

**инструкция по применению биологически активной добавки к пище**

«ТАЙМ-ФАКТОР» – биологически активная добавка к пище для женщин, в составе которой содержатся стандартизованные растительные экстракты корня имбиря, корней дудника, плодов витекса священного, а также глутаминовая кислота, токоферола ацетат, рутин, железо электролитическое, фолиевая кислота, аскорбиновая кислота, магния оксид, индол-3-карбинол, цинка цитрат.

«ТАЙМ-ФАКТОР» является источником витаминов С и Е, фолиевой кислоты, минеральных веществ (железа, магния и цинка), рутина, индол-3-карбинола, содержит гингеролы и аукубин.

Действие «ТАЙМ-ФАКТОР» направлено на нормализацию менструального цикла, регулирование его длительности, на поддержание гормонального баланса при предменструальном синдроме (ПМС).

«ТАЙМ-ФАКТОР» представляет собой двухфазный комплекс биологически активных веществ, его уникальная формула создана с учетом циклических изменений в организме женщины. Биологически активные компоненты распределены по двум капсулам таким образом, чтобы максимально обеспечить потребности женского организма в витаминах, минералах, аминокислотах и веществах растительного происхождения на каждом этапе в течение всего менструального цикла. Богатый состав природных экстрактов и биологически активных веществ безопасен в отличие от гормонозаместительной терапии. Важен последовательный прием капсул с 1-го дня менструального цикла без пропуска в течение 28 дней.

**Форма выпуска:** комплекс из 2 капсул: капсулы № 1 бежевого цвета, по 530 мг ± 10%, капсулы № 2 розового цвета по 500 мг ± 10%, в блистерах и пачке картонной № 60. Упаковка содержит шесть блистеров №10, в каждом блистере расположены в 2 ряда по 5 штук капсул № 1 и № 2, разделенные между собой перфорацией.

**Описание:** твердые желатиновые капсулы, капсула № 1 – бежевого цвета, содержит рассыпчатый или спрессованный в цилиндр порошок зеленовато-желтого (от светло-желтого до светло-зеленого) цвета, допускается наличие вкраплений и конгломератов (комочков); капсула № 2 – розового цвета, содержит рассыпчатый или спрессованный в цилиндр порошок от бежевого до коричневого цвета, допускается наличие вкраплений и конгломератов (комочков). Запах содержимого капсул резкий, специфический, характерный для используемого сырья.

**Содержание активных веществ:**

Наименование компонента	Содержание в суточной дозе (2 капсулы)	% от уровня потребности (2 капсулы)
<b>Капсула № 1</b>		
Витамин Е	30 мг	300%*
Рутин	30 мг	100%**
Железо	14 мг	100%*
Фолиевая кислота	600 мкг	300%*
Глутаминовая кислота	680 мг	5%**
Гингеролы	не менее 3 мг	-
<b>Капсула № 2</b>		
Витамин С	120 мг	200%*
Магний	60 мг	15%*
Цинк	15 мг	100%*
Индол-3-карбинол	50 мг	100%**
Аукубин	не менее 240 мкг	-

\* – % от рекомендуемого уровня суточного потребления.

\*\* – % от адекватного уровня потребления.

Содержание витамина Е, витамина С, фолиевой кислоты не превышает верхний допустимый уровень потребления.

**Вспомогательные вещества:**

Капсула № 1 желатиновая, бежевого цвета: желатин; красители E171; E104; E122; антислеживающие агенты: диоксид кремния аморфный; магния стеарат.

Капсула № 2 желатиновая, розового цвета: декстроза; желатин; красители E171; E122; антислеживающие агенты: диоксид кремния аморфный; магния стеарат.

**Свойства компонентов БАД к пище «ТАЙМ-ФАКТОР»**
**Капсула № 1 (бежевого цвета)**

**Глутаминовая кислота** является традиционным компонентом «циклической витаминотерапии», насыщает клетки кислородом, активизирует кровообращение и окислительно-восстановительные процессы, способствует нейтрализации и выведению из организма аммиака, повышает устойчивость организма к гипоксии. Нормализует функциональное состояние нервной и эндокринной систем, положительно влияет на нормализацию менструального цикла в целом.

**Витамин Е** предотвращает разрушение прогестерона. Применение витамина Е помогает устранить симптомы вагинальной сухости, улучшает состояние кожи, ногтей, волос.

**Экстракт корня имбиря (стандартизован по гингеролам)** обладает противовоспалительной, иммуномодулирующей и спазмолитической активностью. Он подавляет болезненные сокращения мускулатуры матки, являясь отличным средством от тошноты при болезненных месячных.

**Рутин** способствует нормализации проницаемости сосудов и укрепляет сосудистую стенку. Вместе с витамином С предотвращает процесс разрушения гиалуроновой кислоты.

**Железо** является незаменимым микроэлементом, играющим важную роль в функционировании клеток, его основная роль – участие в синтезе гемоглобина, необходимого в процессе тканевого дыхания. У женщин детородного возраста потребность в железе увеличена. Дополнительный прием железа компенсирует его дефицит во время менструаций.

**Фолиевая кислота** стала традиционным компонентом «циклической витаминотерапии», применяемой для нормализации менструального цикла, улучшает усвоение железа. Участвует в обменных процессах и активизирует гормонопродуцирующую функцию яичников, отвечает за формирование клеток крови. Прием фолиевой кислоты в период подготовки к зачатию и во время беременности снижает риск преждевременного прерывания беременности, кровотечений, развития дефектов нервной трубки у новорожденных.

## Капсула № 2 (розового цвета)

**Экстракт корня дудника (стандартизован по органическим кислотам)** нормализует секрецию прогестерона, уменьшает мышечные спазмы и ощущение боли, что облегчает течение болезненных менструаций.

**Витамин С** принимает участие в синтезе стероидных гормонов, улучшает чувствительность тканей эндометрия к прогестерону.

**Магний** является «антистрессовым» микроэлементом, оказывает нормализующее действие на состояние нервной системы. Способствует повышению концентрации внимания и памяти. Магний оказывает спазмолитическое действие, в том числе на мышцы матки, кишечника и даже скелетной мускулатуры, поэтому особенно необходим женщинам, страдающим ПМС, ноющими болями во время месячных, повышенной раздражительностью или даже депрессией.

**Индол-3-карбинол** в высоких концентрациях содержится в овощах семейства крестоцветных (брокколи, цветная, брюссельская и белокочанная капуста). Индол-3-карбинол способствует нормализации метаболизма эстрогенов, блокирует пути стимуляции патологической пролиферации (гиперпластические процессы в эндометрии, миома матки, эндометриоз). Препараты индол-3-карбинола способствуют нормализации гормонального баланса и снижению риска возникновения опухолей.

**Цинк** участвует в поддержании нормального гормонального фона. Уменьшает потоотделение и предменструальные воспалительные высыпания на коже, снижает психосоматические нарушения, улучшает чувствительность тканей к эндогенному прогестерону, т.к. является составной частью рецепторов прогестерона.

**Экстракт плодов витекса священного (стандартизован по аукубину)** вызывает снижение продукции пролактина, облегчает болевой синдром при ПМС. Нормализация уровня пролактина восстанавливает ритмичность выработки и соотношение гонадотропных гормонов, что компенсирует отклонение лютеиновой фазы менструального цикла.

Длительность менструального цикла у женщин составляет в среднем 28 дней с допустимым интервалом от 21 до 35 дней. Процессы, происходящие в течение менструального цикла, могут быть описаны как фазы, соответствующие изменениям в яичниках и в эндометрии. Смена фаз цикла связана с уровнем активности половых гормонов (эстрадиол и прогестерон). Признаками нарушения менструального цикла являются изменение длительности менструального цикла, обильное менструальное кровотечение, болезненные менструации, масталгия (боль в молочных железах), головокружение, отечность и перемена настроения перед менструацией. Причиной менструальных нарушений могут быть эндокринные заболевания, инфекционные заболевания (в т.ч. инфекции, передаваемые половым путем), новообразования женских половых органов (опухоли, кисты, полипы), прием некоторых лекарств (комбинированные оральные контрацептивы, гормонозаместительная терапия), стресс, физическое переутомление. **Комплекс биологически активных веществ, входящих в состав «ТАЙМ-ФАКТОР», способствует нормализации ритмичности и продолжительности менструального цикла, смягчению симптомов ПМС. Он поддерживает хорошее самочувствие в течение всего цикла.**

**Рекомендации по применению:** женщинам; в первой половине цикла по 2 капсулы № 1 (бежевого цвета) в день во время еды, во второй половине цикла по 2 капсулы № 2 (розового цвета) в день во время еды. Продолжительность приема комплекса – 3 месяца.

При необходимости прием можно повторить.

**Противопоказания:** индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Примем «ТАЙМ-ФАКТОР» следует начинать с 1-го дня менструального цикла, что соответствует 1-му дню менструального кровотечения. Капсулы рекомендуется принимать во время приема пищи, проглатывать целиком, запивая водой.

### Общие принципы применения:

Для регулярного менструального цикла продолжительностью 28 дней:

- Капсула № 1 (бежевого цвета) принимается в первой фазе МЦ (менструального цикла) с первого дня по четырнадцатый от начала менструации, суточная доза – 2 капсулы.
- Капсула № 2 (розового цвета) принимается во второй фазе МЦ с пятнадцатого по двадцать восьмой день от начала менструации, суточная доза – 2 капсулы.

Для регулярного менструального цикла продолжительностью менее 28 дней:

- Капсула № 1 (бежевого цвета) принимается с первого дня до середины цикла (14 дней), суточная доза – 2 капсулы.
- Капсула № 2 (розового цвета) принимается с середины цикла до начала нового МЦ, суточная доза – 2 капсулы, с 1-го дня нового менструального цикла начинайте прием капсул № 1 (бежевого цвета), независимо от количества оставшихся капсул №2 (розового цвета).

Для регулярного менструального цикла продолжительностью более 28 дней:

- Капсула № 1 (бежевого цвета) принимается с первого дня до середины цикла (15 дней), суточная доза – 2 капсулы.
- Капсула № 2 (розового цвета) принимается следующие 15 дней цикла, суточная доза – 2 капсулы. Необходимо приступить к приему капсулы № 1 с первого дня следующего цикла.

Для нерегулярного менструального цикла:

- Капсула № 1 (бежевого цвета) принимается с первого дня цикла в течение 14 дней, суточная доза – 2 капсулы.
- Капсула № 2 (розового цвета) принимается следующие 14 дней, суточная доза – 2 капсулы. После чего, не делая перерыва, можно приступить к приему капсулы № 1.

### Схема приема:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Капсулы № 1 (бежевого цвета)																											
														Капсулы № 2 (розового цвета)													

**Условия хранения:** в сухом, защищенном от попадания прямых солнечных лучей и в недоступном для детей месте, при температуре не выше 25 °С.

**Срок годности:** 2 года. СРП № RU.77.99.55.003.E.006908.06.15 от 05.06.2015 г. ТУ 9197-008-11763008-14 Не является лекарством. ПРОДУКТ ПРОШЕЛ ДОБРОВОЛЬНУЮ СЕРТИФИКАЦИЮ.

**Изготовитель:** ООО «Внешторг Фарма», 105005, РФ, г. Москва, ул. Бакинская, д. 8, стр. 1, пом. 13.

Адрес производства: РФ, 601125, Владимирская обл., Петушинский р-он, пос. Волыгинский.

**Организация, уполномоченная на принятие претензий от потребителей в РФ:** ООО «ВАЛЕАНТ», 115162, РФ, г. Москва, ул. Шаболовка, д. 31, стр. 5, тел./факс: +7 (495) 510-28-79, Office.RU@valeant.com

**Организация, уполномоченная изготовителем на принятие претензий от потребителя в РБ:** ЗАО «НАТУР ПРОДУКТ-М», Беларусь, 220131, г. Минск, ул. Гамарника, 16/1, пом. 7, тел. (017) 261-55-55.

Все права на продукт принадлежат ООО «ВАЛЕАНТ».

