

# premium Hepashake



## **Hepashake májdiéta - Világszerte egyedülálló terápia**

Főként az elhízással összefüggő zsírmáj betegség és zsíryanycsere-zavar (hiperkoleszterinémia) diétás kezelésére

Az út egy egészségesebb jövőhöz (Leberfasten nach Dr. Worm®)

## HEPASHAKE MÁJDIÉTA

Szakértők által fejlesztve

### Különleges koncepció különleges hatással

A HEPASHAKE májdiétával a májban lévő zsírt célozzuk meg, illetve további szervekben bontjuk le a zsírt. A cél az anyagcsere javulása illetve normalizálása. Egyidőben a mérlegen is látszanak az eltűnt kilók, ez egy pozitív mellékhatás, de nem elsődleges cél.

### Fenntartható hatások a máj egészségéért

A két hét alatt elért egészségügyi hatásokat hatékonyan stabilizálhatja.

### Speciális hatóanyagok ideális és egyedi kombinációja

A HEPASHAKE fehérje-shake speciálisan a programhoz lett kifejlesztve, zab-rostanyaggal és májműködésben aktív hatóanyagokkal. A HEPASHAKE döntő fontosságú tényezője a koncepciónak.

### Egészsége sok szinten profitál

A májdiéta különösen hatékony nem alkoholos zsírmáj (NASL), nem alkoholos zsírmáj hepatitis (NASH), inzulinrezisztencia, 2-es típusú diabetes mellitus, magas vérnyomás és zsírananyagcsere-zavarok esetén (pl. koleszterin érték).

### A legaktuálisabb tudományos ismereteknek megfelelő

Az aktuális ismereteket figyelembe véve a táplálkozási szakértő Dr. Nicolai Worm belgyógyászokkal és a táplálkozási tanácsadó Dr. Hardy Walle-val fejlesztette ki.

### Speciálisan az Ön igényeire szabva

A HEPASHAKE májdiéta könnyen megvalósítható, a mindennapokba egyszerűen beilleszthető.

*Különlegessége:* nagyon alacsony kalória bevitel egyidejűleg ideális ellátás ásványi anyagokkal, rostanyaggal.



## PREMIUM DIET HEPASHAKE

Egyedülálló receptúra

### A HEPASHAKE 7 előnye:

1. Nagyon alacsony kalória
2. Kevés szénhidrát
3. Magas értékű fehérje
4. Értékes zsírok
5. Májműködésben aktív hatóanyagok
6. Hasznos rostanyagok
7. Összetevők ideális kombinációja

A Premium Diet HEPASHAKE egy speciális gyógyászati célra szánt tápszer főként az elhízással összefüggő zsírmáj betegség és zsírananyagcsere-zavar (hiperkoleszterinémia) diétás kezelésére, magas minőségű fehérjepor zab-rostanyaggal és további májműködésben aktív hatóanyagokkal. A májbőjt-koncepció keretei között a kívánt pozitív hatásokkal erősíti az egészséget az összetevők révén.

A HEPASHAKE a májbőjt által az anyagcserét észrevehetően aktiválja, gyorsan zsírtalanítja a májat és optimalisan megakadályozza az újraszírosodást.

Nagyon könnyen elkészíthető, és a mindennapokba egyszerűen beilleszthető.

### Plusz: Béta-glükán és inulin

Ezek vízben oldható rostanyagok, és növényi élelmiszerek, mint pl. a zab (béta-glükán) vagy gyökeres zöldségek (inulin) tartalmazzák. Mindkét rostanyaggal gyors telítettségérzést lehet elérni a gyomorban.

- A béta-glükán egy természetes koleszterincsökkentő. Már napi 3 g zab-béta-glükán hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához. A magas koleszterinérték a szívkoszorúér-betegség rizikófaktorai közé tartozik. Két adag HEPASHAKE több mint 3 g, három adag pedig több mint 5 g béta-glükánt tartalmaz.
- Az inulin prebiotikus tápanyag. Nem csak a bélflóra összességére van pozitív hatással, hanem a májfunkciókra és a vérsírra is.

## OMEGA-3-ZSÍRSAVAK, KOLIN, TAURIN ÉS L-KARNITIN

A hosszú szénláncú **omega-3-zsírsavak** a tanulmányok szerint nagyon pozitív hatással vannak az NASL megelőzésénél és kezelésénél. Aktiválják azokat a géneket, amik a zsírégetésnél fontosak, csökkentik a gyulladós folyamatokat és támogatják a sejtek inzulinérzékenységét.

**Kolin**-vitaminszerű anyag, ami jelentős szerepet játszik az anyagcserében. A kolin megakadályozza a zsírlera-kódást a májban és a máj zsírosodását tudja ellensúlyozni. Hozzájárul a normál májfunkciók megőrzéséhez, a normál homocisztein- és zsírananyagcserehez.

A **taurin** tanulmányok szerint gyulladáscsökkentő hatású, illetve pozitív hatással van a cukoranyagcsereére. Egyébként a 2-es típusú cukorbetegknél nagy a kockázat az alacsony taurin- és L-karnitin szintre.

**L-karnitin** a zsírégetés motorja, és fontos szerepet játszik a zsírananyagcsereben azáltal, hogy energiát nyer a zsírból.



## PREMIUM DIET HEPASHAKE

### Egyszerű és gyors elkészítés:

Töltsön a shakerbe 350 ml tejet (1,5%-os) és adjon hozzá 4 csapott mérőkanálnyi HEPASHAKET. 15 másodpercig rázza a shakert erősebben és már kész is!

### Egyedülálló összetétel (100 g):

51,0 g kiváló minőségű fehérje, csak 5,8 g szénhidrát,  
4,8 g értékes zsír, 24,0 g rostanyag  
Vitaminokkal, ásványi anyagokkal és nyomelemekkel gazdagítva.

**Plusz: Májműködésben aktív hatóanyagokkal**  
zab-béta-glükán, inulin, zabrost, omega-3-zsírsvak, kolin, taurin, L-karnitin

## HEPASHAKE MÁJDIÉTA

(Leberfasten nach Dr. Worm®)

### Így működik!

#### Három étkezés naponta

A három étkezés koncepciója alapján az étkezések között kb. 4-5 órának kell eltelnie. Ez az eljárás rendkívül fontos, mert így marad az inzulinszint alacsony, ami támogatja a zsír leépülését. A három étkezés HEPASHAKE-italból áll.

*Plusz: két adag zöldség naponta*

Két HEPASHAKE étkezést kiegészíthetünk zöldséggel pl. párolva, levessel, salátával vagy szószos nyerskoszttal. Ez a zöldségmennyiség naponta ne haladja meg a 200 kcal-t. A zöldség vízben gazdag, kevés kalóriát tartalmaz, ugyanakkor pedig fontos vitaminokról, ásványi anyagokról és rostanyagról is gondoskodik. A siker érdekében figyeljen a kalóriaszegény elkészítésre, naponta maximum 1 teáskanál olajjal (pl. olívaolaj).

Inni, inni, inni!

#### Délelőtt:

Fogyasszon elegendő folyadékot már délelőtt is. Az ideális 1 liter kalóriamentes folyadék, ásványvíz, zöld tea. A kávé is korlátozások nélkül élvezheti. A kávé fekete vagy egy kevés zsírszegény tejjel (1,5%), azonban mindig cukor nélkül fogyasszuk. Minél kevesebb tejet rakunk bele, annál jobb.

#### Délután:

Fontos, hogy továbbra is elegendő folyadékot igyon. Délután is 1 liter kalóriamentes folyadék javasolt.

#### Este:

Az este folyamán további 1 liter kalóriamentes folyadék elfogyasztása javasolt, de legalább 1/2 liter.

### Figyelem!

Cukrot se a teába, se a kávéba ne tegyünk! Az édesítőszerrel is bánjunk csínján.  
Az alkohol kerülendő.

## MOZGÁS ÉS SZAUNA MÁJDIÉTA ALATT

Alacsony dózisu aerob mozgás, mint pl. a kerékpározás vagy úszás engedélyezett. A mindennapi mozgások, mint a lépcsőzés és gyaloglás is ajánlottak.

Ha szívesen jár szaunába, heti 1-2 alkalommal a májdiéta alatt is megteheti.

Testének időre van szüksége a regenerálódáshoz, ezért 7-8 óra alvás szükséges.

Minden nap fittebbnek és erőteljesebbnek fogja érezni magát!

## MÁJ ZSÍRTALANÍTÁSÁNAK FÁZISA

Időtartam: 2 hét

### Célok

- zsírbontás a májban
- vércukor- és inzulinszint csökkentés
- zsírégetés elősegítése
- változtatás az étkezési szokásokon

- 3 étkezés koncepció: 3 étkezés naponta
- 3 étkezés: HEPASHAKE ital
- Ebédre és vacsorára: a shake mellé max. 200 kcal párolt zöldség, leves, saláta vagy nyerskoszt szósszal (max. 1 teáskanálnyi olaj pl. olíva olaj)
- Ital: 2 liter kalóriamentes folyadék naponta (ásványvíz, tea, kávé cukor nélkül). Az alkohol nem megengedett.
- Az első napokban az intenzív sporttevékenységet kerülniük el.

	8 óra	13 óra	18 óra
HEPASHAKE			
Párolt zöldség, leves, saláta vagy nyerskoszt szósszal			
Kalóriamentes folyadék			

## A KEZDÉSHEZ SZÜKSÉGES LISTA

A praktikus bevásárló listát a Premium Diet HEPASHAKE csomagban találhatja. Kellemes mellékhatás a májdiéta alatt: a háztartási költségek csökkennek, nem szükséges húst, halat, húskészítményeket vagy kenyérféléket vásárolnia és ennie.

### Tej

A két hét alatt kb. 15 liter zsírszegény tej el fog fogyni (1,5%). Laktóz-intolerancia esetén: laktózmentes tej (1,5%) vagy szójatej (cukrozatlan).

*Tipp:* A HEPASHAKET savanyú tejtermékekkel is elkészítheti.

### Zöldség

A zöldségszagokhoz vásároljon olyan zöldségfajtákat, amelyet szívesen fogyaszt. Például: uborka, paradicsom, karalábé, retek, paprika, sárgarépa, gomba, hagyma, édeskömény. *Fontos:* a májdiéta alatt csak zöldség a megengedett, a gyümölcs nem!

### Szós

Joghurt (1,5%), szemcsés friss sajtok vagy sovány túró (0,2% zsír) lehetnek a szós/mártogatós alapjai a nyerskoszthoz.

### Ital

Legyen otthon elegendő ásványvíz! A kávé mellett még a tea is megengedett, de szigorúan cukor nélkül! Ha mégsem bírja meginni a kávé cukor nélkül, szerezzen be kalóriamentes édesítőt (pl. eritrit).

## KÖNNYŰ, FRISSÍTŐ VARIÁCIÓK

### A HEPASHAKE alternatív elkészítési lehetőségei:

Próbálja ki a HEPASHAKET (30 g adagonként) savanyú tejtermékkel, túróval vagy joghurttal keverve.



#### 350 ml tej (1,5% zsírtartalom) helyett használjon:

- 250 g sovány túró (kevesebb, mint 10%)
  - 150 g étkezési túró (20% zsír)
- 250 g natúr joghurt (1,5% zsír)
  - 400 ml író
- 350 ml kefir (1,5% zsír)

*Tipp:* Elkészítés túróban vagy joghurtban

A HEPASHAKET keverje el túróban vagy joghurtban. Szénsavas ásványvizet is töltsünk hozzá miközben habverővel keverjük a kívánt konzisztencia eléréséig.

## Tudnivalók:

### A test jelzései és gyógyszerek

Hogy reagálhat a testünk:

- **Enyhe fejfájás, bőrelváltozások, lepedékes nyelv vagy száj illetve megváltozott testszag.**  
Ezek a reakciók alapvetően jó jelek. Ily módon közli a testünk, hogy a méregtelenítést és a zsírbontást elkezdte.
- **Székrekedés.**  
Ennek a fő oka, hogy nem iszunk eleget. Figyeljen a folyadékbevitelre, jegyezze fel, mennyit iszik naponta. Ne csak akkor igyon, amikor szomjúságot érez, mert az már a test figyelmeztető jelzése. Bélműködését lendületbe hozza, ha a napot egy pohár langyos vízzel kezdi. A mozgás is segíthet az emésztésben.
- **Enyhe hasi görcsök, felfúvódás.**  
A HEPASHAKE magas rostanyag tartalma és a zöldségek aktívabb bélműködést eredményezhetnek. Ha korábban rostanyagban szegényen táplálkozott, a bélnek még hozzá kell szoknia a magasabb rostanyag bevitelhez. Ha a panaszok nem javulnak egy nap után sem, laktóz-intoleranciára gyanakodhatunk. A HEPASHAKE önmagában laktózban szegény. Próbálja ki laktózmentes tejjel (1,5% zsírtartalmú), vagy szójatejjel (cukrozatlan). *De vigyázat:* ne használja a szójatejet, ha nyírfa pollen allergiája van, mert kereszt allergia lehetséges.
- **Érzékenyebbé válhat a hidegre.**  
A borzongás arra utal, hogy testünk energiát próbál megtakarítani. Melegebb ruhával vagy egy kicsivel több mozgással tehetünk ellene.
- **Éjszakai vizeleti inger.**  
Ez azt jelzi, hogy az inzulinszint nyilvánvalóan lecsökkent. Az inzulin megköti a testvizet és elősegíti a magas vérnyomást és szívelégtelenséget.
- **Fáradtság és bágyadtság**  
Eleinte fáradtnak és tompának érezheti magát. Ha szed vérnyomáscsökkentőt, ellenőriznie kell vérnyomását. Adott esetben egy héten belül csökkentenie kell a gyógyszeradagot. Mindenképpen konzultáljon orvosával!

### Gyógyszerek, amiket rendszeresen szedünk

A gyógyszerek adagolását mindenféleképpen egyeztesse kezelőorvosával!

- **Vércukor gyógyszerek**  
A tapasztalatok alapján már a májdiéta elejétől fogva némely vércukor gyógyszert, pl. a Metformint, csökkenteni kell. Mindenkinek egyedileg kell az orvosával ezt egyeztetnie.
- **Vérnyomás gyógyszerek**  
Orvosával egyeztetnie kell ezeket a gyógyszereket. A diéta kezdetétől számítva kb. 5-7 nap, míg beáll a vérnyomás csökkenés.
- **Vérhígító**  
Ha Marcumart vagy Warfarint szed a vér hígítására, valószínűleg meg kell emelni a dózist. Az orvos előírja a megfelelő adagolást. Első kontroll 3 nap után, a második kontroll 7 nap májdiéta után.
- **Inzulin.**  
Ha inzulint injekcióz, ellenőrizni kell a vércukorszintet és az inzulin egységeket a diétához igazítani. A májbőjt napok alatt az inzulinegységeket tovább lehet majd csökkenteni.  
*Fontos:* A májdiéta kezdete előtt konzultáljon orvosával (diabetológussal)!

## A MÁJDIÉTA UTÁN

Hogyan tovább?

### Májbarát táplálkozás: mire kell figyelni

- Kevesebb szénhidrát – helyezze a teljes kiőrlésű termékeket a burgonya és a fehér lisztes ételek elé.
- Vitaminok és fehérje – minden étkezésnél legyen zöldség, saláta vagy cukorszegény gyümölcs fehérjében gazdag ételmiszerrel kombinálva. Így Ön is profitál, mert vitaminokhoz és ásványi anyagokhoz jut és tovább érez majd telítettséget is.
- Magas minőségű olajok – a legjobb az olívaolaj, melyet felhasználhat a zöldségekhez, így még finomabbak.
- Omega-3-zsírsavak – Hetente kétszer fogyasszon hidegvízi halat, vadhúst, hogy extra omega-3-zsírsavhoz jusson.

### Optimális fenntarthatóság

Attól függ, hogy végződött a két hetes HEPASHAKE májdiéta, a felfrissítés fontos lehet.

Válasszon olyan lehetőséget, amit a mindennapjaiba bele tud illeszteni:

- *Vagy:* három májböjt nap egy hónapban. Három egymást követő böjtnap a hónapban, ez különösen a 2-es típusú diabéteszeseknek és inzulinrezisztenciásoknak ajánlott.
- *Vagy:* egy májböjt nap hetente. Ez megkönnyíti a súlykontrollt és segít a máj újraszírosodását megelőzni.

## A TÁPLÁLÉKPIRAMIS

A kiegyensúlyozott táplálkozás alapja olyan élelmiszerek választása, melyek kevésbé emelik meg a vércukor és inzulinszintet. A cukorban és keményítőben gazdag ételek csak kis mennyiségben ajánlottak. A szénhidrátban szegény gyümölcsök, valamint zöldség és saláta - fehérjében gazdag élelmiszerekkel kombinálva - képezik a napi szükséglet nagy részét.

Az élelmiszerek besorolását illusztrálja a táplálékpíramis rövid magyarázattal. Minél távolabb haladunk a piramis aljától, annál kevesebb kell, hogy legyen az ábrázolt élelmiszerek aránya.

- Sok tápanyag, vitaminok és ásványi anyagok • Alacsony vércukor- és inzulinszint • Jobb vérzsír-értékek
- Kevesebb sóvárgás ételek után • Jó telítettség, tartós jóllakottság • Könnyebb súlykontroll

**Ritkán:** feldolgozott gabonák (fehér liszt), édességek

**Keveset:** teljes kiőrlésű termékek, burgonya, tészta és rizs

**Gyakran:** tejtermékek, tojás, sovány hús, hal, diófélék és hüvelyesek

**Sokszor:** gyümölcsök és keményítőmentes zöldségek olajjal elkészítve

**Naponta:** körülményektől függően napi 1,5 liter kalóriamentes folyadék az irány



## EXKLUZÍV: MÁJBARÁT RECEPTEK

Kombinálja kedve szerint

Rostanyag	Fehérje	Zsírok
<ul style="list-style-type: none"><li>• 300 g zöldség vagy</li><li>• 300 g saláta vagy</li><li>• 300 g gomba vagy</li><li>• 150 g zöldbab</li><li>• 100 g cukorszegény gyümölcs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 150 g baromfi hús vagy</li><li>• 150 g sovány disznóhús vagy</li><li>• 150 g vadhús vagy</li><li>• 100 g olajos hal vagy</li><li>• 200 g sovány hal vagy</li><li>• 100 g sonka vagy</li><li>• 150 g zöldbab vagy</li><li>• 2 tojás (S méret) vagy</li><li>• 125 g tofu vagy</li><li>• 125 g sovány túró vagy</li><li>• 150 g szemcsés sajt vagy</li><li>• 150 g Harzi sajt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 evőkanál lenolaj vagy</li><li>• 1 evőkanál olívaolaj vagy</li><li>• 1 evőkanál repceolaj vagy</li><li>• 1 evőkanál kenderolaj vagy</li><li>• 1 evőkanál dióolaj vagy</li><li>• 1 evőkanál mandula paszta vagy</li><li>• 1 evőkanál dió</li></ul>
<p><i>Tipp:</i> Fogyasszon gyakran inulin tartalmú zöldségfajtákat, mint csicsóka, cikória, articsóka, fekete-gyökér, gyermekláncfű, hagyma, fokhagyma és póréhagyma. Ezek eredményesen támogatják a máj zsírtalanítását.</p>		

Kedve szerint fűszerekkel és ecettel is tovább ízesítheti az ételleket. Édesítéshez használjon édesítőszer vagy sztíviát. Kizárólag kalóriamentes italokat fogyasszon!

### Recept példa: tonhal balzsamos hagymával

Hozzávalók:

- 150 g tonhal (friss vagy mélyhűtött)
- 300 g vörshagyma
- 1 teáskanál repceolaj
- 1 teáskanál olívaolaj
- 2 evőkanál balsamecet (piros)
- Só és bors, ízlés szerint
- 1 ág kakukkfű



A kép csak illusztráció

Elkészítés:

A tonhalat öblítsük le, töröljük meg és tisztítsuk meg. Vágjuk fel a hagymát karikákra. Egy bevont serpenyőben 1 teáskanál olívaolajat hevítsünk fel. Helyezzük rá a hagymát, és öntsük le a balsameccel. Adjuk hozzá a kakukkfűvet. A hagymát pároljuk 10-15 percig, míg puha nem lesz. Sóval és borssal fűszerezzük. Ez alatt a repceolajat egy másik serpenyőben hevítsük fel, és a halat mindkét oldalán 2-3 percig pirítsuk. Vegyük ki, sóval, borssal fűszerezzük és fedjük be a balsamecetes hagymával.

## SZERETNE MÉG FOGYNI?

Egy fontos lépést már megtett.

A HEPASHAKE májdiétával (Leberfasten nach Dr. Worm®), anyagcseréje optimalizálásával az alapkövet már lefektette. Ha szeretne még fogyni, természetesen van rá lehetőség! *Jó tudni:* Különösen a 2-es típusú diabéteszeseknek ideális, ha mind a három fázist végigcsinálják.

### Redukciós fázis



v.

Reggeli: Hepashake vagy Premium Diet Regular



v.

Ebéd: Hepashake vagy Premium Diet Regular



Vacsora: normál étkezés a táplálékpiramis alapján\*

Variációk lehetségesek. Döntse el Ön, mikor szeretné a főétkezést elfogyasztani, reggelire, ebédre vagy vacsorára. 1 órán belül elfogyasztandó.

- 3 étkezés koncepció: 3 étkezés naponta
- 3 étkezésből 2: Hepashake ital vagy Premium Diet Regular
- 1 fő étkezés: szénhidrátszegény legyen a táplálékpiramis alapján
- Ital: 2 liter kalóriamentes folyadék naponta (ásványvíz, tea, kávé cukor nélkül).

### 8-10 hét

#### Célok:

- az első két hét pozitív hatásainak erősítése
- további zsírbontás a szervekben és az izmokban
- az inzulinrezisztencia visszaszorítása a szervekben, zsírszövetekben és izmokban
- súlycsökkentés

### Stabilizáló fázis



v.

Reggeli: Hepashake vagy Premium Diet Regular



Ebéd: normál étkezés a táplálékpiramis alapján\*



Vacsora: normál étkezés a táplálékpiramis alapján\*

Variációk lehetségesek. Döntse el Ön, mikor szeretné a főétkezést elfogyasztani, reggelire, ebédre vagy vacsorára. 1 órán belül elfogyasztandó.

- 3 étkezés koncepció: 3 étkezés naponta
- 3 étkezésből 1: Hepashake ital vagy Premium Diet Regular
- 3 étkezésből 2: szénhidrátszegény legyen a táplálékpiramis alapján
- Ital: 2 liter kalóriamentes folyadék naponta (ásványvíz, tea, kávé cukor nélkül).

### 3 hét

#### Célok:

- az anyagcserére vonatkozó pozitív hatások hosszú távú biztosítása
- az elért súly megtartása

### Fenntartó fázis



Reggeli: normál étkezés a táplálékpiramis-vegyes étkezés alapján\*\*



Ebéd: normál étkezés a táplálékpiramis-vegyes étkezés alapján\*\*



Vacsora: normál étkezés a táplálékpiramis-vegyes étkezés alapján\*\*

- 3 étkezés koncepció: 3 étkezés naponta
- Mindhárom étkezés a táplálékpiramis, vegyes étkezés alapján\*\*
- Májdiétás napok a Hepashake-kel: heti 1 nap, vagy 3 nap havonta
- Ital: 2 liter kalóriamentes folyadék naponta (ásványvíz, tea, kávé cukor nélkül).

### Állandóság

#### Cél:

- a máj újbóli elzsírosodásának megelőzése
- az alacsony vércukor- és inzulinszint megtartása
- az elért testsúly megtartása

\*A táplálékpiramis szerint szénhidrátszegényen kell étkezni (max. 20-30 g szénhidrát főétkezésnél). \*\*Táplálékpiramis-vegyes étkezés: 500-600 kcal: 20-30% fehérje, 30-40% zsír, 30-40% szénhidrát.

## HEPASHAKE MEGRENDELŐ RECEPT

Ajánlja barátainak, ismerőseinek a májdiéta programot! Ha az Ő közelükben nincs Premium Tanácsadó, akkor is hozzájuthatnak a termékhez. Nincs más dolguk, mint orvosukkal kitöltetni és visszaküldeni a megrendelőlapot elérhetőségeinkre!

### premium Diet Hepashake

Alulírott

.....  
(orvos) igazolom, hogy páciensem a beleegyezéssel és felügyeletem alatt végzi el a két hetes Hepashake májdiéta kúrát, így a Premium Diet Hepashake csomagot megrendelheti.

A páciens tölti ki:

Páciens neve: .....

Szállítási címe:

Számlázási címe:

Telefonszáma: .....

E-mail címe: .....

Aláírása: .....

Az orvos tölti ki:

Az orvos neve: .....

Szakterülete: .....

Rendelői címe:

Telefonszáma: .....

E-mail címe: .....

Aláírása bélyegzővel/pecséttel

Szkenelje be és küldje el e-mail címünkre kitöltve, vagy postai úton: Premium Health Concepts Kft., 9400 Sopron, Verő J. u. 1., office@premiumhealth.hu

A Premium Diet Hepashake csomagot a Premium Health Concepts Kft. forgalmazza. Csak orvosi hozzájárulással rendelhető.

## ***A Hepashake csomagban elérhető a Premium Tanácsadóknál!***

[www.premiumdiet.hu/premium-tanacsadok/](http://www.premiumdiet.hu/premium-tanacsadok/)

- 3 db **Hepashake** speciális gyógyászati célra szánt tápszer
- 1 db **Premium Goodcare D3|2000** étrend-kiegészítő:  
Hozzájárul a kalcium és a foszfor normál felszívódásához, az egészséges fogazat és csontozat, egészséges izomfunkció fenntartásához.
- 1 db **Premium Goodcare Flora 10|20** baktériumkultúrákat tartalmazó étrend-kiegészítő: 20 milliárd CFU, 10 vékony- és vastagbél specifikus törzssel, ellátja a bélhámot energiával, és felveszi a harcot a káros baktériumokkal.
- 1 db haskörfogatmérő
- 1 db pohár
- 1 db shaker

**Orvosa beleegyezésével Ön is megrendelheti a csomagot, töltsék ki orvosával a megrendelőlapot, és küldje vissza nekünk e-mailben vagy postai úton!**

[www.premiumdiet.hu/letoltesek](http://www.premiumdiet.hu/letoltesek) vagy [www.majdieta.hu](http://www.majdieta.hu)

### **PREMIUM HEALTH CONCEPTS KFT.**

H-9400 Sopron, Verő József u. 1.

[office@premiumhealth.hu](mailto:office@premiumhealth.hu)

[www.premiumdiet.hu](http://www.premiumdiet.hu)

[www.premiumshop.hu](http://www.premiumshop.hu)

06-30 / 229 21 96