**Лефол Ламира БАД 175 мг**

**ЛЕФОЛ ЛАМИРА** - биологически активная форма фолиевой кислоты

Фолаты необходимы каждому человеку для деления клеток и инактивации токсичных продуктов обмена.

Современному человеку не хватает фолатов в рационе. А для усвоения синтетической фолиевой кислоты "из аптеки" необходим полноценный ген MTHFR. Он кодирует фермент, превращающий фолиевую кислоту в биологически активный Л-метилфолат. [62% людей не могут сами усвоить обычную фолиевую кислоту](https://lamyra.by/publikatsii/l-metilfolat-ili-kak-ispravit-oshibku-prirody) по генетическим причинам.

Прием препарата Лефол позволяет [избежать проблем с усвоением](https://lamyra.by/publikatsii/l-metilfolat-ili-kak-ispravit-oshibku-prirody). Ключевое преимущество Л-метилфолата - непосредственное поступление в организм вещества в активной форме даже в случае проблем с генетикой. Л-метилфолат - это 100% биологический эффект.

Дефицит фолатов особенно опасен для организма беременной женщины невынашиванием, замершей беременностью, отслойкой плаценты, гестозом. У матерей с проблемами усвоения фолатов часто случаются выкидыши и рождаются дети с пороками развития (гидроцефалия, анэнцефалия, грыжа головного мозга, заячья губа или волчья пасть, дефекты нервной трубки, расщепление позвоночника, пороки развития сердца и сосудов).

Дефицит фолиевой кислоты может приводить к инфаркту, инсульту, онкологии, анемии. Фолиевая кислота необходима для баланса нейромедиаторов в нервной системе. Норадреналин помогает сохранить бодрость, а серотонин обеспечивает здоровый сон и настроение. Недостаток фолатов также проявляется ухудшением состояния кожи, язвами на слизистых, расстройствами пищеварения и частыми кишечными инфекциями.

Лефол в качестве подготовки к беременности и в первом триместре, а также с профилактической целью применяется в дозе 1-2 таблетки в сутки. При болезнях, вызванных дефицитом фолатов, схема определяется врачом.