

My Mind

DuoLife My Mind - биологически активная добавка в жидкой форме, которая содержит натуральные компоненты растительного происхождения, в том числе уникальные формулы COGNIVIA™* и ARONVIT®, обогащенные инозитолом и активной формой витамина B12 (метилкобаламином). Препарат состоит из высококачественного натурального сырья, которое способствует концентрации, улучшает процессы памяти и познавательные процессы, как у молодых людей, так и у людей пожилого возраста. Является ценным источником витаминов и многих активных соединений, содержащихся в стандартных растительных экстрактах. Полезное действие компонентов, которые содержатся в биологически активной добавке, было доказано клиническими испытаниями и зафиксировано в научных отчетах.



Когда?

Проблемы с памятью и концентрацией касаются все большего количества людей разного возраста. Считается, что в мире около 50 миллионов человек имеют серьезные проблемы с памятью,¹ и появляется все больше людей, которые жалуются на нарушения, связанные с запоминанием и концентрацией. Память – это познавательная деятельность, позволяющая временно или постоянно запоминать, хранить и воспроизводить информацию. Мы делим ее на кратковременную, отвечающую за временное хранение информации и способность к восприятию, и долговременную, отвечающую за сохранение информации, воспоминаний или навыков.

За процессы запоминания, познавательные процессы, обучение и концентрацию отвечают соответствующие области в мозге. Чтобы эти процессы могли проходить правильно, необходима коммуникация между нейронами (нервными клетками), и, следовательно, соответствующий уровень т.н. нейротрансмиттеров, которые отвечают за передачу нервных импульсов. Нейротрансмиттер ацетилхолин играет основную роль в развитии кратковременной памяти. Долговременная память возникает в результате обработки свежей памяти и хранится в различных центрах коры головного мозга². Сохранение правильного уровня ацетилхолина помогает сохранить концентрацию и познавательные функции, такие, как память, мышление, понимание, внимание и концентрация. Это касается также лиц с деменцией, то есть с прогрессирующим снижением умственной работоспособности. Оптимальные функции нейронов могут быть нарушены в случае снижения количества нейротрансмиттеров в результате окислительного стресса, вызванного скоплением т.н. свободных радикалов кислорода. Поддержка оптимальных функций нервной системы – это здоровый образ жизни и правильное сбалансированное питание, а также соответствующая супплементация.

Биологически активная добавка DuoLife My Mind предназначена для поддержания оптимальной работы мозга:

- ▶ для людей, которые хотят ежедневно улучшать концентрацию, память и познавательные процессы;
- ▶ для людей, которые ведут активную профессиональную деятельность;
- ▶ для людей, занимающихся умственным трудом, в том числе для студентов и учеников;

- ▶ для людей пожилого возраста;
- ▶ для людей с проблемами памяти и признаками деменции;
- ▶ для людей с проблемами с концентрацией в результате хронического стресса;
- ▶ для лиц, которые заботятся о хорошем состоянии нервной системы;
- ▶ для людей со снижением энергии, жизненного тонуса;
- ▶ для людей со снижением настроения.

Как?

DuoLife My Mind - это на 100% натуральные растительные экстракты и дополнительные компоненты натурального происхождения: инозитол и витамин B12.

Биологически активная добавка содержит:

- ▶ уникальную растительную формулу **COGNIVIA™*** на основе двух видов шалфея с клинически доказанной эффективностью;
- ▶ уникальную формулу экстракта из черноплодной рябины - **ARONVIT®**, стандартизованную на 25% содержание антоцианов;
- ▶ ценные травяные экстракты из: лимонника китайского (*Schisandra chinensis*), из листьев гинкго билоба (*Ginkgo biloba*), из корня родиолы розовой (*Rhodiola rosea*), из листьев розмарина (*Rosmarinus officinalis*), из листьев брахми (*Bacopa monnieri*), из плодов ацеролы (*Malpighia glabra*);
- ▶ уникальную формулу на основе метилкобаламина - активной форме витамина B12 - **MECOBALACTIVE®****;
- ▶ инозитол.

DuoLife My Mind у молодых людей и людей пожилого возраста улучшает:

- ▶ работу памяти;
- ▶ познавательные процессы;
- ▶ концентрацию;
- ▶ процесс обучения;
- ▶ энергию и витальность;
- ▶ состояние нервной системы;
- ▶ настроение;
- ▶ антиоксидантные процессы.

Благодаря свойствам содержащихся в продукте компонентов, действие, улучшающее процессы памяти, познавательные процессы и концентрацию, начинается и заметно уже через 1 час после приема одной порции, а затем усиливается с каждым последующим днем биологически активной добавки!



DuoLife My Mind – способ приема:

Лица старше 12 лет: 25-50 мл утром во время приема пищи. Не превышать рекомендуемую максимальную суточную дозу.

Продукт не может использоваться в качестве субститута (заменителя) сбалансированной диеты. Сбалансированное питание и здоровый образ жизни важны для правильного функционирования организма.

В случае вопросов, касающихся приема биологически активной добавки, следует проконсультироваться с врачом или фармацевтом.



Состав: сок черноплодной рябины из концентрата, сок красного винограда из концентрата, инозитол, COGNIVIA™* - уникальная формула на основе органического экстракта из шалфея лекарственного (*Salvia officinalis*) 5:1 и на основе органического микрокапсульного эфирного масла из шалфея лавандолистного (*Salvia lavandulifolia*), экстракт плодов ацеролы (*Malpighia glabra*) 50:1, стандартизированный на 50% содержание витамина С, экстракт из плодов лимонника китайского (*Schisandra chinensis*) 10:1 (200 мг/50 мл), стандартизированный на 10% содержание схиандрин, экстракт из листьев гинкго билоба (*Ginkgo biloba*) 50:1 (100 мг/50 мл), экстракт из корня родиолы розовой (*Rhodiola rosea*) 3:1 (100 мг/50 мл), ARONVIT® - уникальная формула из плодов черноплодной рябины (*Aronia melanocarpa*), стандартизированная на 25% содержание антоцианов, экстракт из листьев розмарина (*Rosmarinus officinalis*) 10:1, экстракт из листьев брахми (*Bacopa monnieri*) 5:1 (50 мг/50 мл), MECOBALACTIVE®** - уникальная активная формула витамина В12 (метилкобаламина).

* COGNIVIA™ - товарный знак Nexira.

** MECOBALACTIVE® - товарный знак HEALTHTECH BIO ACTIVES, S.L.U.

Содержимое в порции продукта	25 мл	50 мл
Инозитол	1,5 г	3 г
COGNIVIA™* - уникальная органическая формула экстракта шалфея лекарственного и микрокапсульного масла из шалфея лавандолистного	300 мг	600 мг
Витамин С из экстракта плодов ацеролы (<i>Malpighia glabra</i>)	52,5 мг (66% РСНП*)	105 мг (131% РСНП*)
Витамин В12 MECOBALACTIVE®** (метилкобаламин)	100 µg (4000% РСНП*)	200 µg (8000% РСНП*)

Рядом с названием содержащегося в препарате растительного экстракта указано **соотношение 5:1, 3:1, 10:1 - т.н. коэффициент DER - что он означает?**

Показатель DER (англ. drug extract ratio) определяет количество миллиграммов растительного сырья, использованного для получения одного миллиграмма экстракта. Если порция 50 мл биологически активной добавки содержит 100 миллиграммов экстракта из листьев гинкго билоба 50:1 (или другого травяного экстракта), то это означает, что для получения порции использовано 5000 миллиграммов (5 граммов) сырья.

Что такое COGNIVIA™* и почему он является таким ценным компонентом DuoLife My Mind?

COGNIVIA™* ограничена уникальной **синергетической** растительной формулой **на основе двух видов шалфея с клинически доказанной эффективностью действия**. В клинических исследованиях использована порция или эквивалент порции 300-600 мг формулы в сутки. **Эта порция содержится в 25-50 мл биологически активной добавки DuoLife My Mind.**

1 порция (600 мг) COGNIVIA™*, которая содержится в 50 мл биологически активной добавки DuoLife My Mind, содержит:

- ▶ **400 мг экстракта из листьев шалфея лекарственного (*Salvia officinalis*)** – экстракт является ценным источником полезных полифенольных соединений, таких, как розмариновая кислота, атегинин, кверцетин или лютеолин³;
- ▶ 200 мг микрокапсульной формулы на основе органической клетчатки из акации: в микрокапсулах содержится **50 мкл эфирного масла из шалфея лавандолистного (*Salvia lavandulifolia*)**. Эфирное масло из листьев шалфея содержит полезные терпеноиды, в основном цинеол, камфору и альфа-

и бета-пинен⁴. Микрокапсулы защищают активные соединения, содержащиеся в масле, от неблагоприятного окисления, а также способствуют соединению масла с экстрактом в пределах одной порошковой формуляции.

Шалфей используется многие века, благодаря своим полезным свойствам, среди которых особое внимание заслуживает влияние растения на познавательные функции и функции памяти³. Представители рода *Salvia* обладают антиоксидантным действием, которое подтверждено научными и клиническими испытаниями. Это действие улучшает работу мозга и всей нервной системы, улучшает память, внимание и обучение (ноотропный эффект). Кроме того, выявлено, что различные виды шалфея, в том числе шалфея лекарственного и лавандолистного, могут улучшать процессы памяти у людей с деменцией.

Было проведено **7! клинических исследований**, которые подтверждают влияние формулы на познавательные функции и функции памяти у людей^{5-10a}, в том числе кратковременную и долговременную память. Результаты этих исследований **опубликованы в престижных медицинских журналах, с общим количеством более 1000 цитирований**, что свидетельствует об огромном значении представленных цитирований. Исследования проводились в соответствии с золотым стандартом рандомизированных, двойных „слепых“ исследований с контролем плацебо.

Исследования доказали, что эфирное масло из шалфея лавандолистного улучшает настроение, а также качество и скорость памяти, особенно долговременной. Экстракт из шалфея лекарственного способствует повышению концентрации и внимания. **Выявлено, что формула/эквиваленты формулы действуют уже после одноразового приема (через 1–6 часов после приема), а этот результат усиливается с каждым последующим днем приема! Исследования проводились с людьми разного возраста - как с молодыми, так и пожилыми!** (Рис. 1–3)

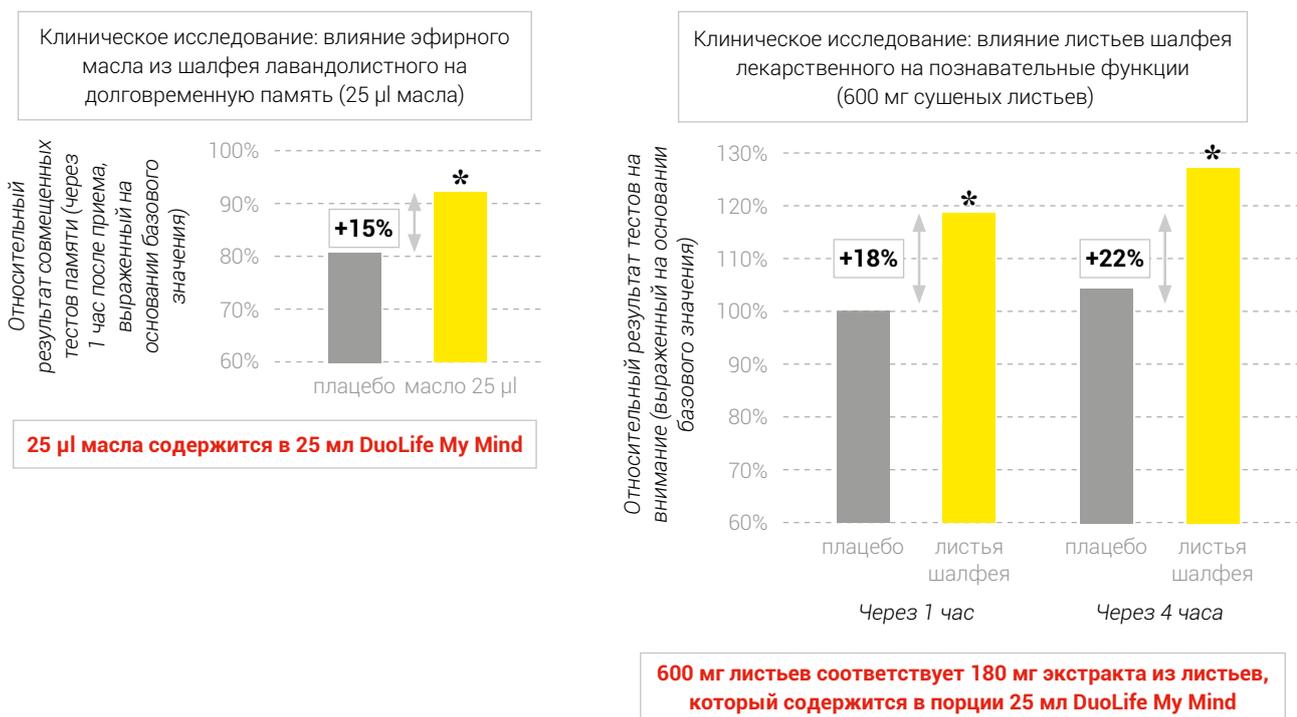


Рисунок 1: Результаты выбранных клинических исследований, которые подтверждают влияние эфирного масла из шалфея лавандолистного⁵ и сухеных листьев шалфея лекарственного⁶ на долговременную память и концентрацию уже через 1–4 часа после приема. * $p < 0,05$

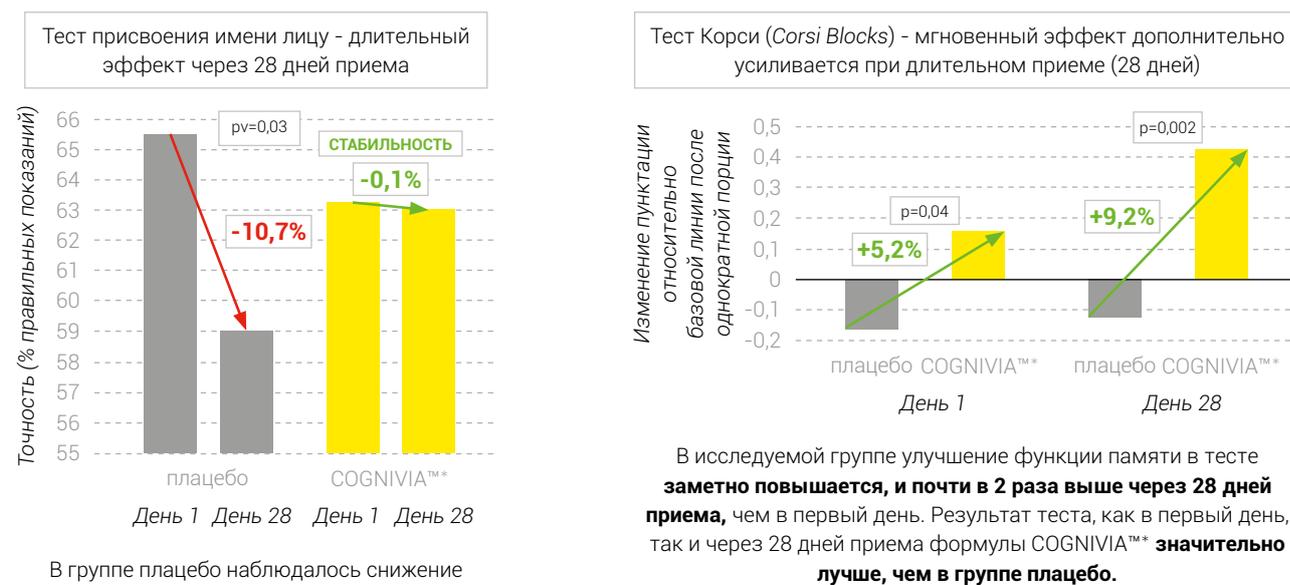
С помощью познавательных тестов COMPASS была также изучена рабочая память, которая является сочетанием кратковременной памяти, внимания и способности к анализу данных^{5-10a}.

Тип теста	Мгновенный эффект		Длительный эффект
	День 1	День 28	
Тест Корси	🧠	🧠	🧠
Числовая рабочая память	NS	🧠	🧠
Присвоение имени лицу	NS	NS	🧠

🧠 - итог всех важных статистически эффектов памяти ($p < 0,05$)

Рисунок 2: Исследование рабочей памяти - результат после приема одной порции в первый день исследования и после длительного приема (не менее 28 дней). Данные познавательные тесты относятся к тестам COMPASS и включают: тест Корси (Corsi Blocks), цифровой тест оперативной памяти и тест присвоения имени лицу. На основании ^{5-10a}. NS = results not significant/результаты не важны

Самые новые отчеты были опубликованы в 2021 году¹⁰, Они подтверждают синергетическое влияние всей формулы на познавательные процессы, как у молодых людей, так и людей пожилого возраста, которые принимают периодически формулу или в течение 28 дней подряд.



В группе плацебо наблюдалось снижение хороших показаний через 28 дней исследований, в отличие от **стабильного результата для COGNIVIA™* сохраняющегося длительное время.**

В исследуемой группе улучшение функции памяти в тесте **заметно повышается, и почти в 2 раза выше через 28 дней приема, чем в первый день.** Результат теста, как в первый день, так и через 28 дней приема формулы COGNIVIA™* **значительно лучше, чем в группе плацебо.**

Рисунок 3: В отчетах за 2021 года выявлено влияние формулы COGNIVIA™* на рабочую память уже после однократного приема в первый день исследований, которая усиливалась в течение 28 дней. На основании ¹⁰.

Более того, в исследованиях *in vivo* выявлен **полезное синергетическое действие обоих составляющих формулы COGNIVIA™***. Исследования подтверждают, что сочетание двух видов шалфея оказывает **значительное влияние на процессы памяти, чем каждый вид, используемый отдельно.** Этот эффект также виден с первого приема (через 1-6 часов после однократного приема в первый день исследования) и усиливается с каждым последующим днем приема¹¹ (Рис. 4).

Синергетический эффект COGNIVIA™* на долговременную память в тесте *in vivo* - водный лабиринт

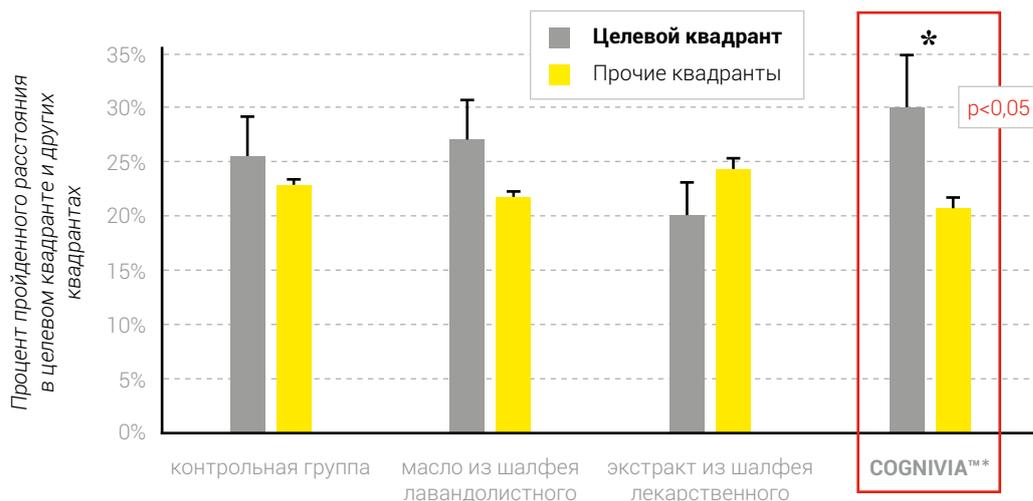


Рисунок 4: Синергизм действия формулы COGNIVIA™* - формула оказывает значительное влияние на долговременную память в тестах *in vivo*, чем каждый компонент, который исследуется отдельно. На основании ¹¹.



Внимание: есть возможность самостоятельно проверить работу формулы COGNIVIA™*, содержащейся в DuoLife My Mind, путем участия в занятиях по улучшению памяти, которые ИДЕНТИЧНЫ используемым в клинических исследованиях! Достаточно скачать **приложение на телефон «CogniviaApp»** (система iOS) и начать проходить ежедневные короткие тесты с помощью приложения. Благодаря этому, участник может самостоятельно и объективно проверить, как формула поддерживает его когнитивные функции и с каждым днем использования все больше способствует их улучшению.

Экстракт из розмарина на основе синергизма улучшает свойства формулы COGNIVIA™*

Розмарин (*Rosmarinus officinalis*) обладает действием, которое улучшает работу центральной нервной системы, улучшает память, концентрацию, познавательные функции. Кроме того, благодаря антиоксидатному действию, способствует защите нейронов от окислительного стресса. Полезное действие сырья было подтверждено клиническими исследованиями¹².

Среди активных соединений розмарина можно указать **терпеноиды**. Эти соединения обладают **синергетическим действием с терпеноидами масла из шалфея лавандолистного**, содержащегося в формуле COGNIVIA™*.

В DuoLife My Mind применены 3 растительных экстракта с адаптогенным действием! Что такое адаптогены и какую роль они выполняют?

Определение **«адаптоген»** означает вещество, которое позволяет организму реагировать на физические, химические и биологические факторы стресса за счет усиления нетипичного ответа организма против данного вида стресса. Адаптогены повышает способность организма к адаптации к переменчивым условиям среды¹³.

В продукте DuoLife My Mind адаптогенное действие касается экстрактов из родиолы розовой, из лимонника китайского и брахми.

Родиола розовая (*Rhodiola rosea*) способствует улучшению памяти, рефлекса и концентрации, а также уменьшению памяти. Адаптоген способствует улучшению неспецифической устойчивости организма к стрессу, защищая нервную систему и систему кровообращения (сердца) от повреждения¹³.

Плоды лимонника китайского (*Schisandra chinensis*) содержат схизандрин, обладающий адаптогенными и антиоксидантным действием^{14,15}. Лимонник китайский способствует сохранению оптимального уровня нейротрансмиттеров в центральной нервной системе. Поэтому косвенно способствует улучшению способности обучения и запоминания, также повышает внимательность, улучшает концентрацию и умственную работоспособность, без эффекта нервозности и раздражения¹⁴.

Брахми также обладает **адаптогенными свойствами**¹⁶, способствуя сохранению оптимальных функций нервной системы. Кроме того, он обладает антиоксидантным и дезинтоксикационным действием, помогая выводить из организма вредные продукты метаболизма и тяжелые металлы¹⁷. Брахми оказывает подтвержденное научными и клиническими исследованиями **влияние на процессы памяти и познавательные процессы**¹⁸⁻²¹.

Почему витамин B12 и инозитол важны для правильной работы нервной системы?

Витамин B12 играет ключевую роль в процессах внимания и обучения²². Нехватка витамина B12 наблюдается у людей с деменцией и нарушениями познавательных функций, а его прием может значительно улучшить процессы памяти у этих людей^{23, 24}. Человек не в состоянии самостоятельно вырабатывать витамин B12, физиологически его выработка происходит при участии кишечных бактерий.

В биологически активной добавке DuoLife My Mind использован витамин B12 в форме метилкобаламина, который происходит из уникальной активной формулы MECOBALACTIVE®**. Он вырабатывается во время запатентованного, безопасного, контролируемого процесса на основании идеи т.н. **«green chemistry»** из исходного соединения - цианокобаламина, получаемого в свою очередь в процессе ферментации (то есть натуральное происхождение).

Инозитол обладает антиоксидантными свойствами, которые способствуют защите нейронов, и улучшает энергетический метаболизм организма²⁵. Улучшает самочувствие, настроение, помогает регулировать суточный ритм. Инозитол является компонентом натурального происхождения, который получается в результате процесса гидролиза фитиновой кислоты, изолированной из кукурузы.

ARONVIT® и экстракт из гинкго билоба уменьшают окислительный стресс и улучшают работу сосудов мозга

ARONVIT® - уникальная формула на основе экстракта из плодов черноплодной рябины, с высоким стандартизированным содержанием антоцианов - активных соединений. Они способствуют уменьшению вредного воздействия свободных радикалов кислорода на функции нейронов. Дополнительно выявлено, что экстракт из черноплодной рябины, который принимался регулярно, оказывал значительное влияние на работу памяти^{26, 27}.

Гинкго билоба (*Ginkgo biloba*) является ценными из-за своих защитных свойств для нервных клеток. Что важно - обладает антиоксидантными свойствами и улучшает состояние сосудов мозга, способствуя улучшению мозгового кровообращения; тем самым улучшает запоминание, внимание и обучение²⁸. **Полезное действие гинкго билоба было подтверждено сотнями клинических исследований**^{29, 30}.

Экстракт из *гинкго билоба* содержит более 60 биоактивных компонентов. Самыми важными являются 2 группы - флавоноиды и терпеноиды. Содержащийся в DuoLife My Mind экстракт **стандартизирован на высокое содержание как флавонольных гликозидов (24%), так и терпеновых лактонов (6%)**. Это дает гарантию полезного действия сырья.

Чем отличается DuoLife My Mind?

- ▶ **100% натуральные растительные экстракты** вместе с добавлением компонентов растительного происхождения (инозитола и витамина B12) **которые улучшают память, познавательные процессы и концентрацию, а также придают энергию и витальность;**
- ▶ **Состав на основе фирменных ингредиентов, включая запатентованные формулы с клинически доказанным полезным эффектом;**
- ▶ **Временное и длительное действие:** мгновенное **улучшение памяти и концентрации уже с первого дня приема, которое усиливается с каждым последующим днем, благодаря свойствам уникальной формулы COGNIVIA™***, содержащейся в продукте, а также с помощью остальных компонентов биологически активной добавки;
- ▶ **Продукт предназначен как для людей молодого возраста (учеников, студентов), так и для взрослых и людей пожилого возраста** - полезное действие компонентов доказано на широкой возрастной группе;
- ▶ Доступное **приложение «CogniviaApp»** для скачивания на телефон (система iOS), позволяющая самостоятельно контролировать влияние содержащейся в продукте формулы COGNIVIA™* на память – тесты в приложении ИДЕНТИЧНЫ тем, которые проводятся во время клинических исследований;
- ▶ Уже **7 клинических исследований для компонентов формулы COGNIVIA™***, результаты которых опубликованы в престижных медицинских журналах международного уровня. Всего более 1000 цитирований этих ссылок;
- ▶ **Синергизм** действия всех составляющих;
- ▶ **Активная форма витамина B12 - метилкобаламин;**
- ▶ **Удобная форма приема** - жидкость, готовая к непосредственному употреблению;
- ▶ Продукт **НЕ СОДЕРЖИТ** искусственных **наполнителей и ГМО;**
- ▶ Препарат **не содержит искусственных ароматизаторов;**
- ▶ Продукт **НЕ СОДЕРЖИТ** глютен - подходит для лиц, не переносящих глютен;
- ▶ Продукт **подходит для веганов и вегетарианцев;**
- ▶ Препарат **стабилизирован методом ИНР™ by DuoLife** – (Innovation High Hydrostatic Process™ by DuoLife) на основе концепции «минимальной обработки». Преимуществом метода является высокое качество для здоровья и большой срок годности, а также сохранение натуральных питательных и сенсорных свойств по сравнению с продуктами, консервированными классическими методами. Используемый технологический процесс проводится при низкой температуре (для защиты активных ингредиентов) и базируется на принципе синергии многих стабилизирующих факторов, что позволяет сохранить высочайшее качество продукта без использования консервантов;
- ▶ Специальная **стеклянная бутылка, предназначенная для фармацевтических целей** - темное стекло защищает от света и перепадов температуры, устойчиво к выделению растворимых минералов в препарат с внутренней поверхности бутылки.

i Библиография для препарата DuoLife Жидкая форма My Mind находится на отдельной карте сегрегатора.