Adj, de okosan!

Minden, amit az étrend kiegészítőinkről tudni kell

Ray of Hope
Kisállat dietetika

MANCS BARF
– BOLT –

Zsirai Réka

---

www.rayofhopedietetika.hu

www.mancsbarfbolt.hu

Tartalomjegyzék

1. ***Miért lehet (néha) szükség étrend kiegészítőkre?*** 05

2. ***„Szentháromság” kiegészítő fronton?*** 05

3. ***Jelmagyarázat*** 07

4. ***Immunrendszer és allergia*** 10

5. ***Ízületvédelem és mozgásszervi támogatás*** 15

6. ***Bőr és szőr regenerálás*** 18

7. ***Emésztés és bélflóra*** 22

8. ***Máj és méregtelenítés*** 25

9. ***Szív- és érrendszer*** 26

10. ***Vitaminok és ásványianyagok*** 28

11. ***Légutak*** 31

12. ***Hormonrendszer támogatása*** 32

13. ***Csomagajánlatok*** 33

Tartalomjegyzék

14. ***Mit, mivel ne adj?*** 37

15. ***Étrend kiegészítők A-Z*** 05

Miért lehet (néha) szükség étrend kiegészítőkre?

Alapvetés: **egy jól összeállított étrend mellett a kutyáknak és cicáknak nincs feltétlenül szükségük kiegészítőkre.**

De az élet nem steril laborkörülmények közt zajlik. Vannak fajtajellegű hajlamok (pl. diszplázia, patella ficam, légzési nehézségek), allergiák, betegségek, idős kor, stressz – és ilyenkor jól jön egy kis extra támogatás.

Az is fontos, hogy **nem mindegy, mivel támogatunk**. A természetes kiegészítők nem csak trendik – **jobban hasznosulnak**, és kevesebb mellékhatással terhelik a szervezetet, mint a szintetikus társaik.

A cél nem az, hogy „mindenből kapjon valamit" – hanem az, hogy célzottan, tudatosan építsük be őket.

„Szentháromság" kiegészítő fronton?

Nálam általában ez így néz ki egy kúra során:

2 por + 1 olaj.

Ennek nagyon egyszerű oka van: **a porok jobban hasznosulnak olajos közegben** – így együtt dolgoznak a legjobban a szervezet támogatásáért.

💡 ***Tipp:*** a legtöbb por **fagyasztható!** Nyugodtan készíthetsz előre nagyobb adagot, akár **3 hónapra** – a hatóanyag-tartalom a 4. hónaptól is csak minimálisan csökken.

Segítség? Közösség? Megtalálsz minket!

Ezt a kisokost azért hoztuk létre, hogy **közelebbről is megismerhesd az állandó kínálatunkat**, és magabiztosabban választhass, ha szükség van kiegészítőre.

Adagolási kérdésed van? Kérdezz bátran a boltban – vagy csatlakozz Facebook-csoportunkhoz: BARF – MANCS BARF BOLT – TERMÉSZETES ÉTREND, NYERSETETÉS

Ott megtalálod a letölthető adagolási táblázatot is: csak a súlyt kell beírnod, és máris látod, miből mennyit adj.

Köszönjük, hogy természetes úton is gondoskodsz kedvenced egészségéről.

Mi itt vagyunk, ha kérdésed van.

A Mancs BARF bolt csapata

Jelmagyarázat

A kisokosban minden terméknél megtalálod az alábbi ikonokat, hogy gyorsan átlásd, mire használható az adott étrend kiegészítő.

💡 Egy termék több kategóriába is tartozhat!

🛡️ Immunrendszer és allergia

Támogatja a szervezet védekezőképességét, csökkenti a gyulladásos, allergiás reakciókat, erősíti a regenerációs folyamatokat.

🦴 Ízületvédelem és mozgásszervi támogatás

Ízületi fájdalmak, gyulladások, mozgásszervi problémák megelőzésére vagy kiegészítő kezelésére.

🧴 Bőr és szőr regenerálás

Segíti a szőrnövekedést, regenerálja a bőrt, csökkenti a viszketést, vedlés időszakában is ajánlott.

🍽️ Emésztés és bélflóra

Támogatja az emésztést, javítja a felszívódást, erősíti a bélflórát, probiotikus/prebiotikus hatással bír.

🧽 Máj és méregtelenítés

Segíti a máj és más méregtelenítő szervek munkáját, támogat gyógyszerszedés vagy fertőzés utáni regeneráció során.

🫀 Szív és érrendszer

Támogatja a szív és a keringési rendszer működését, omega zsírsavakkal, antioxidánsokkal, taurinnal.

💊 Vitamin és ásványianyag pótlás

Természetes forrásból pótolja a fontos mikrotápanyagokat (pl. vas, jód, kalcium, B-vitaminok), különösen BARF vagy főtt étrendnél hasznos.

💨 Légutak

Segít a légzőszervi problémákban: nyitja a légutakat, tisztítja az orrjáratokat, támogatja a rövid orrú fajták légzését.

🦷 Fogápolás

Segít a fogkő megelőzésében vagy eltávolításában, javítja a szájhigiéniát, frissíti a leheletet.

🧬 Hormonrendszer támogatása

Segíti a hormonháztartás egyensúlyát: álvemhesség megelőzésében, tüzelési időszakban, tenyésztőkutyáknál hasznos.

👀 Látás

Tartalmaz olyan összetevőket (pl. lutein, omega-3, C-vitamin), amelyek támogatják a szem egészségét.

🧠 Agyműködés és időskori támogatás

Fokozza a kognitív funkciókat, segíthet idősödő kutyák és cicák mentális frissességének megőrzésében.

🪱 Parazitaellenes hatás

Természetes alapú, külső-belső paraziták (pl. bolhák, bélférgek) elleni hatással bíró összetevőket is tartalmaz.

🐱 Cicáknak is

Olyan kiegészítő, ami nemcsak kutyáknak, de cicák-nak is biztonságosan adható.





Immunrendszer és allergia



Alergy

🛡️ ***Immunerősítés*** 🧴 *Bőr és szőrzet* 🦴 *Ízülettámogatás*

Komplex támogatás allergiás kedvenceknek

Az allergia nem egyszerű. A szervezet túlreagál olyan anyagokra, amik más kutyáknak, cicáknak meg se kottyannak. A hisztamin termelés beindul, a viszketés, bőrtünetek vagy légúti panaszok pedig megkeserítik a mindennapokat. Az **Alergy** nem varázslat, nem hype – **egy állatorvos álmodta meg**, hogy végre legyen egy olyan kiegészítő, *ami valóban segíthet*. Ez egy tudatosan megkomponált keverék, *immunerősítők, gyulladáscsökentők, antioxidánsok* vannak benne, amik segítenek szabályozni a hisztamin termelést. Ez a kombináció nem az allergén *"kiiktatására"* szolgál, hanem arra, hogy a szervezet **ne reagáljon túl** – vagyis **enyhítse a tüneteket** és stabilizálja az immunválaszt.

Ez egy **komplex készítmény** – vagyis **nem kell mellé semmi más**, ha épp ezzel kúrálod kedvencedet. Se olaj, se más por. Ez így, önmagában is teljes értékű.

⚠️ **Figyelem!**

Mivel az Alergy többféle hatóanyagot és olajat is tartalmaz, ne kombináld más kiegészítőkkel a kúra alatt.



Bio spirulina alga

🛡️ ***Immunerősítés*** ❤️ *Szív- és érrendszer* 🦷 *Fogápolás*

💊 *Vitaminok és ásványianyagok* 🧠 *Agyműködés*

Zöld szupererő az immunrendszer-nek

A **spirulina** nem egy fancy új divatpor – hanem egy **mikroalga**, ami édesvízi tavakban és álló-vizekben nő, és már évszázadok óta használják a természetgyógyászatban. Bár először emberi superfoodként robbant be, mára **idős, érzékeny vagy beteg kutyák étrendjében is igazi kincs lett.** Tele van **antioxidánsokkal** (E-, C-vita-min), amelyek **csökkentik a gyulladást, sejtszinten védenek.** Segít az **idős kutyák kognitív támo-gatásában**, fájdalmak csökkentésében. Immune-rősítő hatása miatt ajánlott allergiás, daganatos, szívbeteg állatoknak is. Segít leküzdeni a **rossz leheletet** is.

⚠️ **Figyelem!**
Magas a réztartalma, ezért **májproblémás ked-vencnél tilos adni! Túladagolás veszélyes:** mivel nagyon koncentrált, túlzott adagolása megterhel-heti a májat, **hányást, hasmenést, levertséget** okozhat.



Csipkebogyó por

🛡️ ***Immunerősítés*** ❤️ *Szív- és érrendszer* 👀 *Látás*

💊 *Vitaminok és ásványianyagok* 🦴 *Ízülettámogatás*

C-vitamin bomba, ami több, mint immunerősítés

A **csipkebogyó** nem csak őszi kirándulások emléke – hanem egy igazi **vitaminbomba**, amit már évszá-

zadok óta hasz-nálnak a népi gyógyászatban. Magas **A-, B5-, C-, E-vitamin tartalmának** köszönhetően **komplex antioxidáns és gyulladáscsökkentő hatással bír. C-vitaminban gazdag**, ami támogatja az immunrendszert, segíti más tápanyagok (pl. kollagén, MSM, vas) felszívódását. **Galaktolipid tartalma** csökkenti az ízületi gyulladást, fájdalmat. **Lutein tartalma** miatt segíti a látás megőrzését. **Magnéziumban gazdag**, ezért jótékony hatással van a szív- és érrendszerre. **Erős antioxidáns**, ami segít semlegesíteni a szabadgyököket, különösen városi, szmogos környezetben. **Egész évben kúraszerűen ajánlott** minden korosztály számára.

⚠️ **Figyelem!**
A kutyák **tudnak C-vitamint szintetizálni**, de **stressz, szmog, toxinterhelés** idején a szükség-letük megnő. Jól kombinálható MSM-mel, kolla-génnel, zöldkagylóval és marhavér porral.



Homoktövis por

🛡️ ***Immunerősítés*** 🧴 *Bőr és szőrzet* 👀 *Látás* 🍽️ *Emésztés*
💊 *Vitaminok és ásványianyagok* 🦴 *Ízülettámogatás*
🧽 *Méregtelenítés*

Omega 7 és 190 bioaktív anyag egy kanálban

A homoktövis nemcsak jól néz ki a kertekben – hanem egy igazi **szupergyümölcs**, ami közel **190 bioaktív összetevőt tartalmaz**. Nemcsak embereknek, hanem kutyáknak is értékes **természetes támogatást nyújt**. Tartalmaz **A-, B1-, B2-, B6-, C-vitamin** – ez antioxidáns védelemet, immunerősítést, anyagcsere támogatást jelent.

Omega 7 zsírsavban gazdag, ami egy ritka és értékes zsírsav, ami a **nyálkahártyák, szemek és bőr** egészségéhez nélkülöz-hetetlen. **Erős immun-moduláló hatása** van, **gyomorvédő,** gyomorfekély, nyálkahártya irritáció esetén különösen ajánlott, **támogatja a máj, vese és epe működését.** Jóté-kony a **szív- és érrendszerre** a komplex vitamin-tartalma révén.

⚠️ **Tudtad?**
A homoktövis természetes, de nagyon koncentrált – **ne adagold túl,** kis mennyiségben is hatékony. **Ome-ga 7** ritkán fordul elő más növényekben – ezért ez a por egyedülálló a kisokosban is.



Huminsav

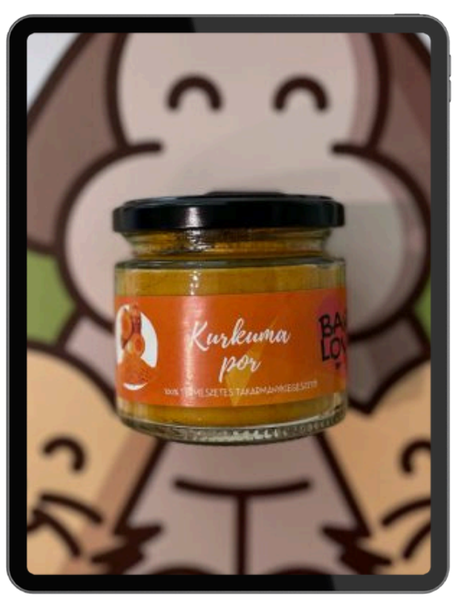
🛡️ ***Immunerősítés*** 🍽️ *Emésztés* 🧽 *Méregtelenítés*
🪱 *Parazita ellenes*

A föld ajándéka, amit labor sem tud pótolni

A **huminsav** egy *ősi, természetes összetevő*, ami **lebomlott növényi eredetű anyagokból** jött létre, és bizonyos talajokban található meg nagy kon-centrációban. Érdekesség: **laborban nem lehet előállítani** – csak a természet képes rá! **Segíti az emésztést**, támogatja a bélflórát. **Toxinmegkötő tulajdonságának köszönhetően segít allergiás tünetek enyhítésében**. **Természetes immun-erősítő**, gombaellenes és gyulladáscsökkentő ha-tású. **Sebgyógyító hatását** már a 15. századi Kíná-ban is használták. Természetes **antiparazita hatá-sú** – segít belső kórokozók elleni küzdelemben.

⚠️ **Fontos figyelmeztetés?**
Pajzsmirigyprobléma esetén TILOS állatorvosi konzultáció nélkül adni! A huminsav befolyásolhatja a jód hasznosulását. Ne használd együtt más erős toxinmegkötőkkel (pl. aktív szén), mert csökkenhet a felszívódás.

💡 ***Tipp:***
Ha allergiás kutyádnál használod, ne kombináld más hisztamin-csökkentő kiegészítővel – a túl sok beavatkozás visszaüthet.



Kurkuma

🛡️ ***Immunerősítés*** 🍽️ *Emésztés* 🦴 *Ízülettámogatás*
🧴 *Bőr és szőrzet*

Aranyszínű gyulladáscsökkentő

A **kurkuma** egy igazi természetes csoda. Hatóanyaga, a **kurkumin** az egyik legerősebb ismert gyulladáscsökkentő, emellett antioxidáns, antibakteriális, vírus- és gombaellenes hatásokkal is bír. **Csökkenti a krónikus, "csendes" gyulladásokat**, amik sok betegség (ízületi gyulladás, allergia, emésztési zavarok, daganatok) mögött állnak. **Enyhíti az ízületi fájdalmakat**, segít mozgásszervi problémák esetén. **Támogatja az emésztést**, gyomor-bélrendszeri gyulladásoknál hatékony. **Anyagcsere-serkentő**, segíthet túlsúlyos kedvenceknél a fogyásban (mozgással és diétával együtt!). **Erős antioxidáns** – védi a szervezetet a szabadgyököktől, támogatja az immunrendszert.

⚠️ **Mikor ne add?**

Vese- vagy húgyhólyag-probléma esetén kerülendő!

Ne adagold túl, mert *gyomorpanaszokat okozhat*!

Ízületvédelem és mozgásszervi támogatás



Joint Aid®

🦴 ***Ízülettámogatás*** 🍽️ *Emésztés*

12 az 1-ben ízületvédelem profi szinten

A **Joint Aid®** egy prémium, **12 aktív összetevős** ízületvédő készítmény, amit **főként már kialakult ízületi problémák** esetén ajánlunk. Nem csupán porokat, hanem **olajokat és speciális vivőrendszert** is tartalmaz, így a hatóanyagok **ténylegesen hasznosulnak** is – **nem csak "átmennek a kutyán"**. A kulcs: **Oatinol® technológia**. Ez az egyedülálló vivőrendszer, **emulgeálja** a hatóanyagokat a jobb felszívódásért, **védi a bélfalat**, támogatja az emésztést, **stabilizálja a tápanyagok biohasznosulását**. Tartalmaz galaktolipideket, tokotrienol antioxidánsokat, β-glükánokat és foszfolipideket.

⚠️ **Fontos!**

Nem szükséges mellé semmilyen más por vagy olaj – sőt, nem is ajánlott keverni mással a kúra alatt.



Kollagén

🦴 ***Ízülettámogatás*** 🍽️ *Emésztés* 🧴 *Bőr és szőrzet*

🐱 *Cicáknak is*

Az összetartó erő, nem csak kétlábúaknak

A kollagén a szervezet egyik legfontosabb építőanyaga – **a legnagyobb mennyiség-ben előforduló fehérje** az állati testben. Jelen van a **bőrben, ínakban, csontokban, porcokban, gyomorfalon** – szóval lényegében **mindenhol**, ahol struktúrára van szükség. Szerepet játszik az **ízületi problémák megelőzésében és kezelésében** is. **Bőr, szőr és karmok minőségét** javítja. **Támogatja az emésztőrendszert**, segít gyomorfali regenerációban. **Étvágyfokozó hatású** – különösen hasznos válogatós kedvenceknél.

💡 ***Tipp:***

Kollagén kúrához C-vitamint is érdemes adni (pl. csipkebogyó por formájában), mert **segíti a beépülését!**



MSM

🦴 ***Ízülettámogatás*** 🧴 *Bőr és szőrzet* 🛡️ *Immunerősítés*

A gyulladáscsökkentő kénforrás, ami sejtszinten hat

Az **MSM** (metil-szulfonil-metán) egy **természetesen előforduló kénvegyület**, amely az élő szervezetekben – emberekben, állatokban, növényekben – is jelen van. Kiváló **gyulladáscsökkentő, fájdalomcsillapító és sejtregeneráló** hatású, ezért gyakran alkalmazzák ízületi gondok és al-

lergiás tünetek esetén. **Csökkenti az ízületi gyulladásokat és fájdalmat** – blokkolja a fájdalomimpulzusokat az idegekben. **Fokozza a kortizol aktivitását**, ezzel hatékony gyulladáscsökkentőként működik. **Erősíti az immunrendszert** – segíti a sejtek regenerációját és tápanyag felvételét. **Támogatja a bőr egészségét**, fokozza a keratin szintet, segít a bőrsejtek termelődésében. **Enyhíti az allergiás tüneteket** – pl. viszketés, könnyezés, bőrtünetek.

💡***Tipp:***
Kombináld **csipkebogyó porral** a jobb felszívódás érdekében! Kúrában alkalmazva 6-8 hét alatt fejti ki teljes hatását.



Új-zélandi zöldkagyló por

🦴 ***Ízülettámogatás*** 🧴 *Bőr és szőrzet* 🛡️ *Immunerősítés*

🐱 *Cicáknak is* ❤️ *Szív- és érrendszer* 🧠 *Agyműködés*

💊 *Vitaminok és ásványianyagok*

Természetes ízületvédő, taurin forrás

A **zöld ajkú kagyló** (Green Lipped Mussel) Új-Zéland partjainál őshonos, és nem véletlenül hívják az ízületvédők „Ferrarijának”. **Természetes glükózamint, omega-3 zsírsavakat és ritka ETA-t** tartalmaz, amely kifejezetten az ízületi fájdalom és gyulladás csökkentésében játszik szerepet. **Glükózaminban gazdag**, amely támogatja a porcok és ízületek regenerációját. **ETA zsírsavat is tartalmaz**, amit halolaj nem – erősebb gyulladáscsökkentő hatása van. Tele van antioxi-

oxidáns vitaminokkal **(C, E)** és nyomelemekkel **(cink, réz, szelén, magnézium)**. **Természetes taurinforrás**, ami nélkülözhetetlen a cicák számára – főleg nyers és főtt étrendnél.

⚠️ **Figyelem!**
Májproblémás állatoknál nem ajánlott, mert **magas a réztartalma.** Ne kombináld más réztartalmú kiegészítőkkel (pl. barna algával).

Bőr és szőr regenerálás



Bio Kókuszolaj

Bőr és szőrzet *Emésztés* *Agyműködés*
Fogápolás *Ízületvédelem* *Parazita ellenes*

Külső-belső csodaolaj MCT-vel

A **kókuszolaj** a kókuszdió húsából készül, és legalább **90%-ban telített zsírokból áll** – ezek többsége **MCT (közepes láncú triglicerid)**, amely gyorsan hasznosul az állati szervezetben. **Gyulladáscsökkentő** – kívül és belül is hat. **Táplálja a bőrt és a szőrt**, viszketés és hot spot kezelésére is jó. **Támogatja az emésztést**, segíthet emésztési zava-roknál. **Fokozza az agyműködést**, főleg idősebb ku-tyáknál lehet kognitív tuning. **Gyors energiát ad**, nem raktározódik zsírként – *segítheti a fogyást*. Hozzájárul az **ízületek és csontok egészségéhez**. **Külsőleg is használható,** hot spot, bőrirritáció, sebek, viszketés csillapítására. Az MCT zsírsavak **gyorsan energiává alakulnak**, nem terhelik az emésztést, és **az agy is közvetlenül fel**

tudja használni őket – ezért ajánlott demenciás, idős vagy epilepsziára hajlamos kutyáknál is.

💡***Tipp külső használatra:***
Kis mennyiséget kenj az irritált bőrre vagy hot spotra. Selymesíti a szőrt – sokan használják „kókuszolajos fésülőpakolásként”.



Kendermagolaj

🧴 ***Bőr és szőrzet*** 🦴 *Ízületvédelem* 🛡️ *Immunerősítés*
❤️ *Szív- és érrendszer* 💊 *Vitaminok és ásványianyagok*

Omega-egyensúly a bőrnek, szívnek és ízületeknek

A **kendermagolajat** a Cannabis sativa növény **magjából hidegen sajtolják**, és már évszázadok óta használják gyógyító céllal. Nem tartalmaz pszichoaktív anyagokat (THC-t), ellenben tele van **esszenciális zsírsavakkal, vitaminokkal és nyomelemekkel** – ezért tökéletes táplálék-kiegészítő a kutyák számára is. Csökkenti az **ízületi fájdalmat, gyulladást** – a benne lévő gamma-linolénsav (GLA) révén. **Hidratálja a bőrt**, javítja a szőr minőségét – nem tömíti el a pórusokat, külsőleg is alkalmazható. **Immunerősítő** – támogatja a sejtek regenerációját, GLA pótlásával. **Javítja a szív- és érrendszeri funkciókat** – Omega-3 és -6 aránya miatt. **Stressz, betegség vagy sportolás alatt** extra GLA-forrásként hasznos.

💡***Tudtad?***
A GLA **feltételesen esszenciális** – vagyis a kutya legtöbbször képes előállítani, de nem **stressz, betegség, idősödés, allergia vagy daganatos állapot esetén.**

⚠️ **Fontos!**
Csirkehús mellett nem ajánlott, mert az is magas omega-6-ban, mert felborulhat a zsírsav-egyensúly. **Vörös húsokhoz és halas etetés mellé ideális választás.**



Sörélesztő

🧴 ***Bőr és szőrzet*** 🧠 *Agyműködés* 💊 *Vitaminok és ásványianyagok*
🛡️ *Immunerősítés* 👀 *Látás* 🧽 *Méregtelenítés*

B-vitamin bomba természetesen

A **sörélesztő** egy inaktivált egysejtű élesztőgomba (Saccharomyces cerevisiae), amit eredetileg a sör erjesztéséhez használtak. **Táplálékkiegészítő formában teljesen biztonságos**, mivel inaktív – vagyis nem fog fermentálódni a gyomorban. **B-vitamin-komplex forrás** (B1–B9, *kivéve B12!*), sejtek, idegek, bőr támogatására remek. **Támogatja a bőr, szőr, szem és máj egészségét. Segíthet csökkenteni a szorongást –** a B-vitaminok idegrendszeri támogatása révén. **Gazdag ásványi anyagokban:** szelén, króm, cink, kálium, vas, magnézium. **A króm segít stabilizálni a vércukorszintet,** különösen hasznos lehet cukorbeteg vagy hajlamos állatoknál.

💡 ***Tudtad?***
A magas B-vitamin tartalom **idegrendszeri szinten is hat** – ezért válo-gatós, stresszes vagy utazás előtt álló kutyáknál is érdemes kipróbálni.

⚠️ **Fontos!**

NEM adható: immunhiányos állatnak, élesztőgomba-fertőzésekre hajlamos kutyának, élesztőallergiában szenvedő állatnak, vastagbélgyulladásban vagy egyéb bélgyulladásban szenvedő kedvencnek, olyan kutyának, aki szorongás/depresszió elleni gyógyszert szed – kölcsönhatás léphet fel!



Vadlazacolaj

🧴 ***Bőr és szőrzet*** ❤️ *Szív- és érrendszer* 🧠 *Agyműködés*

🦴 *Ízülettámogatás* 🐱 *Cicának is*

Prémium Omega-3 zsírsav belülről

A **vadlazacolajat** hidegen sajtolják friss halból, így megőrizve a benne található **értékes omega-3 zsírsavakat**: főként **EPA-t és DHA-t.** Kutyák és cicák étrendjében is igazi *jolly joker* – legyen szó **szőr-, bőr-, szív-, ízület- vagy idegrendszer-támogatásról**. A **DHA** segíti a kognitív funkciókat, a fejlődést – kölyökkorban és idősebb korban is. **Csökkenti a bőrviszketést**, hámlást, segíti a bőrbarrier regenerációját. **Fényes, dús szőrzetet** ad – csökkenti a vedlés mértékét is. **Erős gyulladáscsökkentő** hatású – autoimmun vagy allergiás háttérnél kiemelten hasznos. **Ízületi fájdalmak, gyulladások enyhítésére is alkalmas. Támogatja a szív- és érrendszeri egészséget.**

⚠️ **Fontos!**

Max. 8 hét folyamatos használat után legalább 8 hét szünet szükséges, vagy iktass be növényi olajat (pl. kendermagolajat). **Tartós túladagolása kalciumhiányhoz vezethet!**



Chia mag őrlemény

🍽️ ***Emésztés*** 💊 *Vitaminok és ásványianyagok* 🐱 *Cicának is*

Szuperfood az apró bajokra és nagy célokra

A **chia (Salvia hispanica)** egy Közép-Amerikából származó növény, amit már az azték harcosok is fogyasztottak – nem véletlenül. Ez a pici mag **superfoodként** működik kutyáknál és cicáknál is, különösen **halallergia, túlsúly, cukorbetegség vagy emésztési problémák** esetén. **Omega-3 zsírsavakban gazdag** – *háromszor több van benne, mint a lazacban!* Bár állati forrás jobban hasznosul, **halallergiásoknak tökéletes növényi alternatíva**. **Rostban gazdag** – segíti az emésztést, hasznos bűzmirigy problémáknál is. **Segít a fogyásban és a súlykontrollban** – telítettségérzetet ad, csökkenti a nassolási kényszert. **Izomsorvadás lassítása** időskori állatoknál – izommegőrző hatása van. **Ritkán allergizáló multivitaminforrás** – magas kalcium-, mangán-, cink-, réz- és foszfortartalom. **Támogatja az inzulintermelést**, szabályozza a **vércukorszintet** – cukorbeteg kutyák étrendjébe szinte kötelező.

⚠️ **Hasznos tudni:**
Magas kalciumtartalma ellenére **nem helyettesíti a csontot** – de **zöldpacal-helyettesítőként** jól működik mangánforrásként. Mindig vízzel elkeverve add – elvonja a folyadékot.



Norma-Q

🍽️ ***Emésztés*** 🛡️ *Immunerősítés* 🧽 *Méregtelenítés*

🐱 *Cicáknak is adható – óvatos adagolás szükséges!*

Bélflóra újraindító extra enzimekkel

A Norma-Q egy **pre-, pro- és posztbiotikumokat** tartalmazó komplex bélflóra-támogató készítmény, amihez **emésztőenzimek is társulnak** – ezzel az egyik *legkomplexebb* kiegészítő az emésztőrendszer védelmére és regenerálására. **Árpamalátа csírából kivont pre- és posztbiotikumokat** tartalmaz – *100%-ban természetes eredetű*. **Tejsavbaktériumokat** (probiotikumokat) biztosít a bélflóra helyreállítására. **Emésztőenzimeket tartalmaz**, *proteáz, amiláz, celluláz* – ezek segítik a tápa-nyagok lebontását, így javítva a felszívódást.

💡***Tipp:***
Ha egyszerre kell **immunrendszer + emésztés + tápanyaghasznosítás**, akkor ez a legkomplexebb egytermékes megoldás!



PreBioHerbs

🍽️ ***Emésztés*** 🛡️ *Immunerősítés* 🧽 *Méregtelenítés*

🐱 *Cicáknak is*

Fermentált gyógynövény a bélflóráért

A **PreBioHerbs** egy különleges **fermentált gyógynövény keverék**, amelynek **probiotikus hatása** van – természetes módon támogatja a bélflórát, és ezáltal az immunrendszert is. A tejsavas erjesztés

során olyan baktériumok születnek, amelyek **nagyon hasonlítanak a kutya és cica bélbaktériumaira**, így **könnyen be tudnak épülni a szervezetbe**. **Probiotikus hatású** – helyreállítja a bélflóra egyensúlyát. **Támogatja az immunrendszert**, hisz az immunsejtek 70%-a a bélben él. **Természetes fermentumként** nem igényel mesterséges adalékokat.

💡***Kiemelten ajánlott:***
Antibiotikum, féreghajtó vagy bármilyen gyógyszeres kezelés után. *De egészséges, gyógyszermentes állatoknál is évente 1x kúraszerűen.*



Vörös szilfakéreg por

🍽️ ***Emésztés*** 🐱 *Cicáknak is*

Gyomor és bélrendszer védőburokban

A **vörös szil** (más néven **csúszós szil, édes szil**) egy természetes, növényi eredetű nyálkaképző anyag, ami **védőréteget képez a gyomor és a belek nyálkahártyáján** – így segíti a regenerációt, enyhíti a gyulladást, és helyreállítja a bélműködést. **Hasmenés, hányás, székrekedés esetén is hatékony** – „kenő hatása” miatt szinte univerzális emésztéstámogató. **Megnyugtatja a bél- és gyomornyálkahártyát**, csökkenti az irritációt. **Olajos nyálkát termel**, ami bevonja és védi az emésztőrendszert. **Prebiotikus hatású rostot tartalmaz** – táplálja a jótékony bélbaktériumokat. **Féreghajtáskor a vacsorához keverve** segíthet elkerülni

a másnapi hasmenést.

Máj és méregtelenítés



Máriatövismag olaj/por

🧽 ***Méregtelenítés*** 🛡️ *Immunerősítés* 🐱 *Cicáknak is*

A máj legjobb barátja

A **máriatövis** (latinul Silybum marianum) egy évszázadok óta ismert gyógynövény, amelynek magjából készült por vagy hidegen sajtolt olaj **védelmet nyújt a méregtelenítő szerveknek**, különösen a **máj és a vese** számára. **Hatóanyaga a szilimarin**, ami több flavonoid kombinációjából áll, és gyulladáscsökkentő, antioxidáns, sejtvédő hatással bír. **Máj- és vesetámogató**, segít a toxinok, gyógyszermaradványok lebontásában. **Fokozza az epeelválasztást**, javítja az emésztést is. **Segít leküzdeni vírusos fertőzések hatásait**: *parvo, leptospira, sárgaság*. **Ideális gyógyszeres kezelés alatt vagy után** – antibiotikum, fájdalomcsillapító, féreghajtó esetén. Antioxidánsként **védelmet nyújt a sejteknek** a szabadgyökökkel szemben.

💡***Hogyan használd?***

Évente 2x2 hónapos májtisztító kúraként, vagy Heti 1–2 alkalommal, hosszabb távon, pl. főtt vagy nyers étrend mellett. Féreghajtás vagy gyógyszeres kezelés után 1 hétig.



Tigisol+

Méregtelenítés *Immunerősítés* *Cicáknak is*

Szív- és érrendszer *Ízülettámogatás* *Agyműködés*

Bőr és szőrzet

Teljes spektrumú olajkeverék

A **Tigisol+** egy prémium, *továbbfejlesztett* olaj-komplex, amely **öt féle hidegen sajtolt olajat** egyesít: **máriatövismag-, kendermag-, feketeköménymag-, csukamáj- és vadlazac olajat.** Ez a keverék nemcsak a májműködést segíti, hanem intenzíven táplálja a bőrt, szőrt, támogatja a szervezet regenerációját. **Támogatja a máj méregtelenítő munkáját** pl. gyógyszeres kezelés, féreghajtás vagy időskor idején. **Táplálja a bőrt, csökkenti a vedlés idejét. Komplex Omega-3 és Omega-6 zsírsavforrás. Gyulladáscsökkentő és antioxidáns** hatás.

Szív- és érrendszer



Csukamájolaj

Szív- és érrendszer *Immunerősítés* *Cicáknak is*

Bőr és szőrzet *Ízülettámogatás* *Agyműködés*

Vitaminok és ásványianyagok

Klasszikus vitaminbomba halból

A **csukamájolajat** tőkehal vagy egyes cápafajok májából nyerik ki. Ez az **egyik legrégebbi, mégis örökzöld étrend kiegészítő**, amit ma is bátran ajánlunk – főként **tengeri halat nem fogyasztó** kutyáknak és cicáknak. **Természetes A- és D-vitamin forrás** – ideális főtt/nyers étrendes állatoknak. **D-vitamin a kölyökkutyák fejlődéséhez**, csonto-

zatuk egészségéhez. **Omega-3 tartalma révén csökkenti a gyulladást**, ízület- és porcvédő. **Támogatja a bőr/szőr egészségét**, fényesebb, puhább bundát eredményez. **Szív- és érrendszeri védelem** – segít csökkenteni a gyulladást, támogatja a keringést. **Erősíti az immunrendszert**, különösen a téli időszakban, D-vitaminh iány esetén.

⚠️ **Fontos:**
Zsírban oldódó vitaminokat tartalmaz, ezért **ne kombináld más A/D-vitaminos kiegészítőkkel.** Túladagolás hosszú távon **hipervitaminózishoz**, illetve kalcium felszívódási gondokhoz vezethet.



Taurin

❤️ ***Szív- és érrendszer*** 👀 *Látás* 🐱 *Cicáknak is*

💊 *Vitaminok és ásványianyagok* 🧬 *Hormonrendszer*

Az apró aminosav, ami szívet, szemet és hormonokat véd

A taurin egy **nem esszenciális aminosav a kutyáknál**, de **esszenciális a macskáknál** – ami azt jelenti, hogy a cicák **nem tudják előállítani**, és kizárólag a táplálékkal vihetik be. Kutyák esetén előfordulhat, hogy a szervezet nem termel belőle eleget, főként nagytestű fajtáknál vagy genetikailag hajlamos egyedeknél. Megelőzi a szívizomelfajulást, szívmegnagyobbodást (DCM). **Látás támogatása** – különösen idősebb vagy szemproblémás állatoknál. **Cicáknak elengedhetetlen:** hiány esetén vakság, szívtágulat, fogproblémák, termékenységi zavarok, cukorbetegség is kialakulhat.

Támogatja a májat, idegrendszert, hormonrendszert is.

💡 **Tipp:**
Nem csak szívproblémák vagy étrendváltás esetén – **vedlési időszakban, időskorban, vagy hormonális zavaroknál** is érdemes beiktatni kúraszerűen.

Vitaminok és ásványianyagok



Barna alga

💊 ***Vitaminok és ásványianyagok*** 🛡️ *Immunerősítés*

🐱 *Cicáknak is* 🦷 *Fogápolás*

Ásványi anyag bomba és fogkő ellenség

A **barna alga** a tengeri algák egyik legismertebb típusa – és nem véletlenül: rengeteg **jódot, rezet és más mikrotápanyagot tartalmaz**, amelyek nyers étrend esetén gyakran hiányosan **kerülnek be a szervezetbe**. **Pótolja a jódot** – különösen fontos nyers étrendes etetésnél. **Ter-mészetes rézforrás** – hasznos, ha a kutya nem eszik bárányhúst (ami a fő rézforrás). **Fogápolás kí-vül-belül:** ételre szórva belsőleg segít a fogkő ellen, **kókuszolajjal keverve „fogkrémként”** is használható: gézlappal vagy fogkefével bedörzsölhető. **Támogatja az anyagcserét és az immunrendszert** – nyomelemtartalmának köszönhetően.

⚠️ **Fontos figyelmeztetés:**
Májproblémák esetén TILTÓLISTÁS – **magas réztartalma miatt**. Ne kombináld más réztartalmú kiegészítőkkel (pl. zöldkagyló)



Marhavér por

Vitaminok és ásványianyagok *Immunerősítés*

Cicáknak is

Természetes vaspótlás, ha fontos a minőség

A **marhavér por** természetes, jól felszívódó **vasforrás** – tökéletes választás mind nyers, mind főtt étrendben, ahol a vágóhídi húsok **véreztetése miatt drasztikusan csökken a vasbevitel**. A szintetikus **vas-kiegészítőkkel ellentétben** a szervezet kiválóan hasznosítja, ráadásul **tápos kedvenceknek is adható kúraszerűen**, hisz a bolti tápokban található vas gyakran alacsony biológiai hasznosulású. **Természetes vaspótlás** – főleg vashiányos állapotokban, főtt/nyers étrend mellett. **Immunrendszer támogatása** – a vérképzés és oxigénszállítás optimalizálásán keresztül. **Segít vérvesztesség vagy vérképzőszervi betegségek után** – pl. *babézia, trauma, műtét*. **Vemhes és szoptató szukák esetén is ajánlott** – természetes módon fedezi a megnövekedett vasigényt. **Tápot evő kutyáknál is javasolt időszakosan**, a szintetikus vaskiegészítők helyett.

💡 **Tipp:**
Adj mellé C-vitamin készítményt, hogy a vas jobban hasznosuljon.



Őrölt szarvascsont

💊 ***Vitaminok és ásványianyagok*** 🦴 *Ízülettámogatás*

🐱 *Cicáknak is*

Természetes kalcium kompromisszumok nélkül

Az **őrölt szarvascsont** egy **kiválóan felszívódó, természetes kalciumforrás**, amit főtt és nyers étrendhez is nyugodt szívvel ajánlunk. Ideális megoldás azoknak a gazdiknak, akik **nem szeretnének vagy nem tudnak csontos húst etetni**, illetve **allergiás vagy érzékeny állatnál** is biztonságos alternatíva. **Kalcium pótlás**, főtt vagy csontmentes nyers étrendnél. **Szoptató szukák étrendjében elengedhetetlen** – megelőzi a kalciumhiányt és eclampsiát. **Kölyköknél növekedési időszakban, fogváltáskor** különösen fontos. **Támogatja a csontozat, fogazat és ízületek** fejlődését. **Kiváló csontpótló alternatíva**, ha a csontos hús nem megoldható.

💡 **Tipp:**
Kombináld D-vitamin forrással (pl. csukamájolajjal), hogy a kalcium **jobban hasznosuljon a szervezetben**.



Q-Speed

Légutak

Légúttisztító illóolajos támogatás rövid orrú kutyáknak

A **Q-Speed** egy **illóolaj alapú, célzott légúttisztító készítmény**, amit kifejezetten a **rövid orrú fajták** (bulldogok, mopszok, boxerek) támogatására fejlesztettek. Javítja a légzést, **tisztítja a hörgőket**, és **növeli a tüdő kapacitását** – mindezt termé-szetes módon, stimuláló és gyulladáscsökkentő összetevőkkel. **Légutak tisztítása**, váladékoldás – segíti a lerakódások felszakadását. **Tüdőfunkció javítása** – növeli az oxigénfelvételt, állóképességet. **Szellemi és fizikai frissesség támogatása** – oxi-géndúsabb vérkeringés révén. **Szaglásélénkítő hatás** – különösen idősebb vagy kevésbé aktív kutyáknál. **Gyulladáscsökkentő** – alkalmas **légúti megbetegedések kiegészítő kezelésére**. **Allergi-ás légzési panaszok enyhítésére is alkalmas.**

⚠️ **Figyelem:**
CICÁKNAK TILOS! Az illóolaj tartalom miatt **macskák-nál súlyos mellékhatásokat** okozhat.

Hormonháztartás támogatása



Barátcserjemag por

Hormonháztartás

Hormonharmónia természetesen

A **barátcserje** (Vitex agnus-castus) egy **hormonháztartást támogató gyógynövény**, amit évszázadok óta használnak a természetgyógyászatban – ma már kisállatoknál is sikerrel alkalmazzák, főként **szukáknál és tenyészkutyáknál**. **Szabályozza a hormonális egyensúlyt** – **különösen tüzelés alatt és után. Segít megelőzni az álvemhességet** – hormonális hullámzások kiegyensúlyozásával. **Tenyészkanoknál serkenti a nemi hormontermelést**, javítja a spermaszámot. Ideális **tenyésztőknek vagy tudatosan nem ivartalanító gazdiknak.**



Bio Lucernapor

Hormonháztartás *Vitaminok és ásványianyagok*

Cicáknak is *Immunerősítés*

Természetes multivitamin a tálban

A **bio lucerna** (alfalfa) egy magas tápanyagtartalmú növény, amit nem véletlenül hívnak **"zöld multivitaminnak"**. Kiemelkedően gazdag **K-, C-, E- és B-vitaminban**, valamint **kalciumban, vasban, magnéziumban, foszforban és cinkben** – mindezt természetes, biohasznosuló formában. **Komplex vitamin- és ásványianyag pótlás**, kiválóan hasznosul. **Támogatja a vérképzést** – magas vas- és klorofilltartalma miatt. **Erősíti**

az immunrendszert, antioxidáns hatású. **Javítja az anyagcserét**, segíti a méregtelenítést. **Alacsony kalóriatartalma miatt súlyproblémáknál is bátran adható. Vemhes szukák és növendék állatok étrendjében is hasznos.**

💡 **Tipp:**
Kombináld spirulinával vagy marhavér porral, ha cél a vérképzés vagy extra immunerősítés – így még komplexebb támogatást kap a szervezet.

Csomagajánlatok



Kölyök étrend kiegészítő csomag

🐱 *Cicáknak is*

Egészséges alapok az első évre

A kölyökkor egyszerre cuki és kaotikus – **nagy fejlődés, nagy változások, nagy igények**. Ha a kis tappancs nyersen vagy főtt étrenden indul, ez a csomag **végigkíséri a legfontosabb állomásokat:** alkalmazkodás, bélflóra, vas, kalcium, D-vitamin, ízületvédelem.

Mi van a csomagban és miért?

PreBioHerbs – Bélflóra támogatás - A költözés, új emberek, új bacik, új kaja – minden stresszeli a bélrendszert. *Marhavér por – Természetes vas és só* - A kölyköknek **dupla annyi vasra van szükségük**, mint a felnőtteknek! *Őrölt szarvascsont – Kalcium a fogváltáshoz* - **3,5–7 hónapos kor között** nő a kalciumigény – különösen álló fülű fajtáknál. *Új-*

zélandi zöldkagyló por – Ízületvédelem növéshez - A hirtelen növekedés **ízületi terheléssel jár**, amit már kölyökkorban is lehet (és kell) támogatni. *Csukamájolaj – D-vitamin bomba* - A kutyák és a macskák **nem tudnak elég D-vitamint szintetizálni**, viszont a csontfejlődéshez létfontosságú. *Csipkebogyó por – Antioxidáns és felszívódásfokozó* - Segíti a **vas és az ízületvédők** felszívódását, **C-vitaminban gazdag** és antioxidáns hatású.



Senior étrend kiegészítő csomag

Gondoskodás a hosszú, boldog öregkorért

Nincs szebb dolog annál, mint amikor hű társad v**eled együtt öregszik** – de ahogy neki őszül a pofija, úgy neki is több **támogatásra van szüksége**, hogy boldog, fájdalommentes éveket élhessen.

Mi van a csomagban és miért?

Norma-Q – Prémium bélflóra & emésztőenzim mix - Az idősebb kutyák **bélrendszere is öregszik**, lassul az anyagcsere. *Chia mag őrlemény – Rost és tápanyagbomba* - Segíti a bélbaktériumokat, **székletet optimalizál**, gazdag **Omega-3-ban, ásványi anyagokban**. *MSM – Ízületi fájdalomcsillapítás sejtszinten* - **Természetes kénforrás**, csökkenti a gyulladást, **blokkolja a fájdalomimpulzusokat**. *Homoktövis por – C-vitamin és szervi támogatás* - C-vitamin segíti az MSM hasznosulását, emellett **támogatja a látást, májat, vesét, epét.**

Vadlazacolaj – Teljes testet támogató Omega-3 - Bőr, szőr, szív, ízületek, agyműködés – **idős korban mindenre hatással van.**



Sport- és munkakutyák étrend kiegészítő csomagja

Teljesítményre hangolva

Akár sportoltok, akár szolgáltok – legyen szó canicrossról, bikejöringről, agilityről, őrző-védőről, mentőkutyáról vagy bármilyen munkáról – **a siker nemcsak az edzésen múlik, hanem a tányérban is kezdődik**. Ez a csomag az alap, ha komolyan gondoljátok a teljesítményt.

Mit tartalmaz és miért?

Vadlazacolaj – Omega-3 a szívnek és sejtszintű gyulladáscsökkentéshez - EPA és DHA támogatja a **szív- és érrendszert**, az izomműködést, **gyulladáscsökkentő** hatású. *Kendermagolaj – E-vitaminban gazdag olaj, antioxidáns védelem az izmoknak* - Az **oxidatív stressz izomfáradtsághoz vezet**, az E-vitamin védi a szöveteket, **javítja a regenerációt**. *Sörélesztő – B-vitamin bomba a teljesítményhez* - Támogatja az **energiatermelést, izomjavítást,** és a **stressz okozta vitaminveszteséget is pótolja**. *Marhavér por – Vas és oxigénszállítás = robbanékony energia* - A vas szerepe kulcsfontosságú a **hemoglobin, oxigénszállítás, teljesítmény alatti terhelés kezelésében.** *Csipkebogyó por – C-vitamin a turbózáshoz* - Regenerálja az E-vitamint, **segíti a vas hasznosu-**

lását, kollagén- és L-karnitin szintézishez is nélkülözhetetlen.

📞 Ha szeretnél személyre szabott étrendet is, keress bizalommal Rékát!



Belsőségpótló étrend kiegészítő csomag

🐱 *Cicáknak is*

Ha a máj, vese és lép nem csúszik le…

A **belsőségek** nélkülözhetetlen részei a nyers étrendnek, de mit tegyél, ha kedvenced **nem hajlandó megenni** őket, vagy épp **nem elérhető egy-egy fontos szerv**? Ez a csomag **alternatív megoldást kínál**, hogy a legfontosabb tápanyagok ne maradjanak ki. *Barna alga* – Jód, réz, nyomelemek, a **lépet** helyettesíti! (Májprobléma estén nem adható!) **Csukamájolaj** – A- és D-vitamin, a **májat** helyettesíti! *Kókuszolaj* – Természetes szelénforrás **vese** helyett. *Marhavér por* – Vas és nátrium-klorid tartalma kiemelkedő, **lép** helyett. *Spirulina* – B-vitamin komplex + kálium, nátrium, mangán tartalma magas, a **máj és a vese** bizonyos tápanyagait pótolja.



Méregtelenítő étrend kiegészítő csomag

🐱 *Cicáknak is*

Tisztulj, ahogy a természet diktálja

Stressz, szmog, gyógyszermaradványok, allergének – nemcsak rád, de **kedvencedre is hatnak. A szervezete ugyanúgy fárad, mint a tiéd, csak nem tudja elmondani. Ezért jött létre ez a 3 elemből álló, 100% természetes méregtelenítő csomag**, hogy évente legalább egyszer **fellélegezhessen a teste**.

Mi van benne és mire jó?

Máriatövismag olaj – Gyorsan felszívódó májtámogatás - **Szilimarinban gazdag**, regenerálja a májsejteket, támogatja a **máj, vese és epe** működését. *Máriatövismag por – Rostban gazdag, hosszan ható méregtelenítés* - Teljes értékű máriatövis növény őrlemény, **aktiválja a kiválasztórendszert és rosttartalma támogatja a bél-rendszert**. *Homoktövis por – Immunrendszer és gyulladáscsökkentés* - Magas **C-vitamin**, antioxidáns és **Omega-7** tartalma, **máj, vese, epe funkciók támogatását** is végzi.

Mit mivel ne adj?

Hiába a **legjobb étrend kiegészítő, ha rosszkor vagy rossz társaságban kerül a tálba.** Vannak hatóanyagok, amik **gyengítik egymás hatását**, vagy akár **blokkolják a felszívódást** – *és ez különösen igaz a kalcium körüli bonyodalmakra*.

Ez a kis útmutató segít, hogy ne nullázd le a hatást, csak mert két szuper dolgot egyszerre akarsz adni.

KIEGÉSZÍTŐ	NE ADD EGYÜTT!	MIÉRT?	MEGOLDÁS
Őrölt szarvascsont	Marhavér por, spirulina, lazacolaj, csukamájolaj	Gátolja a kalcium felszívódását (vas és omega-3 kölcsönhatás)	Add külön napszakban vagy lazacolaj után 1 hét szünet
Marhavér por	Szarvascsontporral, csipkebogyó por nélkül	Kalcium gátolja a vas felszívódását, C-vitamin segíti	Add csipkebogyóval, de kalciumtól elkülönítve
Spirulina	Szarvascsontporral, barna algával, májprobléma esetén TILOS	Magas vas és réz tartalom, májterhelő	Ne használd májbetegnél, ne párosíts kalciummal vagy algával
Barna alga	Spirulina, máj, új-zélandi zöldkagylópor	Túl sok réz terheli a májat	Heti 1x, májvédő kúrákkal ne kombináld
Sörélesztő	Immunhiány, gombás fertőzések, antidepresszánsok	Élesztőallergiát válthat ki, gyógyszer kölcsönhatás	Ne add ilyen esetekben, figyeld az emésztést
Taurin	Csukamájolaj	A sok A- és D-vitamin hosszú távon gátolja a taurin megfelelő felszívódását	Csukamájolaj kúra után jöhet taurinos támogatás
Komplex készítmények	Egyéb olaj vagy por alapú kiegészítők	Már tartalmazzák ezeket – túladagolás vagy antagonizmus előfordulhat	Csak *önálló kúraként* add, mással NE kombináld
Lazacolaj	Szarvascsontporral	Megnöveli az E-vitamin felhasználást, kalciumhiányhoz vezethet	Ne egy időben add, kúrák között tarts szünetet
Huminsav	BÁRMELY más kiegészítő (por, olaj, gyógyszer)	**Mindent megköt** – vitaminokat, ásványi anyagokat, hatóanyagokat, csökken a felszívódásuk	Add önállóan, minimum 2 órával más kiegészítő előtt/után

Időzítési tippek - Mit mikor?

KIEGÉSZÍTŐ	LEGJOBB IDŐZÍTÉS
Vastartalmú (marhavér, spirulina)	Étkezés előtt 1 órával vagy utána 2 órával
Őrölt szarvascsontpor	Étellel együtt, ne olajjal, ne vassal együtt
Olajok (lazac, kendermag, kókusz)	Étellel vagy utána közvetlenül
Komplex készítmények	Önmagukban, ne más porral vagy olajjal

Ökölszabályok röviden:

- Ne adj egyszerre több por + több olaj kombinációt
- Ne add együtt vasat és kalciumot
- Minden komplex készítmény legyen önálló kúra!
- Olaj után mindig tarts szünetet, főleg ha zsírban oldódó vitaminokat tartalmaz (csukamájolaj!)

Ha egyedül zűrzavarosnak érzed ezt az egész étrend kiegészítő kérdést és inkább szakemberre bíznád, hogy kedvenced biztos olyan készítményeket kapjon, amikre valóban szüksége lehet, akkor keresd **Rékát**!

Étrend kiegészítők A-Z-ig

1. **Alergy** 🛡️🧴🦴 10
2. **Barátcserjemag por** 🧬 32
3. **Barna alga** 💊🛡️🦷🐱 28
4. **Bio kókuszolaj** 🧴🍽️🧠🦴🦷🪱 18
5. **Bio lucernapor** 🧬💊🛡️🐱 32
6. **Bio spirulina** 🛡️🫀🦷💊🧠 11
7. **Chia mag örlemény** 🍽️💊🐱 22
8. **Csipkebogyó por** 🛡️🫀👀💊🦴 11
9. **Csukamájolaj** 🫀🛡️🐱🧴🦴💊 26
10. **Homoktövis por** 🛡️🧴👀🍽️🦴💊🧽 12
11. **Huminsav** 🛡️🍽️🌭🪱 13
12. **Joint Aid®** 🦴🍽️ 15
13. **Kendermagolaj** 🧴🦴🛡️🫀💊 19
14. **Kollagén** 🦴🍽️🧴🐱 16
15. **Kurkuma** 🛡️🍽️🧴🦴 14
16. **Marhavér por** 💊🛡️🐱 29
17. **Máriatövismag olaj/por** 🌭🛡️🐱 25
18. **MSM** 🦴🛡️🧴 16
19. **Norma-Q** 🍽️🛡️🌭🐱 23
20. **Őrölt szarvascsont** 💊🦴🐱 30
21. **PreBioHerbs** 🍽️🛡️🌭🐱 23
22. **Q-Speed** 💨 31
23. **Sörélesztő** 🧴🧠💊🛡️👀🌭 20
24. **Taurin** 🫀👀🐱💊🧬 27
25. **Tigisol+** 🌭🛡️🐱🧴🫀🦴🧠 26
26. **Új-zélandi zöldkagyló por** 🦴🛡️🧴🐱🫀🧠 17
27. **Vadlazacolaj** 🧴🫀🧠🦴🐱 21
28. **Vörös szilfakéreg por** 🍽️🐱 24

Ray of Hope

Kisállat dietetika

Ha elakadtatok valahol, vagy kiskedvenced egészségügyi problémával küzd, ami speciális táplálást ígényel. Vedd fel Rékával a kapcsolatot az info@rayofhopedietetika.hu email címen, ő tud majd neked segíteni étrendben és kiegészítőkben is.