

### Questions fréquemment posées

#### À Quoi Renvoie LifeVantage® Ic Bright™?

LifeVantage IC Bright est un supplément de gélule contenant de la lutéine, de la zéaxanthine, des oméga-3 et d'autres nutriments conçus pour soutenir votre santé oculaire.

#### Pourquoi Devrais-Je Prendre Ic Bright?

IC Bright vous fournit des nutriments essentiels qui pourraient manquer dans votre alimentation, pourtant indispensables pour des yeux et une vision sains. Ces nutriments sont nécessaires à votre corps pour stocker le pigment maculaire et soutenir des rétines saines. Ce pigment est important pour filtrer la lumière bleue, qui est une lumière à haute énergie pouvant causer de la fatigue oculaire et la sécheresse oculaire.

Les appareils numériques et certains types d'éclairage sont des sources de lumière bleue. Selon certaines estimations, les adultes passent de 11 à 19 heures par jour devant un appareil numérique. Pendant le temps passé sur les ordinateurs et les téléphones intelligents, le temps passé à regarder la télévision ou à travailler sous des lumières DEL ou fluorescentes pendant plusieurs heures par jour, vos yeux pourraient être exposés à un niveau presque constant de lumière bleue.

IC Bright peut aider à améliorer les niveaux de pigments maculaires régénérés pour filtrer la lumière bleue et fournir des nutriments essentiels pour la santé oculaire.

#### What are the key ingredients in IC Bright?

- 20 mg lutéine
- 4 mg de zéaxanthine
- 10 mg de gluconate de zinc
- 125 mg de vitamine C
- 5 mcg de vitamine D3
- 250 mg d'acides gras oméga-3 (50 mg de DHA)
- 1 mg de gluconate de cuivre
- 20 mg de vitamine E
- 50 mg de poudre de myrtille - myrtille européenne (*Vaccinium myrtillus*)

#### Quelle Est La Dose Recommandée Pour Ic Bright?

Prendre 2 gélules par jour avec ou sans nourriture.

#### Combien De Portions Y A-T-Il Dans Chaque Bouteille?

Vous obtenez 30 portions par bouteille.

#### IC Bright Rendra-T-Il Mes Yeux Plus Brillants ?

Cela ne rendra pas vos yeux différents, mais ils pourraient sembler plus brillants lorsque votre fatigue oculaire est réduite.

#### Dois-Je Prendre Ic Bright Avec De La Nourriture?

IC Bright contient des nutriments liposolubles. Il est donc mieux absorbé si vous le consommez avec un repas contenant des graisses saines. Les oméga-3 contenus dans le produit favorisent également l'absorption.

#### Y A-T-Il Des Allergènes Connus Dans Ic Bright?

Les allergènes possibles sont la gélatine de poisson (gélule), la lécithine de soja et l'huile de morue. Le gluconate de cuivre peut avoir des dérivés du maïs.

#### Quels Sont Les Avantages De La Lutéine Et Du Zéaxanthine?

Provenant de marigolds, ces caroténoïdes à pigmentation jaune s'accumulent de façon sélective dans vos yeux pour reconstituer la densité optique du pigment maculaire. Votre pigment maculaire filtre la lumière bleue pour agir comme des lunettes internes bloquant le bleu.

#### Quels Sont Les Avantages Du Gluconate De Zinc?

Le zinc est un antioxydant qui aide votre corps à absorber et à utiliser la vitamine A.

#### Quels Sont Les Avantages De La Vitamine C?

IC Bright est une excellente source de vitamine C antioxydante.

#### Quels Sont Les Avantages De La Vitamine D?

Il a été démontré que la vitamine D est un nutriment important et qu'elle manque souvent dans les régimes alimentaires partout dans le monde.



### *Quels Sont Les Avantages Des Acides Gras Oméga-3?*

Votre rétine contient une forte concentration d'acide gras oméga-3 DHA.

### *Quels Sont Les Avantages Du Gluconate De Cuivre?*

Le cuivre et le zinc agissent ensemble pour favoriser une absorption optimale des deux.

### *Quels Sont Les Avantages De La Vitamine E?*

IC Bright est riche en vitamine E, un antioxydant qui aide à protéger les acides gras contre le stress oxydatif.

### *Quels Sont Les Avantages De La Poudre De Myrtille (Bleuet Européen)?*

La myrtille contient des anthocyanines, les antioxydants des fruits bleus, qui vous procurent une protection antioxydante. Elle a une longue histoire d'utilisation traditionnelle pour appuyer une vision claire.

### *IC Bright Est-Il Sans Gluten?*

Oui, IC Bright est sans gluten.

### *IC Bright Est-Il Compatible Avec Les Végétaliens Ou Les Végétariens?*

Non, IC Bright contient de l'huile de poisson.

### *IC Bright A-T-Il Une Saveur?*

IC Bright a une saveur citron-citron vert, la même saveur que celle d'Omega+, qui est un excellent complément à IC Bright.

### *Qui Peut Prendre IC Bright?*

IC Bright offre des avantages universels parce que la vision est une priorité pour tous, et la lumière bleue est partout. IC Bright est recommandé pour les adultes de 18 ans et plus.

### *Mon Enfant Ou Mon Adolescent Peut-Il Prendre IC Bright?*

Cette posologie et le supplément IC Bright n'ont pas fait l'objet d'études pour les enfants ou les adolescents. Pour en savoir plus, veuillez consulter votre professionnel de la santé.

### *Puis-Je Prendre IC Brillant Si Je Suis Enceinte Ou Si J'allaité?*

Nous vous suggérons de consulter votre médecin avant de l'utiliser si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de votre grossesse.

### *Mon Animal Peut-Il Prendre IC Bright?*

Il existe de nombreux compléments de santé oculaire pour animaux de compagnie dont les ingrédients sont similaires à ceux d'IC Bright. Cependant, cette posologie et le supplément IC Bright n'ont pas fait l'objet d'études pour les animaux. Veuillez donc consulter votre vétérinaire avant de donner un quelconque complément à votre animal.

### *Quand Devrais-Je Prendre IC Bright?*

N'importe quand, ça ne dérange pas pour IC Bright. Nous vous recommandons de prendre 1 gélule le matin et 1 le soir, mais vous pouvez prendre les deux softgels en même temps pour plus de commodité.

### *Comment Le Temps Passé Devant Un Écran Affecte-T-Il Mes Yeux Et Mon Sommeil?*

L'exposition à la lumière bleue, surtout pendant les heures précédant le coucher, peut avoir une incidence sur vos rythmes circadiens et perturber vos habitudes de sommeil normales. Une exposition prolongée à la lumière bleue peut provoquer une sensation de sécheresse ou d'irritation des yeux, et certaines personnes signalent des maux de tête.

### *La Lumière Bleue Est-Elle Mauvaise Pour Mes Yeux?*

Pas du tout. La lumière bleue du soleil est ce qui indique à votre corps qu'il est temps de se réveiller. Le matin, elle est utile pour l'attention et l'humeur. Il n'est donc pas nécessaire de porter des lunettes anti-lumière bleue toute la journée. Cependant, notre corps n'a pas été conçu pour une exposition aussi rapprochée et constante. Nos yeux ont donc besoin d'une défense supplémentaire pour s'adapter à notre mode de vie moderne.

Vous pouvez envisager d'ajouter des lunettes anti-lumière bleue le soir ou d'éviter de passer du temps devant un écran une heure ou deux avant le coucher, car c'est à ce moment-là que les écrans perturbent le plus votre sommeil.

