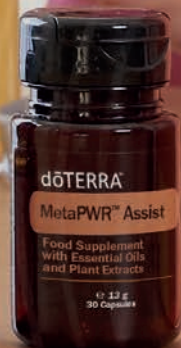


dōTERRA™
MetaPWR™

3-trinssystemet til stofskiftesundhed





Indholdsfortegnelse

Trin 1: MetaPWR™ Æterisk olieblanding	01
Trin 2: MetaPWR Assist	03
Trin 3: MetaPWR Advantage	04
Trin 4: Sådan bruger du MetaPWR Systemet i dagligdagen.	07

Trin 1: MetaPWR™ Æterisk olieblanding

Hvad er MetaPWR Systemet?

MetaPWR Systemet hjælper dig med at leve dit mest kraftfulde liv ved at støtte dit stofskifte, din energi og din sundhed. Hvert eneste produkt er designet til at blive brugt i et system og tilbyder noget specielt, samtidig med at det understøtter og forbedrer fordelene ved de andre produkter i serien. Helheden er virkelig større end summen af de enkelte dele med MetaPWR Systemet. Selvfølgelig er der ikke nogen hurtige løsninger til optimal stofskiftesfunktion – du er stadig nødt til at foretage kloge og sunde livsstilsbeslutninger – men MetaPWR Systemet kan maksimere og optimere effekterne af dine velværelivsstilsvalg.

Hvad betyder MetaPWR?

Du spekulerer måske på, hvad MetaPWR overhovedet betyder? Meta kommer fra ordet "metabolic" (metabolsk eller "stofskifte-"), hvilket er passende, fordi MetaPWR Systemet er udviklet til at støtte stofskiftesundheden. Meta kan også betyde "vidtspændende" eller "transcendent". Power (stavet P-W-R), dvs. kraft, kan – selvfølgelig – betyde "power", men står samtidig for "personal wellness realised" (personlig realiseret velvære).

Hvad er MetaPWR Æterisk olieblanding?

MetaPWR Æterisk olieblanding indeholder proprietære afbalancerede forhold af CPTG™ æteriske olier fra grapefrugt, citron, pebermynte, ingefær og kanel. Denne blanding af æteriske olier findes i alle MetaPWR-produkterne, inklusive MetaPWR Assist og MetaPWR Advantage.

Prækliniske videnskabelige undersøgelser tyder på, at grapefrugt, med sine naturlige høje niveauer af den kemiske bestanddel limonen, kan støtte et sundt stofskifte, når den indtages. Citron har også et højt indhold af limonen. Derudover har pebermynte vist sig at hjælpe med at forbedre træningspræstationen, når den indtages.

Men når alle fem æteriske olier kombineres i de rette forhold, kan der ske noget kraftfuldt. Daglig brug af denne proprietære æteriske olieblanding kan hjælpe med at støtte din stofskiftesundhed.



MetaPWR™ Æterisk olieblanding

Hvordan dufter MetaPWR Æterisk olieblanding?

Aromaen af MetaPWR Æterisk olieblanding er en lækker balance af citrus og krydderier med et strejf af mynte.

Sådan bruges MetaPWR Æterisk olieblanding

Tag MetaPWR Æterisk olieblanding indvortes for at støtte stofskiftesundheden.

MetaPWR Æterisk olieblanding er tilgængelig i flere forskellige leveringsformer, så den er så praktisk og tilgængelig som muligt. Udover som en 15 ml flaske kommer MetaPWR også i form af vegetariske og keto-venlige perler og gelkapsler. Perlerne og gelkapslerne gør det enkelt at indtage MetaPWR.

Med flere forskellige måder på praktisk vis at kunne få adgang til fordelene ved MetaPWR Æterisk olieblanding, derhjemme eller på farten, er din rejse mod at virkeliggøre dit personlige velvære lige blevet meget nemmere

Tips til anvendelse:

- Tilsæt et par dråber MetaPWR blanding til dit vand.
- Tag en perle eller gelkapsel efter behov.



Trin 2: MetaPWR™ Assist

Afbalancering af blodsukkeret

Blodsukkerniveauerne er blandt de mest betydningsfulde sundhedsmarkører. Disse niveauer svinger naturligt afhængigt af spise- og aktivitetsmønstre. Overdrevent høje spidser og lave dale er kardinaltegn på stofskifteproblemer.

Masser af mennesker nyder en god rutsjebanetur. Forventningen ved opstigningen og spændingen ved den bratte nedstigning fører tit til lange køer og begejstrede entusiaster. Ligesom det gælder for blodsukkerniveauer, bør en rutsjebanetur én eller to gange om året ikke forårsage langsigtede problemer. Men hvis du kører i rutsjebane flere gange om dagen, uge efter uge, kan det have konsekvenser. Over tid kan forhøjede blodsukkerniveauer have nogle konsekvenser for kroppen.

Sund kost og regelmæssig motion er de bedste måder at fremme en sund regulering af blodsukkeret. Men når man tænker på, at 20 % af voksne indbyggere i Europa har optimal stofskiftesundhed, kan de fleste af os bruge lidt støtte.

Hvad er MetaPWR Assist?

MetaPWR Assist er en del af MetaPWR Systemet, der består af produkter, som støtter stofskiftesundheden. Det bygger på MetaPWR Æterisk olieblending og indeholder yderligere urter og plantenæringsstoffer.

I et nyligt præklinisk dobbeltblindt, placebo-kontrolleret forsøg, der kontrollerede 15 patienter, viste de første resultater, at MetaPWR Assist, når det blev taget før måltider, hjalp med forbrændingen af kulhydrattunge måltider. Der er dog brug for flere bekræftende kliniske undersøgelser.

Hvordan virker MetaPWR Assist?

MetaPWR Assist indeholder flere naturlige forbindelser, hvor der er klinisk bevis på, at de fremmer et sundt stofskifte. Morbærbladedekstrakt kan bidrage til at vedligeholde balancen for kroppens kulhydratforbrænding.* Pebermynte, en nøgleingrediens i MetaPWR Assist, kan lette fordøjelsen og kan støtte lever- og galdefunktionen.*

Når du tager MetaPWR Assist til et måltid, kan morbærekstraktet hjælpe din krop med bedre at forbrænde de kulhydrater, du lige har spist. Selvfølgelig er det meningen, at MetaPWR Assist kombineres med en sund, afbalanceret kost. Du skal spise næringsrige, fiberfyldte komplekse kulhydrater for at få et godt helbred!

Tips til anvendelse:

- Tag MetaPWR Assist til dit største måltid på dagen eller det måltid med flest kulhydrater.



*Disse sundhedspåstande er stadig ved at blive afgjort af EU og EFSA.

Trin 3: MetaPWR™ Advantage



Hvad er MetaPWR Advantage?

Hvor de fleste tror, at stofskiftet påvirkes af aldring – og det er delvist rigtigt – påvirker stofskiftet også sund aldring. MetaPWR Systemet, især MetaPWR Advantage, henvender sig til forholdet mellem stofskifte og aldring med NAD⁺, NADH og kollagen.

Hvad er NAD⁺ og NMN?

Nikotinamidmononukleotid, eller NMN, er en vigtig prækursor i biosyntesen af nikotinamidadenindinukleotid, eller NAD⁺, som er et koenzym, der findes i alle kroppens celler.

Selvom NAD⁺ har adskillige funktioner, er den vigtigste stofskifteprocesserne og mitokondriefunktionen. NAD⁺ omdanner mad til energi og giver beskyttelse til dine celleenergifabrikker. Uden tilstrækkelige NAD⁺-niveauer kan cellerne ikke generere nok energi til at overleve og udføre deres funktioner. Når du når de 50 år, er NAD⁺-niveauerne normalt det halve af, hvad de var, da du var 20, hvilket bidrager til sundhedsudfordringer som svær vægtkontrol og mindske energi-niveauer.

Prækliniske studier tyder på, at det at supplere med NMN kan forøge NAD⁺, hvilket igen kan føre til en mere ungdommelig funktion af celler og kropssystemer, men der er brug for flere bekræftende kliniske undersøgelser. MetaPWR Advantage er formuleret med gærpulver-NMN for naturligt at hjælpe med at øge NAD⁺- og NADH-niveauerne i din krop.

MetaPWR™ Advantage

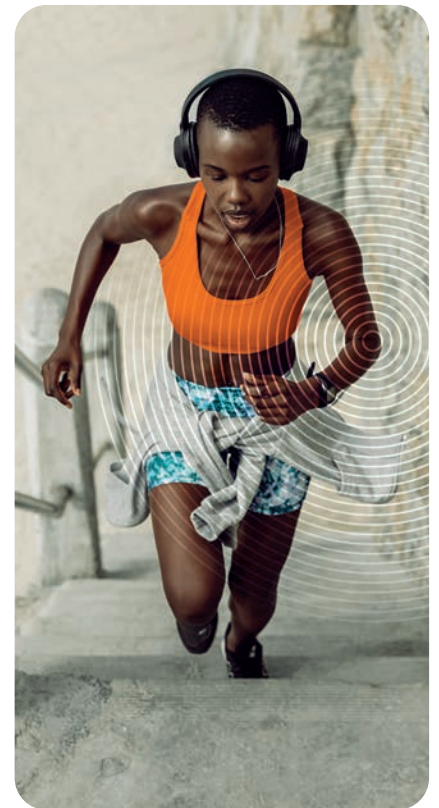
Hvad er kollagen?

Kollagen giver din hud dens elasticitet og fasthed og støtter slankt muskel- og bindevæv. Din krop producerer kollagen naturligt, men produktionen falder også med alderen. At tage kosttilskud kan øge kollagenet i din krop, men ikke alle kollagentyper virker lige godt. De fleste kosttilskudsprodukter med kollagen indeholder kun en eller to typer kollagenpeptider (normalt de typer, der er mest relevante for hudens skønhed, elasticitet og rynker).

Sammen med disse populære kollagentyper omfatter MetaPWR Advantage i alt ni unikke typer kollagenpeptid. Kollagen er det protein, der er mest af i vores krop, og alle de 28 typer spiller vigtige roller, så med MetaPWR Advantage lægger vi vægt på kollagens rolle for hele kroppen.

De ni typer kollagen i MetaPWR Advantage:

- **Kollagetype I** er relateret til hudens skønhed.
- **Kollagetype II** er relateret til knoglebeskyttelse og er hovedkomponenten i brusk.
- **Kollagetype IV** er hovedproteinet i basalmembranen, der forbinder dermis og epidermis, og danner en netstruktur, der gør basalmembranen smidig.
- **Kollagetype V** er relateret til den regelmæssige distribution af kollagenfibre og stabiliserer strukturen af Type I- og Type II-kollagen.
- **Kollagetype VI** opretholder den mekaniske funktion i cellen og støtter både muskelfunktionen og cellemembranens fuldstændighed. Derudover hæmmer denne kollagetype oxidative skader og programmeret celledød.
- **Kollagetype IX** er en vigtig komponent i brusk og fordeles især i bruskcellerne i epifyseskiver, led og båndskiver.
- **Kollagetype XXV** hæmmer fibrillationen af amyloidt betapeptid.
- **Col1a2-protein** er kollagenfibrillin.
- **Vakuolær proteinsortering 37A** er involveret i cellevækst og -differentiering.



Hver kollagetype spiller en rolle i at forbedre hudens tæthed, elasticitet og fugttilførsel, styrke blodkar, støtte bindevævet og forbedre den generelle vitalitet.

Når du blander MetaPWR Advantage, som er et hydrolyseret pulver, med koldt eller stuetempereret vand, indtager du det som en væske, hvilket betyder, at din krop let kan absorbere de stabile, ikke-forringede næringsstoffer. De fleste færdigpakkede flydende kollagener anvender en pasteuriseringsproces til at sterilisere deres vandbaserede leveringssystem, hvilket fjerner skadelige bakterier – men også ødelægger gavnlige aktive ingredienser som vitaminer, flavonoider og polyfenoler. På trods af denne proces er det faktisk mindre holdbart end et pulverleveringssystem som MetaPWR Advantage. Og så kræver det også, at man sender tungt vand rundt i verden, hvilket øger CO₂-udledninger. Ved at blande MetaPWR Advantage-pulveret med vand får du stadig de absorptionsfordelene ved en flydende levering, men uden det værditab, der sker under pasteuriseringen (og uden det sukkerindhold, der normalt følger med et færdigpakket juiceformat!)

MetaPWR™ Advantage

Derudover sources vores kollagen fra bæredygtigt fangede koldt vandshavfisk og er blevet hydrolyseret (gjort letfordøjeligt) ved hjælp af endo- og exonukleasezymer kendt som proteaser. Disse enzymer skaber små tripeptidfragmenter af tre aminosyresekvenser for at give optimal absorption. Andre kollagener på markedet – uanset om det er fra landdyr eller havdyr – har typisk et tripeptidindhold på 15-35 %. MetaPWR Advantage-kollagenet indeholder mere end 70 % tripeptidfragmenter for at give bedre absorption (i nogle tilfælde op til 12 gange mere absorberbar).

Andre ingredienser i MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage indeholder også resveratrol, sødæbleekstrakt, ceramider fra ris, rød appelsin-ekstrakt, havtorn, biotin, hyaluronsyre og liposomal C-vitamin.

Ifølge foreløbige studier er både rød appelsin-ekstrakt og havtorn polyfenolantioxidanter, men der er brug for flere bekræftende kliniske undersøgelser. Antioxidanter bekæmper frie radikaler og forebygger oxidativ skade og stress på dine celler.

Som en vigtig komponent i den ekstracellulære matrix opretholder hyaluronsyre din hudts fuldstændighed og sundhed. Dens unikke evne til at absorbere og holde på vand hjælper med at forebygge tør eller skadet hud.

Liposomal C-vitamin støtter ikke bare kroppens fibroblaster med at syntetisere nyt kollagen, men stabiliserer også kollagenfibrillerne i din krop via hydroxylering.

Sådan anvender man MetaPWR Advantage

MetaPWR Advantage er et skønt appelsin-/citronpulver, som du kan blande med 150-240 ml koldt eller stuetempereret vand, men ikke varmt. Ryst godt i en shaker, eller blend det til en smoothie, og drik det straks.

Tag MetaPWR Advantage mindst én gang om dagen for at få de bedste resultater. Du kan tage MetaPWR Advantage når som helst på dagen, men om morgenen fungerer godt for de fleste mennesker. MetaPWR Advantage behøver ikke blive indtaget sammen med mad.

Forlæng din sundhedstid, støt din stofskiftesundhed, og nyd godt af masser af andre indre og ydre fordele.

Er der plantebaserede eller veganske kollagenmuligheder?

dōTERRA prøver at levere plantebaserede valgmuligheder for kosttilskud, når det er muligt, og personer, der ikke ønsker at indtage fiske- eller havbaserede produkter på grund af kostrestriktioner eller personlige præferencer, spekulerer måske på, om en plantebaseret udgave af MetaPWR Advantage bliver tilgængelig. Kollagen syntetiseres af dyr, så det kommer udelukkende fra dem. Du ser måske produkter, der markedsføres som vegansk kollagen; men hvis du ser nærmere efter, vil du opdage, at det normalt er en samling aminosyrer af vegansk oprindelse – ikke reelle kollagentripeptider.

Men husk, at kollagen er noget, din krop laver naturligt! MetaPWR Advantage er udviklet til at supplere den kollagen, din krop ikke producerer i lige så rigelig mængde, som den plejede. Tænk på det supplerende kollagen i MetaPWR Advantage, der hjælper med at erstatte kollagenet i din krop.

Tips til anvendelse:

- Tilsæt én pose MetaPWR Advantage til 150-240 ml koldt eller stuetempereret vand.
- Bland det grundigt sammen, eller brug en blender, og drik det straks.

Trin 4: Sådan bruger du MetaPWR™ Systemet i dagligdagen

MetaPWR Æterisk olieblending kommer i forskellige formater, hvilket gør det let at skræddersy din oplevelse. Hvis du godt kan lide smagen af MetaPWR, er 15 ml flasken perfekt at tilsætte til dit vand. Hvis det er lettere for dig at tage æteriske olier som kosttilskud, vil du elske perlerne og gelkapslerne.

Tilpasningen af MetaPWR går også udover personlige præferencer – du kan skabe en rutine med dette system, der matcher din personlige livsstil. Du starter måske morgenen med at blande MetaPWR Advantage med vand i en shaker (tilsæt også en dråbe MetaPWR-olie, hvis du kan lide smagen) og indtager det sammen med din proteinrige morgenmad og en MetaPWR Gelkapsel. Om formiddagen tager du måske et par perler. Endelig tager du måske MetaPWR Assist før aftensmaden og slutter dagen af med endnu en gelkapsel før sengetid.

Uanset om du lige er ved at begynde på vejen mod at spise sundt og motionere eller har praktiseret periodisk faste i årevis, kan du bruge MetaPWR til at hjælpe dig med at nå dine mål og leve dit mest kraftfulde liv.

Eksempel på en daglig MetaPWR™-plan

MORGEN

- Én dråbe MetaPWR Æterisk olieblending og MetaPWR Advantage med vand
- MetaPWR Gelkapsel med Lifelong Vitality Pack™ (LLV)

OM DAGEN

- MetaPWR Assist sammen med frokost (hvis det er dagens største måltid)
- MetaPWR Gelkapsel efter frokost
- MetaPWR Perler midt på eftermiddagen

AFTEN

- MetaPWR Assist sammen med aftensmad (hvis det er dagens største måltid)
- MetaPWR Gelkapsler eller Perler efter aftensmad



Alle oplysninger er korrekte på produktionstidspunktet.

UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Storbritannien
dōTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Irland
© 2023 dōTERRA Holdings, LLC, 389 S 1300 W St. Pleasant Grove, UT 84062 USA

Alle rettigheder forbeholdt. Alle ord med et varemærke eller symbolet for registreret varemærke er varemærker eller registrerede varemærker tilhørende dōTERRA Holdings, LLC.



DA EU MetaPWR eBook 060323