



# Tudományos beszélgetések az egészséges életmódról

Anyagcsere-minőség; életidő és egészség

**ScienceSpeaks on Healthy Lifestyles/**

Metabolic Health; Lifespan and Healthspan

# Eredetiség: Piackutatások/

## Authenticity: Market studies

1. Wang, M. et al, (2021) "Új megközelítés a **levendula** olajok hitelesítésére és minőségének értékelésére". J. Pharm. Biomed. Anal. 199: 114050

63% (20/37) kereskedelmi minták **nem eredetiek/**

Wang, M. et al, (2021) "A novel approach for **lavender** essential oil authentication and quality assessment." J. Pharm. Biomed. Anal. 199: 114050

63% (20/37) commercial samples **not authentic**

1. Dosoky, N. et al., (2022) "Az édes nyírfa (*Betula lenta* L.) olaj hitelesítése és piaci biztonsága". Plants, 11(6): 2132

100% (27/27) kereskedelmi minták **nem eredetiek/**

Dosoky, N. et al., (2022) "Authenication and Market Surey of Sweet Birch (*Betula lenta* L.) Essential Oil." Plants, 11(6): 2132

100% (27/27) commercial samples **not authentic**

ō



dōTERRA | EUROPE

# Spring'23

THE JOURNEY WITHIN

# Egészséges évek vs Életidő /

## Healthspan versus lifespan

Életidő / Lifespan

Egészséges évek / Healthspan

63.5 / 64.5

73.5 / 83.2

Férfiak / nők Egészségben eltöltött életévek és várható élettartam, EU 2020/  
Male / Female Healthy life years versus life expectancy, EU 2020

0

# Anyagcsere Egészség/

## Metabolic Health

Európai statisztikai tanulmányok mutatják, hogy a felnőttek mindössze 20 %-ának egészséges az anyagcseréje!

Studies on metabolic health in Europe indicate that only 20% of adults are metabolically healthy



dōTERRA | EUROPE

# Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# A jó anyagcsere 5 pillére/

Five Pillars of Metabolic Health



**Helyes étkezés/**  
Healthy Eating



**Stresskezelés**  
/ Stress Management



**Napi mozgás/**  
Daily Movement



**Helyes**  
**táplálékkiegészítés/**  
Smart  
Supplementation



**Jó kapcsolatok/**  
Healthy Connections

dōTERRA | EUROPE

**Spring '23**

THE JOURNEY WITHIN

# Napi Mozgás/ Daily Movement

- **20-30%-os kockázatcsökkentés/** 20-30% risk reductions
  - **Korai halálozás/** Premature mortality
  - **Szívbetegség/** Heart disease
  - **Rákhalálozás/** Cancer mortality
  - **2-es típusú cukorbetegség/** Type 2 diabetes
  - **Stroke**
  - **Önállóan jelentett egészségi állapot/** Self-reported health status
  - **Mentális egészség/** Mental health
- Nem lineáris (a legnagyobb előnyök viszonylag kis mértékű edzésnövekedés esetén jelentkeznek)/ Non-linear (greatest benefits with relatively small increases in exercise)
- Találd meg azt az edzésprogramot, amit eléggé élvezel ahhoz, hogy megtartsd./ Find the exercise routine that you enjoy enough to maintain

dōTERRA | EUROPE

## Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# Stresszkezelés / Stress Management

Stresszel kapcsolatos

Hangulatzavarok;

krónikus betegségek és

Életminőség

Stress associated with  
mood disorders;  
chronic illness and  
quality of life

**A legújabb kutatások szerint a meditáció, a tudatosság, a stresszcsökkenés és a stressztűrés számos egészségügyi előnnyel jár a mentális és fizikai egészségre és jólétre.** / Recent research indicates many health benefits of meditation, mindfulness, and stress reduction and resilience on mental and physical health and wellbeing.

dōTERRA | EUROPE

Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# Jó kapcsolatok/ Healthy Connections

Életminőség/ Quality of life

Egyéb egészséges viselkedés elősegítője/ Supports other healthy behaviours

Stressz csökkentő/ Stress reduction



# Egészséges Étkezés / Healthy Eating

Kiegyensúlyozott étrend / Balanced diet

Mikrotápanyagok és makrotápanyagok / Micronutrients and macronutrients

Egyedi életvitelre szabva / Adapted to personal lifestyle



# Helyes Táplálékkiegészítés/ Smart Supplementation

1. Tápanyaghiányok/ Nutrient deficiencies
2. Sejt egészség/ Cellular Health
3. Szubjektív egészség mérce/ Subjective measures of health



# Mikrotápanyagok/ Micronutrients



ō

dōTERRA | EUROPE

# Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# Microplex VMz™

**22 esszenciális vitamint és ásványi anyagot, valamint 40 teljes értékű tápanyagot** tartalmaz, amelyek támogatják a sejtek, szövetek, szervek és rendszerek normál növekedését, működését és fenntartását az egész szervezetben. /

Provides **22 essential vitamins and minerals and 40 whole-food based nutrients** to support normal growth, functioning, and maintenance of cells, tissues, organs and systems throughout the body.



Ö

dōTERRA | EUROPE  
**Spring '23**  
THE JOURNEY WITHIN

# Alpha CRS+™

Sajátos polifenol és növényi kivonatok keveréke a sejtek egészségének és energiájának támogatására

Sejtenergia és anyagcsere a **Q10 koenzim**, a **kvercetin**, az **alfa-liponsav** és az **acetil-L-karnitin** révén.

Támogatja az egészséges gyulladási választ (Boswellia serrata a **boswelinsav**ért)

Támogatja a mentális tisztaságot és funkciókat (**Gingko biloba** kivonat)

Proprietary polyphenol and botanical extract blend to support cellular health and energy

Cellular energy and metabolism through coenzyme Q10, quercetin, alpha-lipoic acid, and acetyl-L-carnitine

Supports healthy inflammatory response (Boswellia serrata for boswellic acid)

Supports mental clarity and function (Gingko biloba extract)



ō

EUROPE  
**Spring '23**  
THE JOURNEY WITHIN

# xEO Mega™

Tengeri és szárazföldi eredetű omega-zsírsavak (EPA/DHA kiegyensúlyozott aránya), vitaminok, antioxidáns karotinoidok és CPTG™ esszenciális olajok saját fejlesztésű kombinációja, amely segít az esszenciális zsírsavak napi szükségletének kielégítésében.

Proprietary combination of marine- and land-sourced omega fatty acids (balanced ratio of EPA/DHA), vitamins, antioxidant carotenoids, and CPTG™ essential oils to help you meet daily requirements for essential fatty acids.

ō



dōTERRA | EUROPE

## Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# Anyagcsere egészség: Táplálék kiegészítők

Metabolic Health: Smart supplements



# Anyagcsere egészség: Táplálék kiegészítők

## Metabolic Health: Smart supplements



### MetaPWR Keverék

Gyömbér, Fahéj, Borsmenta,

Grapefruit, Citrom

Ginger, Cinnamon, Peppermint, Grapefruit,  
Lemon



### MetaPWR Assist

Eperfa levél kivonat; Fahéj kéreg por;

Berberin; MetaPWR Keverék

Mulberry leaf extract; Cinnamon Bark Powder;  
Berberine; MetaPWR blend



### MetaPWR Advantage

Kollagének; NAD+;

Antioxidánsok; MetaPWR Keverék

Collagens; NAD+; Antioxidants; MetaPWR  
Blend

dōTERRA | EUROPE

# Spring '23

THE JOURNEY WITHIN



# MetaPWR: Anyagcsere keverék/

## Metabolic blend

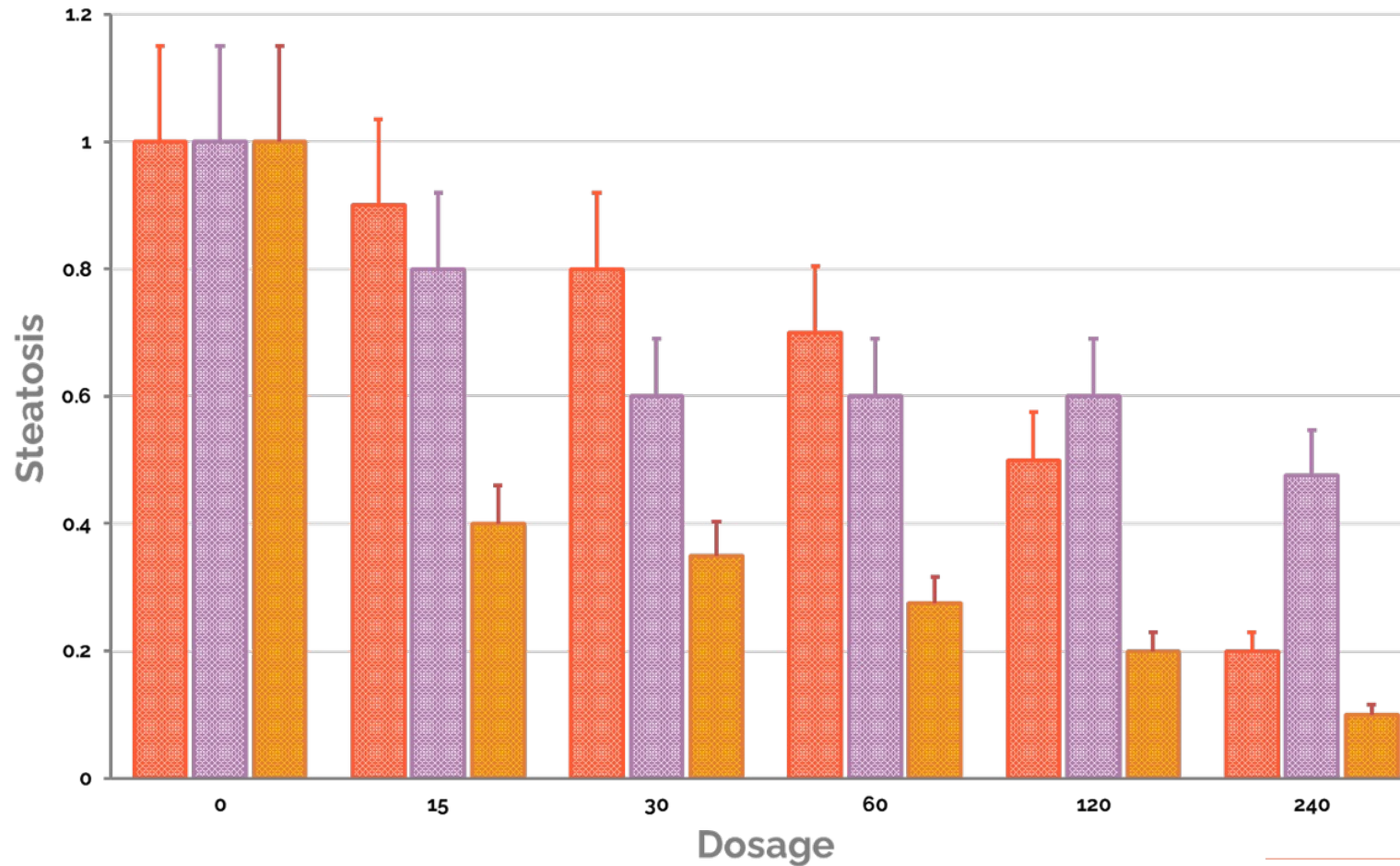


# Dózisfüggő gátlás- Dose dependent inhibition:

MetaPWR:

Alternative formula

MetaPWR



ō

MetaPWR™ Assist

# Összetétel/ Ingredients

MetaPWR™  
Anyagcsere  
keverék



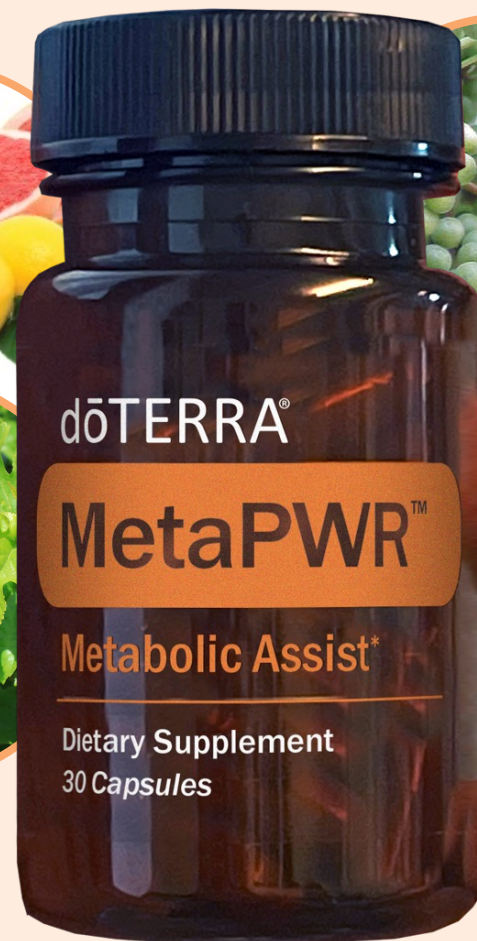
Eperlevél/ Mulberry Leaf



Berberin / Berberine



Fahéj por /  
Cinnamon Bark Powder

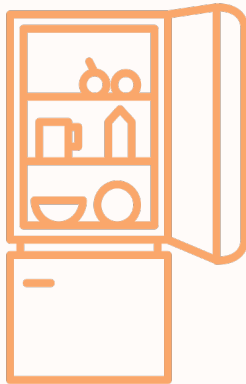
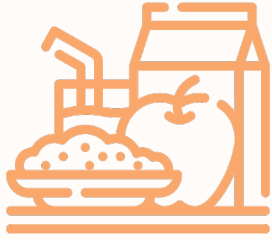


ő

dōTERRA | EUROPE

# Spring'23

THE JOURNEY WITHIN

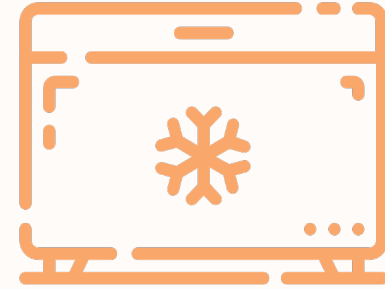
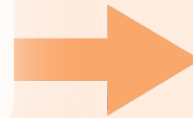


**Rövid távú**  
(Glycogen)  
**energia**

**Short-term energy**



**Insulin**



**Hosszú távú**  
(Adipose aka fat)  
**energia**

**Long-term energy**

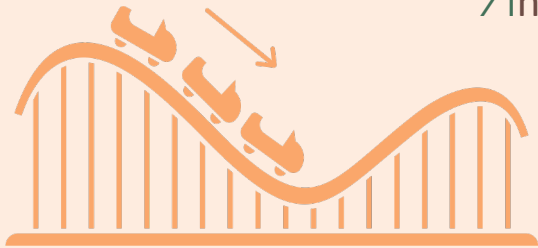
**Ö**

dōTERRA | EUROPE

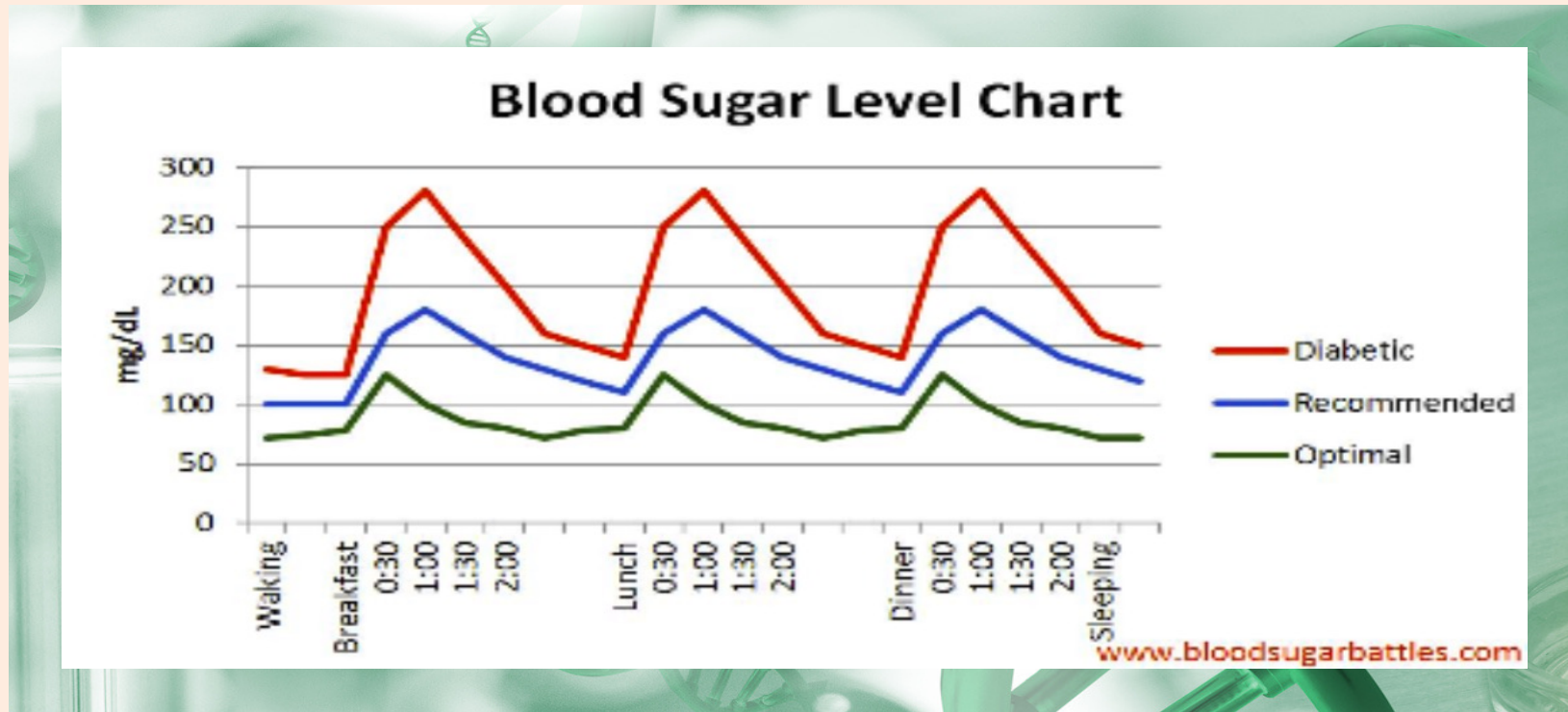
**Spring '23**

THE JOURNEY WITHIN

# Szénhidrát-anyagcsere/ Carbohydrate metabolism



# Szénhidrát anyagcsere és anyagcsere egészség / Carbohydrate metabolism & Metabolic Health



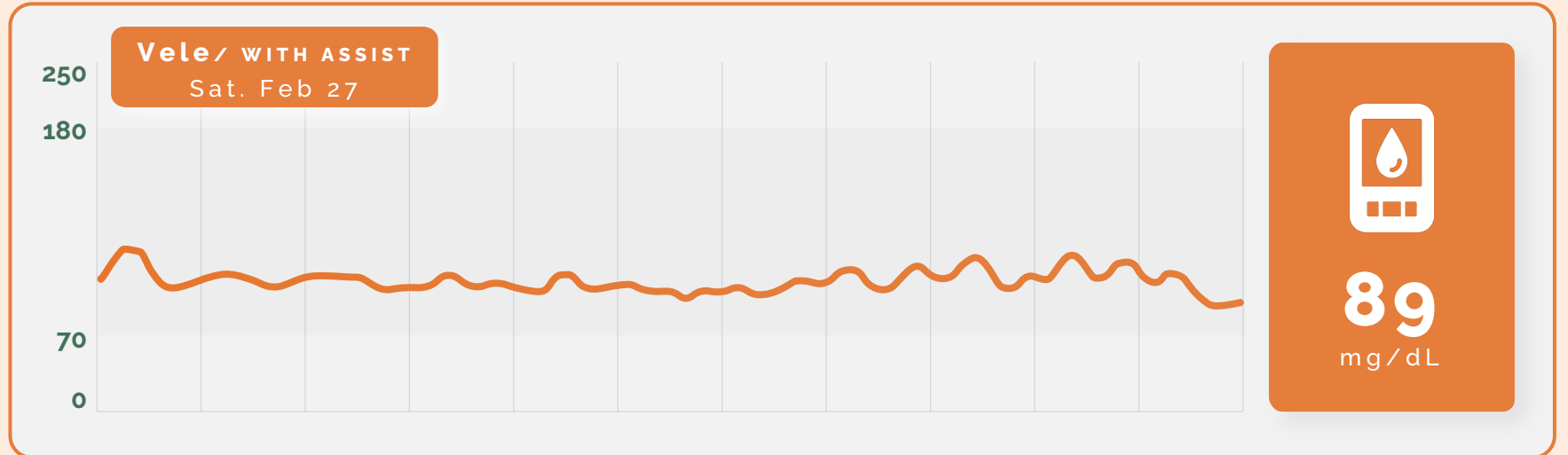
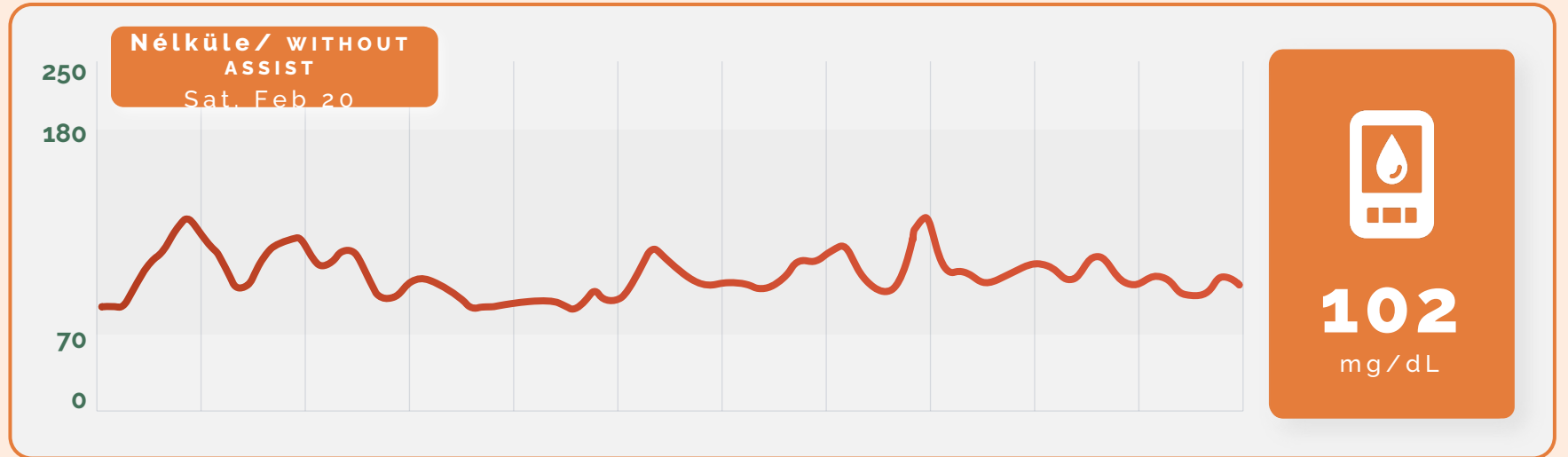
dōTERRA | EUROPE

Spring '23

THE JOURNEY WITHIN

# MetaPWR™ Assist

**13%**  
csökkenés  
/decrease



Összeállítva/  
Formulated with

Szinergikus  
összetevőkből/  
Synergistic Ingredients

Egészséges bőr, csontok  
& kötőszövet/  
Healthy Skin, bones  
& connective tissue

## Életerőért/Power for Life:

- Resveratrol
- Nicotinamid  
Mononucleotid (NMN)
- Nicotinamid Adenin  
Dinucleotid(NADH)

## Antioxidáns aktivitás/ Antioxidant activity

- Vörös narancs gyümölcs kivonat/  
Red Orange Fruit Extract
- Homoktövis/ Sea Buckthorn
- Rózsa alma gyümölcs kivonat/  
Rose Apple Fruit Extract



- Tengeri kollagén tripeptidek!  
Marine Collagen Tripeptides
- Hyaluron Sav/ Hyaluronic Acid
- Fitoceramidok/ Phytoceramides
- Liposzómás C vitamin/  
Liposomal vitamin C
- Biotin

ō

dōTERRA | EUROPE  
**Spring'23**  
THE JOURNEY WITHIN



# MetaPWR Advantage Kísérleti tanulmány/

## Pilot Study

- 4 résztvevő; 2 hét; NAD+ szintek
- 4 participants; 2 weeks; NAD+ levels

**20%**

**Növekedés/**

**increase**

a NAD+ szintekben

egy hét után/

in NAD+ levels

after one week

**23%**

**Növekedés/**

**increase**

a NAD+ szintekben

egy hét után/

in NAD+ levels

after two weeks

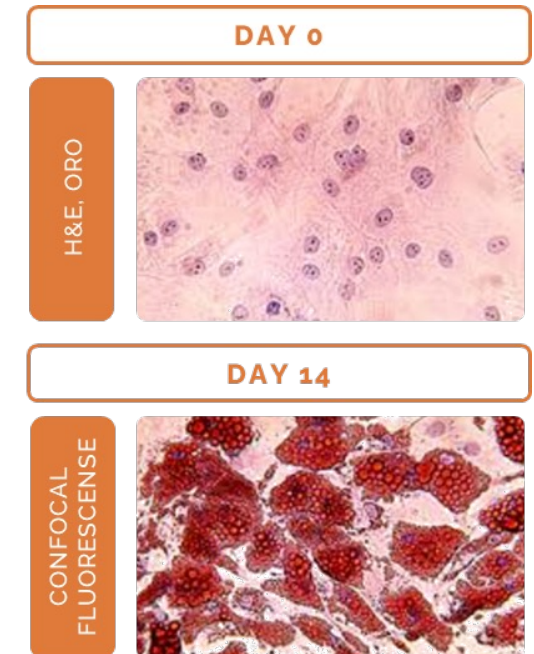
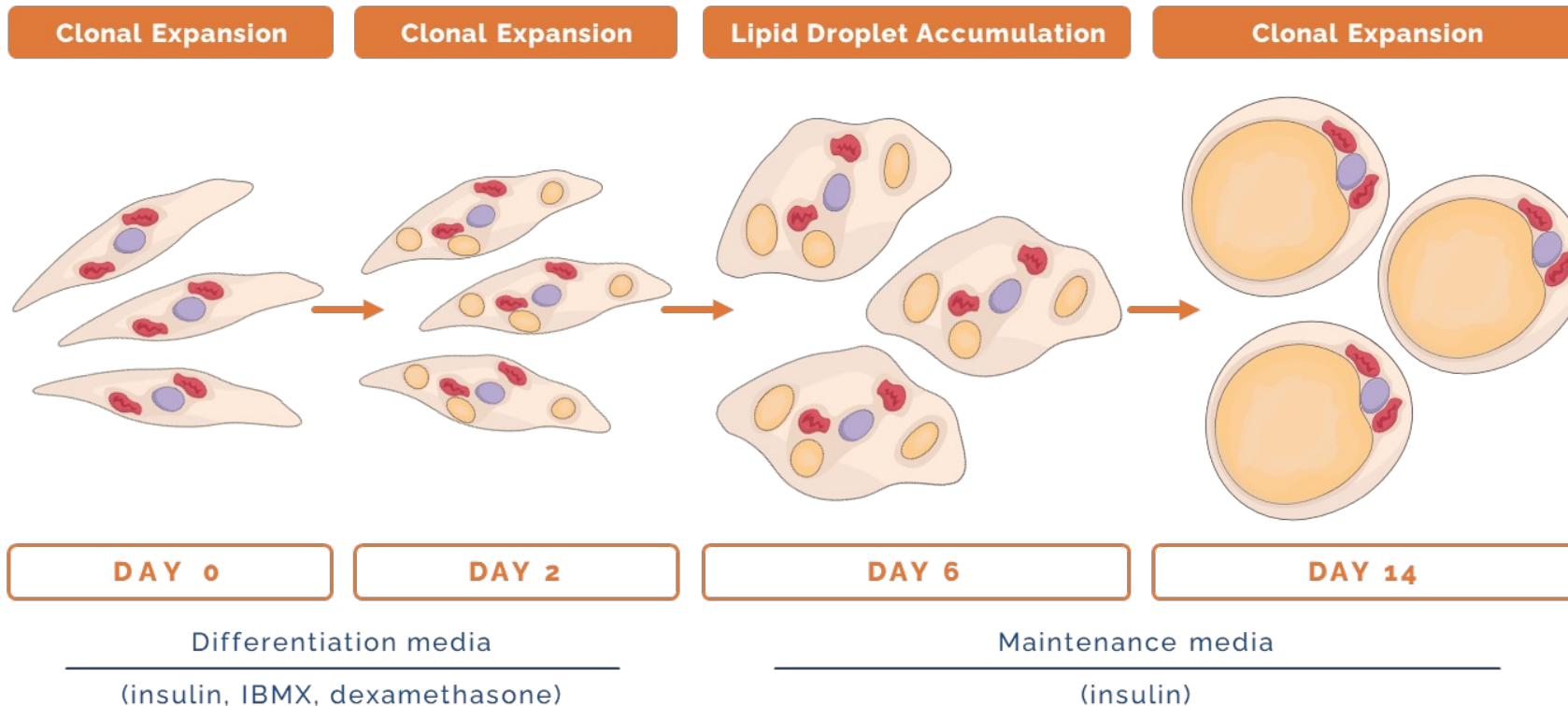
# Összegzés / Summary

- **A doTERRA termékeket úgy szerezzük be, teszteljük és kutatjuk, hogy a legjobb tisztaságot, állandóságot és hatékonyságot nyújtsuk Önnek.** / doTERRA products are sourced, tested and researched to bring you the best in purity, consistency and effectiveness
- **A Lifelong Vitality étrend-kiegészítők továbbra is átfogó mikrotápanyag-kínálatot biztosítanak az egészséges működés támogatása érdekében.** / Lifelong Vitality supplements continue to provide a comprehensive range of micronutrients to support healthy functioning
- **Az új MetaPWR rendszer kiegészíti az egészséges anyagcserét és az öregedést támogató táplálékkiegészítők választékát.**  
The new MetaPWR system complements the range of nutritional supplements to provide support for healthy metabolism and ageing



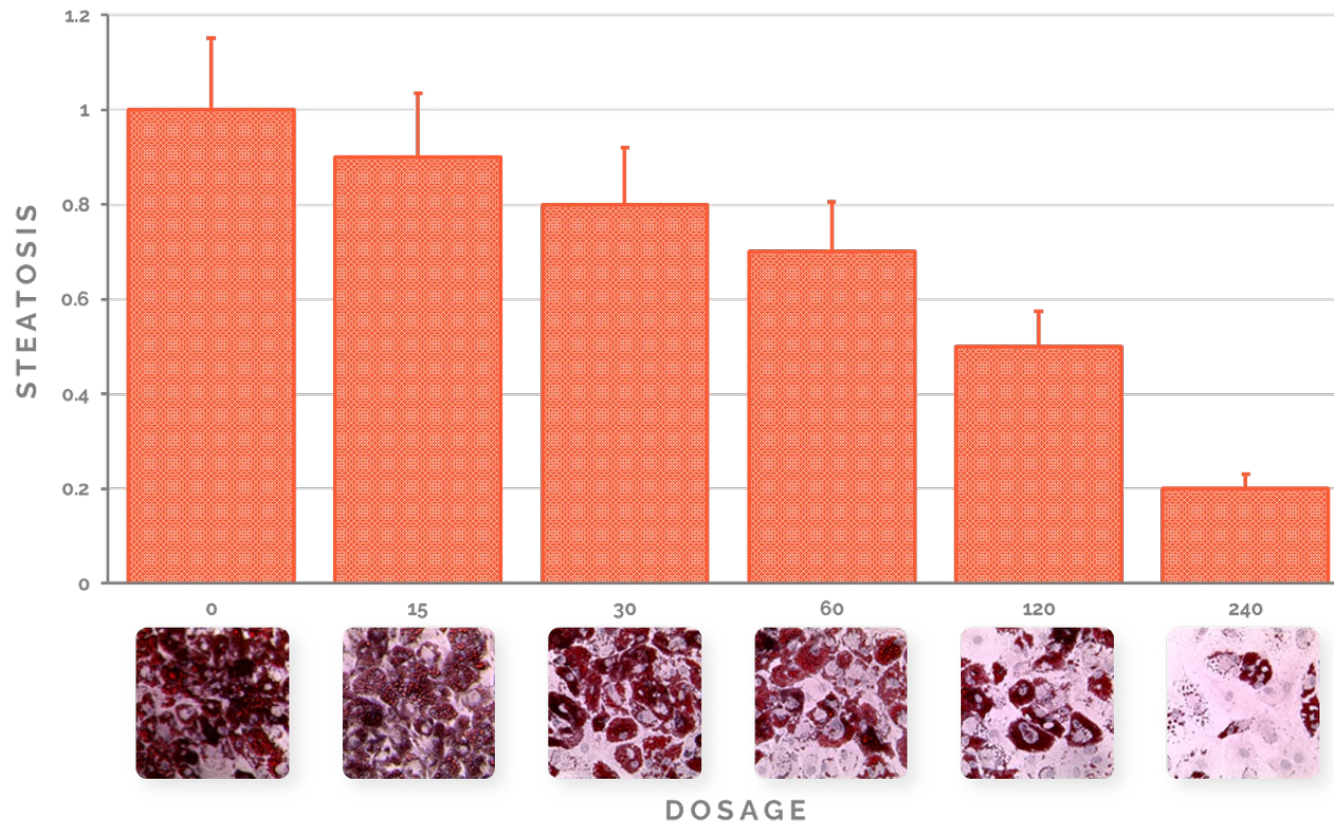
Ö

# MetaPWR anyagcsere keverék & Adipogenezis / metabolic blend & Adipogenesis



# Dózisfüggő gátlás / Dose dependent inhibition:

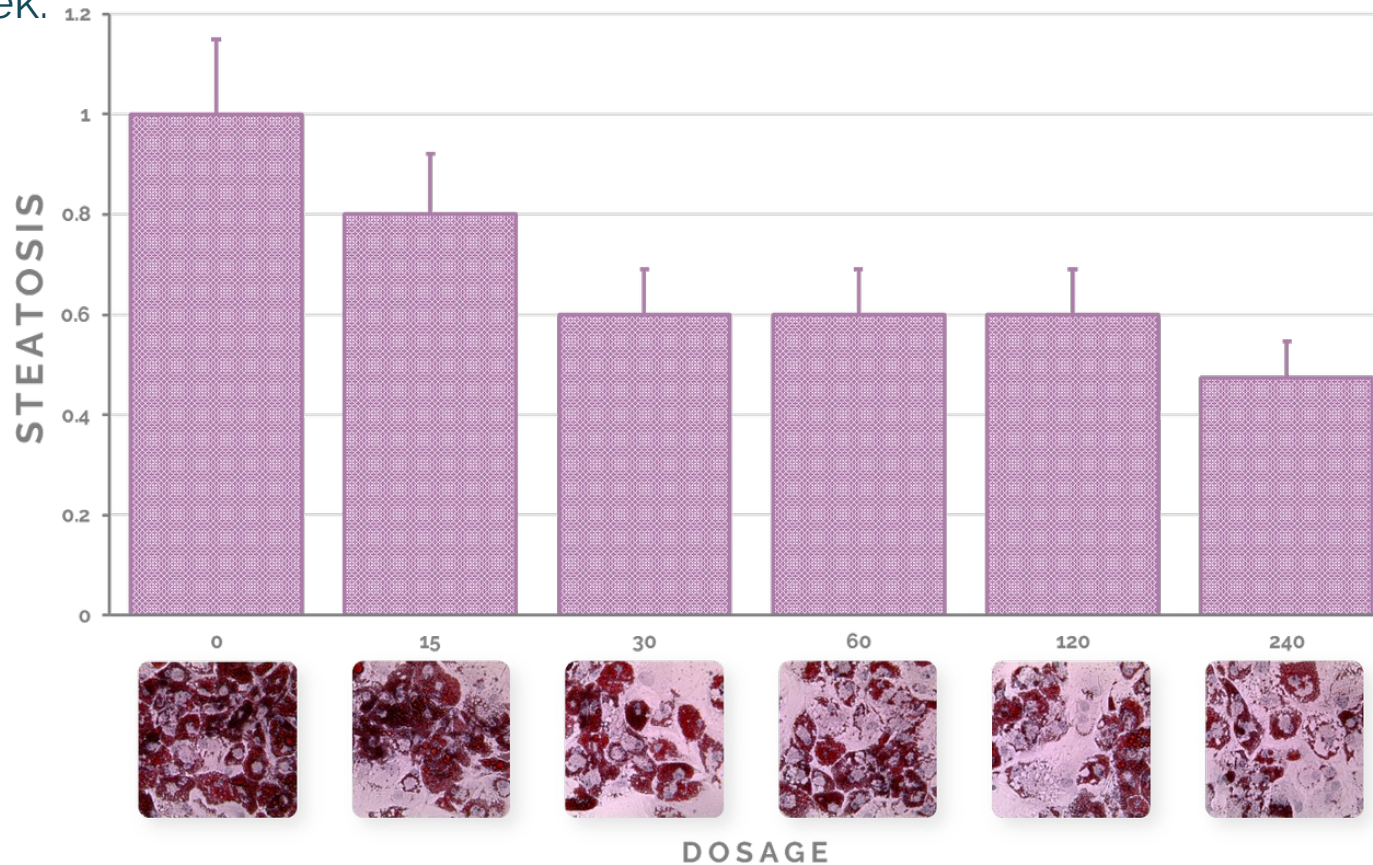
Smart & Sassy:



ō

# Dózisfüggő gátlás / Dose dependent inhibition:

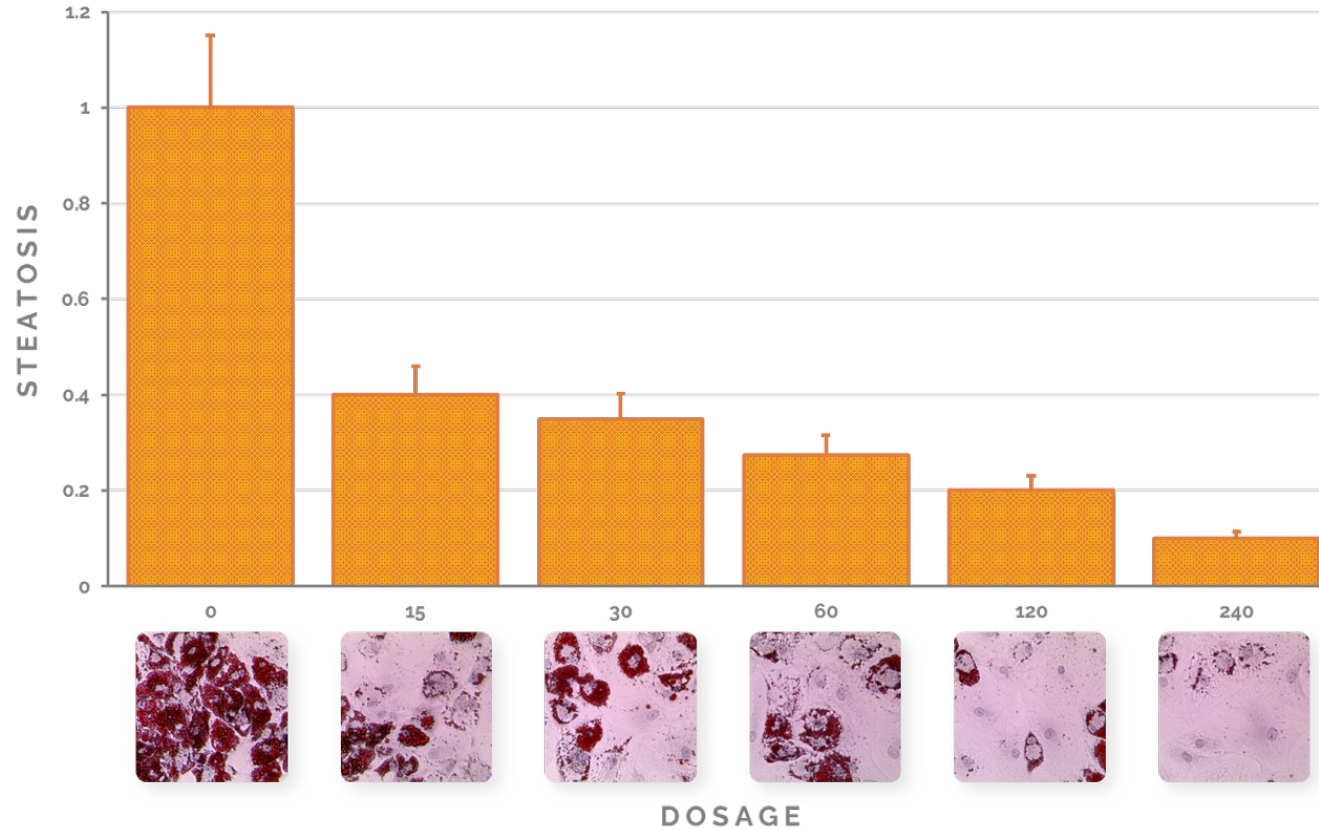
Alternative keverék:



ō

# Dózisfüggő gátlás / Dose dependent inhibition:

MetaPWR:



ō