi a pocitem „vyhoření“
- s poruchou spánku
- nervozita, únava, nesoustředěnost, roztržitost a vyčerpání i dlouhodobě
- kde je nutno podpořit myšlení, dlouhodobý výkon a lépe zvládat stresové situace
- ADHD, Autismus, Alzheimer, Parkinson
- u chronických bolestí
- trpí-li pacient migrénou
- potíže s početím (u obou partnerů)



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT
PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

MIND MASTER - ENERGIE A DUŠEVNÍ POHODA

Antistresový účinek (volné radikály)

- resveratrol
- zelený čaj
- Chlorofyl (chemicky se řadí mezi porfyriny – obsahuje hořčík a má zelený pigment)
- vitamín E
- selen

Energetizující efekt a vliv na mozkovou činnost

- vitamíny B (B1, B9 a B12)
- cholin
- Železo, k. listová
- koenzym Q10 + L – karnitin
- dextróza
- **vše v Aloe Vera**

[Patent na složení, farmaceutická certifikace.](#)



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
**AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?**

LR LIFETAKT
PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

JAKÝM ZPŮSOBEM MIND MASTER NEUTRALIZUJE STRES?



Jak je stres neutralizován?

- Stres zvyšuje počet volných radikálů v těle. Ty napadají a ničí naše buňky a buněčně struktury.
- Tomuto stavu říkáme „oxidativní stres“. Výsledkem je ztráta výkonnosti. Jsme rychleji unaveni a nemůžeme se dobře soustředit.
- Antioxidanty jako resveratrol, chlorofyl, zelený čaj, vitamín E a selen zachycují volné radikály a přeměňují je na neškodné!

JAKÝM ZPŮSOBEM MIND MASTER ZVYŠUJE ENERGIÍ?



GREEN ENERGY FORMULA & RED ENERGY FORMULA – STEJNĚ EFEKTIVNÍ

	GREEN ENERGY FORMULA	RED ENERGY FORMULA
I. REDUKUJE STRES	<ul style="list-style-type: none"> Extrakt ze zeleného čaje Resveratrol Chlorofyl Vitamin E Selen 	<ul style="list-style-type: none"> Extrakt z hroznových semínek Extrakt ze zeleného čaje** Resveratrol Chlorofyl Vitamin E Selen
II. ZVYŠUJE VÝKONNOST	<ul style="list-style-type: none"> Vitamíny skupiny B Cholin Koenzym Q10 L-Karnitin Železo Aloe Vera* 	<ul style="list-style-type: none"> Vitamíny skupiny B Cholin Koenzym Q10 L-Karnitin Železo Aloe Vera*

*Mind Master obsahuje Aloe Vera. Která zvyšuje biologickou dostupnost všech ostatních mikroživin

**Mind Master Red Formula obsahuje zelený čaj, ne ovšem takové koncentraci jako Aloe Vera formula Green



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT



Rozdíl ve složení Formula Green a Red

	<p>Green Energy Formula</p> <p>S vysokým podílem extraktů ze zeleného čaje</p>	<p>Red Energy Formula</p> <p>S vysokým podílem extractů z hroznových jader</p>	
Snižuje stres a zvyšuje výkon			



Mind Master Red či Green- univerzální produkt LR: Poznámky z praxe

- Mind Master neobsahuje lepek ani laktózu a je vhodný pro diabetiky.
- Je možné začít plnou dávkou /80 ml/, není nutné postupné dávkování jako u AVG.
- Děti a dospělí mají stejné dávkování, předávkování je nepravděpodobné.
- U poruch zažívání je možné dávkovat hodinu po jídle, dávka před jídlem- vyšší účinnost.
- Mind master mohou užívat těhotné /po prvním trimestru/ a kojící ženy.



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

ZÁTĚŽOVÉ SITUACE- AKUTNÍ STRES!



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
**AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?**

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

- Nemáme na výběr a musíme podat 100% výkon!

Přepadne nás **polední únava** a potřebujeme energii.

Navzdory stresu a pod **vysokým tlakem** musíme pokračovat v práci.

Najednou jsme unaveni, ale musíme udržet pozornost.



Mind Master Extreme

• Složení:

- 80 mg kofeinu (přírodní mikrokapsle z extraktu guarany)
- Extrakt ze zeleného čaje
- rozvětvené aminokyseliny (BCAA: izoleucin, leucin, valin...)
- 100% denní dávky vit. D a vit. E
- skupina vitaminů B (B1, B2, B6, B12), vit. C
- koenzym Q10, stopové prvky /selen, zinek/
- Prášek z Aloe Vera

- Rychlá dávka energie, zvýšení duševní výkonnosti /bez obsahu cukru/

- Ochrana před oxidačním stresem

- Zlepšení funkce imunitního systému

- Nevhodné pro děti, těhotné a kojící ženy; chronicky nemocní- konzultace s lékařem!!



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
**AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?**

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ



Mind Master Extreme vs. Energetické nápoje

Energetické nápoje:

- Obsah cukru 10-12 gr/100 mL, obsah umělých sladidel (sacharóza)
- Nižší obsah kofeinu, vyšší obsah jiných stimulačních látek
- Většina energy drinků neobsahuje kvalitní antioxidanty
- U neznačkový energy drínků nelze garantovat složení

Mind Master Extreme:

- Hlavním sladidlem je březový cukr (xylitol)- přírodní původ
- 1 sáček obsahuje 80 mg kofeinu (přírodní mikrokapsle- guarana, zel.čaj)
- Vysoký obsah antioxidantů (ochrana před oxidačním stresem)
- Neobsahuje zakázané látky (ověřeno agenturou EFSA)

doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LIFETAKT
PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ



Night master- exklusivní produkt LR

- Nejlepší prevencí akutního i chronického stresu je mentální hygiena, základem je kvalitní a nerušený spánek
- Dospělý člověk- 6-8 hodin
- Stres a deprese- problém s usnutím, ranní nedospalost (probuzení ve 4 hod ráno- deprivační spánková epidemie)
- Obsahuje účinné látky pro zdravý spánek (AV, řeřicha, hořčík, zinek, výtažek z chmele) + aminokyselinu L- tryptofan
- Pokud užíváte antidepresiva, je bezpodmínečně nutná konzultace s lékařem LR
- Bez návykových účinků, nezpůsobuje závislost
- Užívat těsně před spaním (sáček do 100 ml vody)
- Nevhodné pro děti, těhotné a kojící ženy

doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LIFETAKT
PRODUKTOVÝ
WEBINÁŘ

Závěr - stres nelze eliminovat, naučte se s ním žít

- Nutná ochrana pomocí kvalitních mikroživin (Mind Master a další).
- Věnujte se svému zdraví (kvalitní strava, pravidelná fyzická aktivita, mentální hygiena, záliby a koničky).
- Pečujte o své sociální kontakty (rodina, přátelé...).
- V případě nejistoty nás máte jako lékaře LR na informační lince.



doc., MUDr.
Luboš Holubec,
Ph.D., MBA

JAK
ZVLÁDNOUT
AKUTNÍ A
CHRONICKÝ
STRES?

LR LIFETAKT

LR PRODUKTOVÝ
WEBINAR