



Il **Metodo A.D.E.K.**TM approfondisce le proprietà terapeutiche di ciascuna vitamina liposolubile, individualmente ed in associazione, in modo da comprendere e sfruttare al meglio il loro effetto su tante patologie.

Le vitamine liposolubili sono 4:

1. **Vitamina A** o *Retinolo*
2. **Vitamina D3**, somministrata sotto forma di *pro-vitamina D* o *Colecalciferolo*
3. **Vitamina E** o *Tocoferolo*
4. **Vitamina K2** o MK7 o *Menachinone 7*

La **vitamina A** ha una notevole azione a livello della cute, della vista, ha potere anti-ossidante ed agisce sul sistema immunitario ed ha inoltre azione ricostituente sulle mucose favorendo la funzione di barriera mucosale e svolge un ruolo nella riproduzione, nella regolazione della divisione cellulare e nel controllo dell'espressione dei geni

La **vitamina D3** è stata quella maggiormente studiata negli ultimi anni. Sono stati trovati i suoi recettori sulla quasi totalità dei tessuti, che spiegano la sua efficacia terapeutica sul Sistema Nervoso Centrale e Periferico, dell'App. Cardiovascolare, sulla cute, sull'App. Respiratorio, Gastro-enterico, Genito-urinario, Gastrointestinale, Muscolo-scheletrico e sul

Sistema Immunitario, oltre ad essere molto importante durante la gravidanza e l'allattamento. Anch'essa, a seconda dei distretti e del momento patologico, può avere un'azione regolatoria, o inibente, o stimolante la funzione metabolica del tessuto.

La **vitamina E** ha una profonda azione anti-ossidante attraverso un blocco della perossidazione lipidica e che comporta una notevole protezione delle membrane cellulari. Regola l'attività delle lipossigenasi e delle ciclossigenasi e quindi favorisce i corretti meccanismi di aggregazione piastrinica. Previene danni a livello cardio-vascolare. Anche nel diabete è di grande aiuto, in quanto migliora notevolmente l'insulino-resistenza.

La **vitamina K2** ha effetti notevoli sul metabolismo dei fosfolipidi, quindi ha azione protettiva e rigenerativa sulla sostanza bianca del sistema nervoso centrale e sulla parete di tutte le cellule. Attiva una serie di speciali proteine che mobilizzano il calcio, promuove la carbossilazione dell'osteocalcina che attira il calcio nelle ossa e nei denti e attiva anche un'altra proteina chiamata MPG (Matrix GLA Protein) la quale mobilizza il calcio dai tessuti molli e dalle arterie, luoghi dove questo importante minerale può risultare dannoso. Ha azione trofica sul pancreas. Effettua una grande protezione a livello della parete arteriosa.

La conoscenza delle funzioni specifiche di ogni vitamina liposolubile ci permette di comprendere quella che potrebbe essere la loro azione, singolarmente e se assunte contemporaneamente e nelle giuste dosi, per ottenere una sinergia di azione tale da ottenere una forte azione terapeutica.

Sono molte, infatti le patologie che si possono trattare con queste vitamine:

- Disidratazione, infezioni e patologie della cute come Psoriasi, Eczema, Dermatite, Vitiligine, ecc....
- Osteoporosi, fratture, artrosi
- Anemia, abetalipoproteinemia
- Disturbi dell'apprendimento, della memoria e delle risposte emotive
- Atassia cerebellare e lesione del midollo posteriore
- Disturbi della visione e dell'udito, glaucoma, xeroftalmia, cheratomalacia
- Diabete
- Malattie infiammatorie generalizzate e da stress ossidativo
- Calcificazioni arteriose, aneurismi, fibrillazione atriale ed altre malattie cardiovascolari
- Infertilità, Sindrome da ovaio policistico, dismenorrea
- Suscettibilità lieve o marcata alle infezioni
- Malattie autoimmunitarie (Sclerosi multipla, Artrite Reumatoide, Lupus Eritematoso Sistemico, Alzheimer, Tiroide di Hashimoto, Connettivite indifferenziata, Malattia di Crohn, ecc...)
- Patologie respiratorie come BPCO, Fibrosi Cistica Polmonare e Asma
- Malattie infiammatorie intestinali
- Malattie infiammatorie delle vie urinarie e ginecologiche