

L-LYSINE

CONSTRUISEZ VOTRE CAPITAL
SANTÉ AU QUOTIDIEN

COMPLÉMENT ALIMENTAIRE



POUR SOUTENIR ET RÉPARER UNE PEAU SAINÉ

Un bouton de fièvre ou herpès labial est habituellement causé par le virus de type herpès simplex 1 (HSV). La plupart des gens sont infectés par ce virus à l'âge préscolaire par contact direct (baisers, caresses) ou par les mains ou des ustensiles. Une fois que l'on est infecté, le virus reste dans le corps à vie. Sous l'influence de la fièvre, la lumière du soleil, les températures extrêmes, les menstruations, le stress ou la fatigue, le virus présent dans le corps peut être activé et déclencher un bouton de fièvre. Les boutons de fièvre apparaissent généralement sur le bord des lèvres, mais peuvent également apparaître dans la bouche, sur le menton, le nez, les joues, le front et même sur d'autres parties du corps. En général, l'épidémie est annoncée par des démangeaisons ou des picotements ou une sensation de brûlure autour de la bouche.



Découvrez la gamme complète d'Alfa sur www.alfa.be.

POURQUOI CHOISIR ALFA L-LYSINE?

- prévention et guérison herpès (bouton de fièvre, zona)
- la lysine est un acide aminé essentiel nécessaire à la guérison et la croissance des os et des tissus du corps
- soutient un fonctionnement normal du système immunitaire
- favorise l'absorption du fer
- complément en cas de régime végétarien / végétalien

QU'EST-CE QUI REND ALFA L-LYSINE SI UNIQUE ?

- Alfa L-lysine contient une combinaison de L-lysine HCL et de zinc. Tous deux soutiennent le bon fonctionnement du système immunitaire pour prévenir les infections virales et nourrissent les tissus de la peau.
- Le citrate de zinc est une forme de zinc avec une forte biodisponibilité (capacité d'absorption par le corps).

INGRÉDIENTS PAR COMPRIMÉ	QUANTITÉ ACTIVE	AR*
L-lysine (L-lysine HCL)	1.000 mg	-
Zinc (citrate de zinc)	10 mg	100%

AR*: APPORT DE RÉFÉRENCE

Ne contient pas d'allergènes (gluten, soja, lait, œufs, poisson, crustacés, céleri, moutarde, noix, graines de sésame, sulfite, lupin, mollusques et arachides).

PRÉCAUTIONS:

Informez votre médecin traitant ou professionnel de la santé lorsque vous prenez de la L-lysine:

- conjointement avec des benzodiazépines, car la L-lysine peut renforcer leurs effets.
- conjointement avec un supplément en calcium pendant une période de plus de six mois, car la L-lysine favorise l'absorption du calcium dans l'intestin.
- et que vous souffrez d'une maladie rénale accompagnée d'un régime pauvre en protéines.

SYNERGIES:

- Des infections virales récurrentes indiquent que votre système immunitaire a besoin d'être renforcé. Prenez Alfa Immunity pendant une période de 3 mois.
- La vitamine D améliore la résistance aux virus. Renforcez votre immunité avec Alfa Vitamine D3.



CONSEILS D'UTILISATION:

- Dose d'entretien: 1 comprimé par jour, pendant maximum 6 mois.
Dose en cas d'apparition: 2 à 3 comprimés par jour, répartis sur la journée, pendant une semaine.
- A prendre à jeun (1 heure avant ou 2 heures après le repas).

STYLE DE VIE: QUE POUVEZ-VOUS FAIRE VOUS-MÊME

1. Nutrition: lors d'une éruption d'herpès, favoriser les aliments riches en L-lysine, tels que la viande, le poisson, les œufs et limiter votre consommation d'aliments riches en arginine tels que les noix, les graines, l'avocat et le chocolat.
2. Limitez l'utilisation des glucides raffinés et des sucres, et buvez beaucoup d'eau.
3. Traitez localement les boutons de fièvre ou la peau irritée avec du miel. Il fait disparaître les plaies plus rapidement et soulage les irritations de la peau.
4. Prenez beaucoup de repos et de détente. Ces périodes ont un effet réparateur sur votre corps, ce qui rendra votre système immunitaire plus fort.
5. Soutenez votre digestion avec du gingembre, du thé à la camomille et mangez régulièrement des aliments chauds.