

## ویتامین C + زینک رزاویت

حاوی ۳۰۰ میلی گرم ویتامین C، ۱۰ میلی گرم زینک و ۵۰ میلی گرم هیستیدین

### ویتامین C

- از سیستم ایمنی ذاتی و اکتسابی محافظت می کند.<sup>۱</sup>
- در پیشگیری و درمان عفونت های تنفسی و سیستمیک نقش دارد.<sup>۱</sup>
- به عنوان یک آنتی اکسیدان قوی از آسیب سلول ها محافظت می کند.<sup>۱</sup>

### زینک

- برای تنظیم عملکرد سلول های سیستم ایمنی ذاتی و اکتسابی مورد نیاز است.<sup>۲</sup>
- کمبود زینک منجر به افزایش پاسخ التهابی می شود.<sup>۳</sup>

### هیستیدین

- یک اسید آمینه ضروری است که با تولید هیستامین نقش مهمی در سیستم ایمنی دارد.<sup>۴ و ۵</sup>
- داراری اثرات ضد التهابی است.<sup>۴ و ۶</sup>
- اثرات آنتی اکسیدانی قابل توجهی دارد.<sup>۴ و ۶</sup>
- با اتصال به زینک، موجب افزایش انحلال پذیری و افزایش جذب زینک می شود.<sup>۴ و ۷</sup>

### موارد مصرف:

- کمک به تقویت سیستم ایمنی

### نحوه مصرف:

محتویات یک ساشه را روزانه یکبار مصرف کنید. محتویات ساشه را مستقیم بر روی زبانتان بریزید، اجازه دهید به آرامی حل شوند، سپس میل کنید.

Supplement Facts:		Serving size: 1 Sachet
Nutritional Information	Av. Per 1 Sachet	%RDA*
Zinc	10 mg	90.9
Vitamin C	300 mg	333.33
Histidine	50 mg	**

\*RDA: Recommended Daily Allowance, mg: milligram, \*\*: RDA not established

1. Carr A, Maggini S. Vitamin C and immune function. *Nutrients* 2017;9:1211.
2. Vallee, B.L.; Galdes, A. The metallobiochemistry of zinc enzymes. *Adv. Enzymol. Relat. Areas Mol. Biol.* 1984, 56, 283-430.
3. Wessels I, Maywald M, Rink L. Zinc as a Gatekeeper of Immune Function. *Nutrients*. 2017 Nov 25;9(12):1286. doi: 10.3390/nu9121286. PMID: 29186856; PMCID: PMC5748737.
4. Holeček M. Histidine in Health and Disease: Metabolism, Physiological Importance, and Use as a Supplement. *Nutrients*. 2020 Mar 22;12(3):848. doi: 10.3390/nu12030848. PMID: 32235743; PMCID: PMC7146355.
5. <https://pubchem.ncbi.nlm.nih.gov/compound/L-histidine>
6. Anna E Thalacker-Mercer, Mary E Gheller, Benefits and Adverse Effects of Histidine Supplementation, *The Journal of Nutrition*, Volume 150, Issue Supplement\_1, October 2020, Pages 2588S-2592S, <https://doi.org/10.1093/jn/nxaa229>
7. Lönnerdal B. Dietary factors influencing zinc absorption. *J Nutr.* 2000 May;130(5S Suppl):1378S-83S. doi: 10.1093/jn/130.5.1378S. PMID: 10801947.



ایمن  
قدم بردارید..