



# Jód

## Najdôležitejší stopový prvok pre ľudské zdravie a vitalitu

**Jód je pre život na Zemi nenahraditeľný a je základným pilierom zdravia živého organizmu a „tajomstvom“ dlhého života. Jód je jedným z najdôležitejších, ak nie základným stopovým prvkom, od ktorého závisí celkový zdravotný stav človeka, jeho vývin, rast, jeho vitalita a dožitý vysoký vek v dobrej kondícii a zdraví.**

### Aktívni a vitálni počas celého života

Stačí sa pozrieť na Japoncov, ktorí v rovnakom veku vyzerajú o polovicu mladšie ako my. Okrem genetiky za to podľa odborníkov môže najmä ich strava bohatá na jód. Najviac jódu sa totiž nachádza v morskej vode a jeho najprirodzenejším zdrojom pre človeka sú morské ryby a riasy, ktoré sú stabilnou súčasťou japonského menu. Jód stojí na vrchole pyramídy biochemických a metabolických procesov v ľudskom tele a hrá nenahraditeľnú úlohu pri produkcii hormónov riadiacich fungovanie celého nášho organizmu. Už pri nepatrných poruchách činnosti štítnej žľazy, ktorá jód na svoje fungovanie bezpodmienečne potrebuje, sa cítíme ospalí, vyčerpaní a malátni.

Medzi ďalšie príznaky nedostatku jódu však patrí aj pribieranie na váhe, lámavé nechty či vypadávanie vlasov. V dôsledku rýchleho životného štýlu moderného človeka sa navyše zvyšujú aj nároky na príjem jódu. Jeho všeobecný nedostatok odborníci preto označujú aj za jednu z príčin civilizačných chorôb a problémov ako poruchy sústredenia u detí, oslabenie imunity, poruchy plodnosti u mužov či depresie. Ak preto chcete ostať aktívni a vitálni počas celého života, mali by ste tomuto prvku venovať zvýšenú pozornosť.

Od polovice 20. storočia sa aj u nás začalo s jodizáciou kuchynskej soli a v prírodnej forme nájdete jód vo vyššom množstve napríklad v čerešniach a višniach, treske či vajičku. Takýto príjem jódu samotný však, bohužiaľ, jeho zvýšenú potrebu v tele pokryť nedokáže, pretože potraviny bohaté na jód nekonzumujeme v dostatočnom množstve a zo soli skladovaním postupne vyprcháva.

### Biologicky aktívny jód v tekutej forme

Je preto dobré siahnuť po jóde vo forme doplnku výživy, pričom treba do úvahy vziať, v akej podobe je pre telo najprospešnejší. Dostatok jódu v organizme vám efektívne pomôže zabezpečiť napríklad JODIS koncentrát, ktorý obsahuje biologicky aktívny jód v tekutej forme. Jeho kvalitu garantujú patenty chrá-

niace výrobu JODISu vo viacerých vyspelých ekonomikách sveta, je stabilný (nevypchá) a je možné pridávať si ho do nápojov či do jedla. Jedna väčšia čajová lyžička denne vám zabezpečí asi 80 mikrogramov jódu, ktoré optimálne doplnia vašu dennú potrebu tohto prvku. Výrobok nájdete v lekárňach a keďže sa ním nedá predávkovať, môžete si jeho účinky na seba bez starostí overiť sami. Odmenu za doplnenie jódu vám bude prílev životnej energie a možno aj vyriešenie niektorých problémov, ktoré vás trápia už dlhšie. Nevzdávajte sa plnohodnotného života, užívajte si a buďte mladí a a aktívni!



## Kto vyskúšal JODIS?



**Pavol Hurajt**, olympijský medailista v biatlone Vancouver 2010 a **Matej Kazár**, Majster Európy 2011: „Jodis sme vyskúšali

na odporúčania nášho osobného trénera a s jeho účinkami sme veľmi spokojní.“



**Lucia Kupčíková a Tijana Krivačević**, hráčky Good Angels Košice, jeden z najlepších klubov v EÚ: „Sme presvedčené, že vyhrávame aj vďaka Jodisu.“



**Anastasia Kuzminová**, olympijská víťazka Vancouver 2010 a **Jana Gereková**, bronzová vo Svetovom pohári

2012: „Jodis nám jednoznačne pomáha s koncentráciou.“



**Mgr. Peter Kollárik**, kondičný tréner: „S Jodisom mám skúsenosti najmä v súvislosti s chudnutím. Odporúčam ho

všetkým svojim cvičcom.“



**Ing. Vladimír HIADLOVSKÝ, PhD.**, dekan Ekonomickej fakulty UMB v Banskej Bystrici: „Jodis mi pomohol

v boji s ťažkým ochorením.“



**Ján Dobrík**, herec: „Pijem ho už niekoľko mesiacov a cítim sa super.“



**Ing. Kamil Strýčko**, Best Bodyguard of The I.B.S.S.A. Seminar Budapešť 2008, konateľ SG Security s.r.o.:

„Jodis som nariadil chlapcom užívať povinne. Teraz naň nedajú dopustiť.“



**Branislav Deák**, herec: „Odtedy pijem Jodis, texty sa mi učia oveľa ľahšie.“



**Anna Ondrejková**, Predsedkyňa Senior klubu Kremnička: „Mám 85 rokov a vďaka Jodisu som stále vitálna a plná energie.“



**Ing. Martin Fedorov, PhD.**, MBA, viceprezident golfového klubu: „Z pohľadu odborníka na výživové

doplnky a zdravú výživu môžem Jodis len odporučiť.“

Viac informácií na:  
[www.jodis.sk](http://www.jodis.sk)