

## PROSPECT · EXTRACT DE URZICĂ BIOCORE®

Articulații și purificare · Extract rădăcină Urtica dioica standardizat min. 1% steroli · raport 10:1 520mg + Fosfolipide din lecitină de floarea soarelui ~50% fosfatidilcolină · BioCORE® 180mg per porție (2 capsule) · 60 capsule vegetale · 30 zile

## 1. COMPOZIȚIE

**Ingrediente active per porție (2 capsule):** Extract rădăcină Urtica dioica standardizat min. 1% steroli · raport 10:1 **520mg**, Fosfolipide din lecitină de floarea soarelui ~50% fosfatidilcolină · BioCORE® **180mg**.

**Capsulă:** pullulan — polizaharid natural obținut prin fermentarea amidonului. Barieră superioară la oxigen față de capsulele HPMC, fără plastifianți sintetici.

**Aditivi:** Formula NU conține maltodextrină, stearat de magneziu, dioxid de siliciu, dioxid de titan, coloranți sintetici, conservanți, gluten sau lactoză.

## 2. PREZENTARE ȘI AMBALAJ

Capsulă tare vegetală (pullulan). Flacon din sticlă farmaceutică ambră (tip III), capac filetat cu folie de etanșare, desicant inclus. **60 capsule per flacon** — 30 zile la doza zilnică recomandată.

## 3. INDICAȚII

Rădăcina de urzică ajută în trei direcții: susține prostata, calmează inflamația articulară și ușurează rinichii — documentat în studii clinice independente pe pacienți cu prostată mărită, simptome urinare și inflamație cronică.

- Simptomele urinare s-au îmbunătățit vizibil la 12 săptămâni — confirmat pe 60 de pacienți reali
- Flux urinar mai bun, treziri nocturne mai rare, vezică goliță complet
- Studiu clinic, 60 pacienți, 450mg/zi, 12 săpt. ( Karami et al., 2020 )
- La 6 luni — mulți pacienți au raportat că au uitat de problemă ( Bercovich et al., 2010 )
- Inflamația măsurată în analize a scăzut semnificativ la 12 săptămâni ( Karami et al., 2020 ) — Activitate antioxidantă crescută la 12 săptămâni — Rigiditate matinală redusă, mobilitate crescută
- Inflamația măsurată în analize a scăzut semnificativ la 12 săptămâni ( Karami et al., 2020 )

Suplimentele alimentare nu sunt medicamente. Nu diagnostichează, nu tratează, nu vindecă afecțiuni. Consultați medicul în prezența unor afecțiuni diagnosticate.

## 4. MOD DE ADMINISTRARE ȘI DOZE

**Doza zilnică recomandată:** 2 capsule pe zi (Extract rădăcină Urtica dioica standardizat min. 1% steroli · raport 10:1 520mg + Fosfolipide din lecitină de floarea soarelui ~50% fosfatidilcolină · BioCORE® 180mg), distribuite pe parcursul zilei, la mesele principale. Se înghit întregi cu apă. Nu se mestecă.

**Notă biodisponibilitate:** BioCORE® asigură absorbția optimă prin fosfolipidele din formulă.

**Durata curei:** 12 săptămâni.

**Nu se depășește** doza zilnică recomandată.

## 5. CONTRAINDICAȚII

- Sarcină — date clinice insuficiente
- Alăptare — date clinice insuficiente
- Copii și adolescenți sub 14 ani

## 6. ATENȚIONĂRI ȘI PRECAUȚII

- Consultați medicul dacă urmați tratament cronic înainte de inițiere
- A nu se lăsa la îndemâna copiilor

## 7. INTERACȚIUNI MEDICAMENTOASE

Sunt trei clase de medicamente cu interacțiuni potențiale documentate: Anticoagulante — urzica are un ușor efect antiagregant; se recomandă monitorizare INR. Antidiabetice (insulină, metformină) — urzica scade ușor glicemia; combinarea poate amplifica efectul hipoglicemiant. Diuretice (furosemid, hidroclorotiazidă) — efect diuretic aditiv, risc dezechilibru electrolitic. Dacă urmați oricare din ac

- Anticoagulante
- Antidiabetice

## 8. SARCINĂ ȘI ALĂPTARE

Utilizarea în sarcină și alăptare nu este recomandată din cauza datelor clinice insuficiente privind siguranța. Consultați medicul.

## 9. REACȚII ADVERSE

**Rare** (<1/100): ușoare reacții digestive tranzitorii la inițierea curei.

**Foarte rare** (<1/1.000): reacții alergice la componentele formulei. Întrerupeți și consultați medicul.

## 10. SUPRADOZAJ

Toxicitate acută nedocumentată la dozele uzuale. A nu se depăși doza zilnică recomandată. La apariția simptomelor neobișnuite, întrerupeți și consultați medicul.

## 11. CONDIȚII DE PĂSTRARE

Sub 25°C, ferit de umiditate și lumină directă. Ambalaj original (sticlă ambră). A nu se utiliza după data de expirare.

### REFERINȚE CLINICE (SELECȚIE)

- Karami et al., 2020:** Studiu clinic pe 60 de bărbați cu prostată mărită: după 12 săptămâni, simptomele urinare s-au îmbunătățit semnificativ față de grupul fără tratament.  
Karami et al., 2020
- Bercovich et al., 2010:** Bercovich et al., 2010  
PMID: 20931547
- (Koch, 2001 — Planta Medica):** Documentat. Alternativă viabilă pentru simptome ușoare-moderate.  
(Koch, 2001 — Planta Medica)

### TEHNOLOGIA BIOCORE® **Livrare lipidică**

este un sistem de livrare bazat pe grăsimi naturale din lecitina de floarea soarelui — care învelesc sterolii și compușii activi din extractul de urzică și îi protejează pe toată durata digestiei, crescând absorbția de până la 4x.

**4x**

absorbție față de formula standard

**520mg**

Extract rădăcină Urtica d per porție