

МЕДНЫЙ ПЕПТИД · КОЖА, ВОЛОСЫ, ЗАЖИВЛЕНИЕ

GHK-Cu

Медный трипептид · флакон 50 мг

Пробный формат медного пептида. Разводится так же, как флакон 100 мг, и деления шприца те же — отличается только то, на сколько дней хватает: 15 вместо 30.

?

Зачем это. Стимулирует выработку коллагена и эластина, помогает заживлению, улучшает плотность кожи и поддерживает волосяные луковицы.

01

КАК РАЗВЕСТИ

Понадобится **1,5 мл** бактериостатической воды. Ниже — что получится и сколько набирать в шприц.

СКОЛЬКО ВОДЫ	1,5 мл
ЧТО ПОЛУЧИТСЯ	50 мг / 1,5 мл = 33,3 мг/мл
1 ЕД ШПРИЦА U-100	0,33 мг
5 ЕД	1,67 мг — первые 3 дня, проверка переносимости меди
10 ЕД	3,33 мг — рабочая доза
15 ЕД	5,0 мг — интенсив, только по показаниям

i

Раствор станет прозрачно-синим. Это нормальный цвет медного комплекса, а не брак.

02

РАЗВЕДЕНИЕ ПО ШАГАМ

1

Достаньте флакон из холодильника. Дайте ему постоять 10-15 минут при комнатной температуре. Холодный порошок растворяется дольше и хуже.

2

Протрите резиновую пробку. Снимите пластиковый колпачок, протрите пробку спиртовой салфеткой и подождите 10-15 секунд, пока спирт высохнет. Больше пробку ничем не трогайте.

- 3 **Наберите 1,5 мл воды.** Обычным шприцем на 3-5 мл наберите 1,5 мл бактериостатической воды. Именно бактериостатической — в ней есть консервант, и раствор можно хранить. В обычной стерильной воде консерванта нет, такой раствор хранить нельзя.
- 4 **Вливайте воду по стенке флакона.** Проколите пробку под углом и выпускайте воду медленно, тонкой струёй по стенке — 20-30 секунд. Нельзя лить струёй прямо на порошок: он вспенится и частично испортится.
- 5 **Дайте вакууму втянуть остаток.** Не вынимайте иглу сразу. Флакон сам подтянет воду. Только после этого достаньте шприц — иначе часть раствора выплеснет обратно.
- 6 **Растворите вращением, не тряской.** Медленно покатайте флакон между ладонями 30-60 секунд и оставьте на 5-10 минут. **Трясти нельзя.** Раствор должен стать полностью прозрачным, без крупинок на дне.
- 7 **Подпишите дату.** Напишите на этикетке день, когда развели. Храните в холодильнике при +2...+8 °C. Замораживать нельзя — пептид разрушится навсегда.
- 8 **Набирайте дозу инсулиновым шприцем.** Каждый раз новым одноразовым шприцем U-100 со впаянной иглой (30G-31G, 6-8 мм). Обычно это 10 ЕД. Согрейте шприц в ладони 1-2 минуты перед уколом — так менее чувствительно.

03 СХЕМА ПРИЁМА

ДНИ	ДОЗА	НА ШПРИЦЕ	ЗАЧЕМ
1-3	1,67 мг	5 ЕД	проверяем, как переносится медь: жжение, зуд, краснота
4-15	3,33 мг	10 ЕД	рабочая доза

! Одного флакона 50 мг хватает на **15 дней**. Полный курс — 30 дней, значит понадобится **2 флакона**. Разводите второй только тогда, когда закончится первый: раствор живёт 28 дней.

04 КУРС И КОНТРОЛЬ

КУРС	30 дней ежедневно (это 2 флакона по 50 мг)
ПАУЗА	6-8 недель обязательно
ПОВТОР	После паузы можно повторить. Если суммарно вышло больше 60 дней — сдайте кровь на медь и церулоплазмин

05 ЧТО КУПИТЬ НА КУРС

#	ЧТО	СКОЛЬКО	ЗАЧЕМ
1	Флакон GHK-Cu 50 мг	2 шт	на курс 30 дней
2	Бактериостатическая вода	1 ампула	на флакон нужно 1,5 мл, ампулы 3 мл хватает на два
3	Шприц 3-5 мл для разведения	1 шт	только чтобы развести порошок
4	Спиртовые салфетки	35 шт	протирать пробку и кожу перед каждым уколом
5	Инсулиновые шприцы U-100	30 шт	по одному в день, новый каждый раз

! Берите шприцы со впаянной иглой. У шприцев со съёмной иглой в носике остаётся «мёртвая зона» — при каждом уколе там пропадает до 10-15 % раствора. За курс это несколько инъекций, выброшенных впустую.

06 КАК КОЛОТЬ

СОВЕТ 1

Куда колоть

Подкожно, в складку жира. Лучше всего — бока талии или внешняя сторона бедра. Зону вокруг пупка лучше не трогать, там чувствительнее.

СОВЕТ 2

Будет щипать — это норма

Медь делает раствор кисловатым, поэтому в месте укола жжёт, краснеет или чешется 10–30 минут. Это реакция кожи, а не аллергия.

СОВЕТ 3

Меняйте место каждый день

Иначе появятся уплотнения. Просто чередуйте точки.

СОВЕТ 4

Если сильно чешется

За час до укола можно принять антигистаминное (Эриус, Зодак) или намазать кожу вокруг точки Фенистилом. На саму точку прокола гель не наносить.

07

ХРАНИЕ

ПОРОШОК

До разведения

Тёмное место, комнатная температура. В морозилке — дольше. Кратковременный нагрев в дороге сухому порошку не вредит.

РАСТВОР

После разведения

Только холодильник, +2...+8 °С, до 28 дней. Не в морозилку и не в дверцу, где температура скачет.



Замораживать раствор нельзя. Заморозка разрушает пептид необратимо — такой флакон только выбросить.

08

КОМУ НЕЛЬЗЯ

- ✗ **Болезнь Вильсона-Коновалова и другие нарушения обмена меди**
Подкожная медь минует контроль ЖКТ — категорически нельзя.
- ✗ **Онкология сейчас или недавно**
GHK-Cu усиливает рост сосудов и деление клеток.

✗ **Беременность и грудное вскармливание**

Курс не проводится.

✗ **Аллергия на медь**

Курс не проводится.



Когда остановиться. Жжение и зуд в месте укола — обычное дело. Но если отёк нарастает, сыпь пошла за пределы места укола или стало трудно дышать — прекратите и обратитесь к врачу.



Информация носит справочно-образовательный характер, отражает опыт сообщества и не является медицинской рекомендацией. Товары реализуются как материалы для лабораторных исследований. Не для диагностики, лечения или профилактики заболеваний. Перед применением проконсультируйтесь с врачом, учитывайте противопоказания. Материал подготовлен при участии научного консультанта — врача Садыковой Айгерим Нурлановны.