



ZINZINO

CITRON



BalanceOil

120 KAPSLAR

Zinzino BalanceOil är en synergistisk blandning av högkvalitativ fiskolja, rik på omega-3-fettsyrorna EPA och DHA, med speciellt utvald extra virgin-olivolja med ett högt innehåll av polyfenoler⁵. BalanceOil justerar och upprätthåller EPA- och DHA-nivåer och Omega-6:3 balans i kroppen på ett säkert sätt.

BalanceOil bidrar till en normal hjärnfunktion¹ och normal hjärtfunktion², samt ett normalt immunförsvar³.



Viktiga fördelar:

- ✓ Bidrar till normal **hjärnfunktion**¹ då den dagliga dosen innehåller 680 mg DHA
- ✓ Bidrar till **hjärtats normala funktion**² då den dagliga dosen innehåller 1280 mg EPA och 680 DHA
- ✓ Bidrar till ett **normalt immunförsvar**³ då den dagliga dosen innehåller 20 mcg av D-vitamin
- ✓ Perfekt för resan
- ✓ Ökar nivåerna av EPA och DHA i kroppen på ett säkert och effektivt sätt
- ✓ Bidrar till att justera omega-6/omega-3 balansen
- ✓ Olivoljan i BalanceOil tillför kroppen polyfenoler som skyddar blodfetterna från oxidativ stress⁶
- ✓ Bidrar till en normal ögonfunktion då en daglig dos innehåller 600 mg DHA⁷ samt bidrar till att bibehålla normala triglyceridnivåer i blodet⁸, såväl som normalt blodtryck⁹ då den innehåller 1280 mg EPA och 680 mg DHA
- ✓ BalanceOil bidrar även till normala blodkalciumnivåer¹⁰, normalt skelett¹¹, normal muskelfunktion¹², normala tänder¹³ och normal celledelning¹⁴ då den innehåller rikliga nivåer av D-vitamin

Notera: Det är alltid viktigt att äta en varierad och balanserad kost men även ha en hälsosam livsstil.

En synergisk formel

NORMAL HJÄRNFUNKTION

EFSA godkänner att vi använder hälsopåståendet om att DHA bidrar till en normal hjärnfunktion då den dagliga dosen innehåller 680 mg DHA. Gravida kvinnors intag av DHA bidrar till att hjärnan utvecklas normalt hos foster. Moderns intag av DHA bidrar till att hjärnan utvecklas normalt hos spädbarn som ammas. De långkedjade omega-3-fettsyrorna är alltså viktiga för oss och nästa generation.

NORMAL HJÄRTFUNKTION

Balance Oil bidrar till hjärtats normala funktion då den dagliga dosen innehåller 1280 mg EPA och 680 DHA enligt EFSA.

NORMAL IMMUNFÖRSVAR

Den dagliga dosen av Balance Oil innehåller ca 20 mcg av vitaminen D3 och detta bidrar till immunförsvarets normala funktion.

FISKOLJAN

Fiskolja vi använder (från LYSI, i Island) extraheras framför allt från kortlivade, små pelagiska fiskar som t.ex. sardiner, ansjovis och makrill, men det behöver inte vara en specifik fisk. Den kritiska faktorn är en fettsyreprofil som effektivt normaliserar Omega-6/3-fettsyrebalansen i kroppen, inom 120 dagar.

Vår fiskolja är härlett från hel, obearbetad fisk. Oljan genomgår en raffineringprocess för att eliminera miljörelaterade kontaminanter. De fiskoljor som används i Balance-produkterna har en strikt specifikation för EPA och DHA, och är certifierat fria från tungmetaller och andra toxiner. Lysi, tillverkaren av BalanceOil, uppfyller alla regulatoriska krav för produktion och följer god tillverkningssed (GMP) för livsmedel och läkemedelsprodukter.

OLIVOLJAN

BalanceOil innehåller en särskild kallpressad, extra virgin-olja, som är utvald för sitt höga innehåll av polyfenoler (över 350 mg/kilo).⁵. Polyfenoler är kraftfulla antioxidanter med ett flertal gynnsamma effekter. De skyddar BalanceOil i flaskan och i din kropp. Våra produkter är GMO-fria (dvs. fria från genmodifierade organismer).



FISK- OCH OLIVOLJA/SYNERGI = RESULTAT

Modern processad kost innehåller stora mängder Omega-6 fettsyror och otillräcklig nivå av Omega-3 fettsyror. Våra forskare har formulerat BalanceOil för att kombinera Omega-3 och med rätt mängd av rätt polyfenoler - en synergistisk kombination som ger fantastiska resultat.

BEVIS FÖR BALANS PÅ 120 DAGAR

Våra certifierade laboratorier har analyserat fler än 270 000 test (januari 2019) vilket gör den till världens största databas. Det genomsnittliga omega 6:3-förhållandet för de som inte tog kosttillskott med omega-3 var 12:1 i norra Europa, 15:1 i Europa och 25:1 i USA. Efter att ha tagit BalanceOil i 120 dagar, är det genomsnittliga förhållandet under 5:1 och i många fall under 3:1.

PERFEKT FÖR RESOR:

BalanceOil-kapslarna är perfekta att ta med sig och gör det lätt att behålla balansen även när du reser. Reser du med endast handbagage? Ta bara ut de kapslar du behöver och lägg dem i en liten plastpåse. Dosering är enkelt eftersom varje kapsel innehåller 1 ml av BalanceOil.

FÖRESLAGEN ANVÄNDNING: 3 kapslar per 20 kg/44 lb kroppsvikt. En vuxen person som väger 60 kg/132 lb: 9 kapslar per dag, en vuxen person som väger 80 kg/176 lb: 12 kapslar om dagen. Den rekommenderade dosen bör inte överskridas.

FÖRVARING: Håll oöppnad förpackning i rumstemperatur på mörk, torr plats. Förvara öppnad förpackning i rumstemperatur på mörk, torr plats och använd inom 90 dagar. Förvaras oåtkomligt för barn.

OBS.: Kosttillskott är inte avsedda som ersättning för en balanserad och varierad kost. Om du tar blodförtunnande läkemedel ska du rådfråga din läkare innan du använder BalanceOil.

NÄRINGSVÄRDE	3 kapslar	14 kapslar
Fiskolja	1 830 mg 30	8 540 mg
Omega-3	619 mg	2 891 mg
varav: C20:5 (EPA)	320 mg	1 496 mg
varav: C22:6 (DHA)	170 mg	797 mg
Oljesyra (omega-9)	1 724 mg	8 045 mg
Vitamin D3 (50 % av RDI) (220 % av RDI)	2,5 ug	11 ug

*) % rekommenderat dagligt intag (RDI) enligt direktiv 90/496/EEG

INGREDIENSER: fiskolja (från ansjovis, makrill, sardiner), kallpressad olivolja, bovint gelatin, glycerintokoferoler (för att bevara färskheten), citronolja, vitamin D3 (kolekalciferol).

Vanliga frågor

Vad är omega-3?

Omega-3 är ett samlingsnamn för en grupp långkedjiga fleromättade fettsyror, som har den första dubbelbindningen mellan kol nummer 3 och 4 räknat från metyl-ändan. Omega-3-fettsyror är essentiella, vilket betyder att kroppen inte själv kan producera dem, och du måste därför få i dig dem genom kosten. Undantaget är kvinnor i fertil ålder, som har förmågan att själva producera små mängder omega-3-fettsyror. Kvinnor i den gruppen rekommenderas emellertid fortfarande att ta omega-3-fettsyror. Det finns olika typer av omega-3 fettsyror: omega-3-fettsyror med kortare kedjor från växtriket och omega-3 fettsyror med längre kedjor från havet. De långkedjiga omega-3-fettsyrorerna har den högsta bioaktiva effekten, särskilt eikosapentaensyra (EPA, C20:5 omega-3) och dokosahexaensyra (DHA, C 22:6 omega-3-3).

I vilken typ av mat finns omega-3?

De långkedjiga omega-3-fettsyrorerna (EPA och DHA) finns främst i oljrik fisk som sardiner, makrill, ansjovis och lax, medan den kortkedjiga omega-3-fettsyrorna alfa-linolinsyra (ALA) finns i de flesta vegetabiliska oljor.

Varför bör jag ta omega-3-tillskott?

Marina omega-3 fettsyror är viktiga för att uppnå en normal och bra balans mellan olika komponenter i kroppen. Dessutom är omega-3 viktigt för en naturlig och hälsosam utveckling och tillväxt. Ett antal dokumenterade vetenskapliga studier har visat att omega-3 (EPA och DHA) är viktigt för vår hjärt- och kärlhälsa², fosterutveckling¹, kognitiva förmåga, humör och beteende, för att nämna några saker.

Hur mycket omega-3 behöver jag?

Minimirekommendationen för intag av EPA och DHA skiljer sig åt mellan länder och organisationer. Nedan följer några exempel:

- EFSA (Europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet); 250 mg EPA + DHA/dag
- American Heart Association; två portioner fet fisk i veckan
- ISSFAL (International Society for the Study of Fatty Acids and Lipids); Minst 500 mg EPA + DHA/dag
- WHO (Världshälsorganisationen); 200–500 mg EPA + DHA/dag

Vår västerländska kost innehåller ett överskott av omega-6 fettsyror jämfört med omega-3 fettsyror, vilket gör det nödvändigt att öka det dagliga intaget av omega-3-fettsyror upp till 3 g för att uppnå en normal omega-6/omega-3-fettsyrebalans.

Varifrån kommer fiskolja som används i BalanceOil?

Vår BalanceOil tillverkas av LYSI på Island.

Fiskolja som används kommer främst från kortlivade, små pelagiska fiskar såsom sardiner, ansjovis och makrill. Det finns inga krav på att det ska vara en specifik fisksort, utan det finns upp till 30 olika sorter som används. Men en viktig faktor är att fiskarten har en optimal

fettsyra-profil (EPA + DHA) så att vi kan säkerställa att oljan kommer normalisera fettsyrebalansen av omega-6/3 i kroppen inom 120 dagar. Fisken som används är vild och fiskas på flera olika platser, till exempel i Atlanten och Stilla havet.

Fiskolja är certifierad av lokala myndigheter som kontrollerar att fisken är fångad i godkända fiskeområden, många av dem är godkända av organisationen "Friends of the Sea".

Vår fiskolja tillverkas av hel och oprocessad fisk. Om det blir restavfall används det till djurmat för att minska spill.

Fiskolja är analyserad och certifierad för att uppfylla alla europeiska förordningar gällande tungmetaller, gifter och andra föroreningar.

LYSI raffinerar oljan från fisken noggrant för att ta bort eventuella miljögifter innan den blandas med olivoljan.

LYSI uppfyller alla regulatoriska krav för produktion och följer god tillverkningsstandard (GMP) för livsmedel och läkemedelsprodukter.

Finns det genmodifierat material i fiskolja?

Nej.

Varför är det viktigt att ha en normal balans av omega-6- och omega-3-fettsyror?

Vår västerländska kost innehåller mycket omega-6 fettsyror och relativt små mängder marina omega-3 fettsyror, vilket ökar obalansen mellan omega-6-fettsyrorerna och omega-3-fettsyrorerna i kroppen. Denna obalans är en viktig orsak till att livsstilsrelaterade hälsoproblem utvecklas. Både omega-6- och omega-3-fettsyrorerna är prekursorer till hormonliknande signalmolekyler (eikosanoider) i kroppen. Eikosanoider som kommer från omega-6 är inflammationsfrämjande och understödjer kronisk inflammation. Signalmolekyler som kommer från omega-3-fettsyror har lägre inflammatorisk potential och vissa är även antiinflammatoriska. På många sätt kompletterar eikosanoiderna varandra, och det är därför viktigt att ha en bra balans mellan dem. En normal balans mellan omega-6- och omega-3-fettsyror är grundläggande för en bra eikosanoidbalans, medan en balans med mer omega-6- än omega-3-fettsyror understödjer kronisk inflammation. Nordiska ministerrådet rekommenderar att balansen mellan omega-6- och omega-3-fettsyrorerna är under 5:1 (se även "Fettsyror och lokala hormoner").

Hur kan jag veta om jag har en hälsosam Omega-6/Omega-3 fettsyra balans?

Vi rekommenderar alla att kontrollera balansen mellan omega-6- och omega-3-fettsyror i kroppen genom att göra vårt ZinzinoTest. Testet mäter fettsyror i helblod, vilket avspeglar fettsyraprofilen i din dagliga kost. Med hjälp av fettsyreprofilen för Omega-3-nivån räknas balansen mellan omega-6 och omega-3 ut. Om du har en balanserad kost är förhållandet mellan omega-6- och omega-3-fettsyror lägre än 5:1, gärna lägre än 3:1.

BalanceOil Capsules

HÄLSOPÅSTÅENDEN (EFSA)

1. DHA bidrar till att bibehålla normal hjärnfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som innehåller minst 40 mg DHA per 100 g och per 100 kcal. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 250 mg DHA. Moderns intag av dokosahexaensyra (DHA) bidrar till hjärnans normala utveckling av foster och ammade spädbarn. Information ska ges till gravida och ammande kvinnor om att den gynnsamma effekten erhålls med ett dagligt intag av 200 mg DHA utöver det rekommenderade dagliga intaget av omega-3 fettsyror för vuxna, dvs.: 250 mg DHA och EPA. Påståendet kan endast användas för livsmedel som tillhandahåller ett dagligt intag på minst 200 mg DHA

2. EPA och DHA bidrar till hjärtats normala funktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till EPA och DHA, så som avses i påståendet KÄLLA TILL OMEGA 3-FETTSYROR som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 250 mg av EPA och DHA.

3. D-vitamin bidrar till att immunsystemet fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till EPA och DHA, så som avses i påståendet KÄLLA TILL Vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

4. Ett påstående om att ett livsmedel innehåller höga andelar omega-3 fettsyror, och alla påståenden som sannolikt har samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 0,6 g alfa-linolensyra per 100 g och per 100 kcal, eller åtminstone 80 mg av summan av eikosa-pentaensyra och dokosahexaensyra per 100 g och per 100 kcal. Analyseras och certifierade vid källan

5. Extra jungfruolja som används i BalanceOil olja kommer från en Picual-oliv som är kallpressad och då speciellt utvalda med hög halt av polyfenoler (över 350 mg/kilo). Analyseras och certifieras vid källan

6. Olivoljans polyfenoler bidrar till att skydda blodfetter mot oxidativ stress. Påståendet kan endast användas för olivolja som innehåller minst 5 mg hydroxytyrosol och dess derivat (t.ex. oleuropeinkomplex och tyrosol) per 20 g olivolja. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 20 g olivolja.

7. DHA bidrar till att bibehålla normal synförmåga. Påståendet kan endast användas för livsmedel som innehåller minst 40 mg DHA per 100 g och per 100 kcal. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 250 mg DHA. Intag av DHA bidrar till att synen utvecklas normalt hos spädbarn upp till 12 månaders ålder. Information ska ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 100 mg DHA. När fordran används på tillskottsnäring, ska

maten innehålla minst 0,3 % av de totala fettsyrorna som DHA.

8. DHA och EPA bidrar till att bibehålla normala triglyceridnivåer i blodet. Påståendet kan endast användas för livsmedel som tillhandahåller ett dagligt intag på minst 2 g EPA och DHA. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 2 mg EPA och DHA. När fordran används på mat tillskott och/eller berikade livsmedel ska information också ges till konsumenterna om att inte överskida ett kompletterande dagligt intag på 5 g EPA och DHA tillsammans. DHA bidrar till att bibehålla normala triglyceridnivåer i blodet. Påståendet kan endast användas för livsmedel som tillhandahåller ett dagligt intag på minst 2 g DHA och som innehåller DHA i kombination med eikosapentaensyra (EPA). För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 2 g DHA. När fordran används på mat tillskott och/eller berikade livsmedel ska information också ges till konsumenterna om att inte överskida ett kompletterande dagligt intag på 5 g EPA och DHA tillsammans.

9. DHA och EPA bidrar till att bibehålla normalt blodtryck. Påståendet kan endast användas för livsmedel som tillhandahåller ett dagligt intag på minst 3 g EPA och DHA. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 3 g EPA och DHA. När fordran används på mat tillskott och/eller berikade livsmedel ska information också ges till konsumenterna om att inte överskida ett kompletterande dagligt intag på 5 g EPA och DHA tillsammans.

10. Vitamin D bidrar till normala kalciumnivåer i blodet. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till EPA och DHA, så som avses i påståendet KÄLLA TILL Vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

11. Vitamin D bidrar till att bibehålla ett normalt skelett. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

12. Vitamin D bidrar till att bibehålla normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till EPA och DHA, så som avses i påståendet KÄLLA TILL Vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

13. Vitamin D bidrar till att bibehålla normala tänder. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till EPA och DHA, så som avses i påståendet KÄLLA TILL Vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

14. Vitamin D har en roll i celldelningsprocessen. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.