

СТИМУЛЯЦИЯ СВОЕГО ГОРМОНА РОСТА · СОН, ВОССТАНОВЛЕНИЕ

Ипаморелин

Ipamorelin · флакон 10 мг

Мягкий стимулятор собственного гормона роста. В отличие от многих аналогов не поднимает кортизол и пролактин, поэтому переносится спокойно.

? **Зачем это.** Качественное восстановление, глубокий сон и поддержка мышечной массы — за счёт выброса собственного гормона роста, а не введения чужого.

01 КАК РАЗВЕСТИ

Понадобится **2 мл** бактериостатической воды. Ниже — что получится и сколько набирать в шприц.

СКОЛЬКО ВОДЫ	2 мл
ЧТО ПОЛУЧИТСЯ	10 мг / 2 мл = 5 мг/мл
1 ЕД ШПРИЦА U-100	50 мкг
4 ЕД	200 мкг — мягкий старт
6 ЕД	300 мкг — рабочая доза
10 ЕД	500 мкг — максимум, только опытным

i Раствор должен быть полностью прозрачным и бесцветным.

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 2 мл воды.** Обычным шприцем на 3–5 мл наберите 2 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 6 ЕД. Согрейте шприц в ладони 1–2 минуты перед уколом — так менее чувствительно.

03 СХЕМА ПРИЁМА

СХЕМА	ДОЗА В СУТКИ	НА ШПРИЦЕ	НА СКОЛЬКО ХВАТИТ ФЛАКОНА
Лайт	200 мкг	4 ЕД	50 дней. Новичкам и на первые 3–5 дней любого курса
Стандарт	300 мкг	6 ЕД	33 дня. На курс 8 недель нужно 2 флакона
Экстра	500 мкг	10 ЕД	20 дней. Только опытным, делить на 2 приёма

! Колоть **перед сном, натошак** — минимум через 2 часа после еды. Еда, особенно углеводы и жиры, гасит выброс гормона роста. Стандартную дозу можно разбить на два приёма: утром натошак и перед сном.

04 КУРС И КОНТРОЛЬ

КУРС	8 недель
ПАУЗА	2-4 недели
АНАЛИЗЫ	IGF-1 до курса и через 4 недели, глюкоза натошак
С ЧЕМ СОЧЕТАЮТ	Готовая связка CJC-1295 + Ипаморелин, Тирзепатид (сохранить мышцы на дефиците), Эпиталон (сон)

05 ЧТО КУПИТЬ НА КУРС

#	ЧТО	СКОЛЬКО	ЗАЧЕМ
1	Флакон Ипаморелина 10 мг	2 шт	на курс 8 недель по схеме «Стандарт»
2	Бактериостатическая вода	1 ампула	по 2 мл на флакон
3	Шприц 3–5 мл для разведения	1 шт	только чтобы развести порошок
4	Спиртовые салфетки	60 шт	протирать пробку и кожу перед каждым уколом
5	Инсулиновые шприцы U-100	56 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 на животе или бедре, меняя место каждый день.

СОВЕТ 2

Когда колоть

Перед сном на пустой желудок. Не есть за 2 часа до и хотя бы 30-40 минут после.

СОВЕТ 3

Первые дни

Возможна лёгкая головная боль и сонливость — обычно проходит за несколько дней.

СОВЕТ 4

Зуд в месте укола

Бывает, проходит сам. Помогает смена места и тёплый раствор.

07

ХРАНЕНИЕ

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 °C, 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



Активные онкологические заболевания

Стимуляция гормона роста противопоказана.

✗ **Беременность и грудное вскармливание**

Курс не проводится.

! **Когда остановиться.** Если появились стойкие отёки, онемение в кистях по утрам или скачки сахара — снизьте дозу и покажитесь врачу.

i 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.