



МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ: МЕНЬШЕ БОЛЕТЬ И ДОЛЬШЕ АКТИВНО ЖИТЬ ПОМОЖЕТ ВАШ ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР «ЭДАС»!



ВРЕМЯ МУДРОСТИ И ЗРЕЛОЙ КРАСОТЫ

ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИН ВОЗРАСТА 50+

Ассортимент российской, социально ориентированной компании «ЭДАС» для здоровья в любом возрасте: **ВЫСОКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ, НИЗКИЕ ЦЕНЫ!**



Жизнь – это путь открытий, и в этом ее основной смысл, начиная с самого нежного детского возраста, и до глубокой старости... Каждый возраст приносит свое, и 50+ – это тоже особенный и не менее прекрасный, чем другие периоды жизни. Становится интересным то, что раньше не понималось, обнаруживается «вдруг» то важное, что раньше не ценилось... Конечно, многим может казаться, что все лучшее уже позади, и поэтому некоторые представительницы прекрасного пола скрывают свои годы. Это понятно, ведь любая женщина, независимо от возраста, хочет быть привлекательной, и особенно в преддверии весеннего праздника 8 марта! Однако, быть счастливой, красивой и жить в гармонии с самой собой вполне возможно, если вовремя позаботиться о своем здоровье.

Зрелый возраст имеет массу преимуществ – жизнь становится более размеренной, появляется время для того, чтобы заняться своей внешностью для поддержания красоты, для спокойных регулярных прогулок, для адекватных возрасту занятий спортом. Женщину зрелого возраста отличают мудрость, уверенность и любовь к себе, причем это признак здоровой самооценки, а не высокомерия. Это помогает спокойно относиться к жизненным проблемам и дает возможность оставаться самой собой в любых отношениях. Но, кроме этих приятных бонусов, наступление зрелости характеризуется определенными особенностями в организме – в первую очередь уменьшается количество женских гормонов эстрогенов, что влечет за собой изменения в работе всех органов и систем. Вегетативно это проявляется приливами, повышением потливости, эмоциональной лабильностью, перепадами АД. Замедляется обмен веществ, нарушается холестериновый обмен и ухудшается состояние сосудов, организм интенсивнее теряет кальций, что чревато остеопорозом. Но, если женщина следит за собой, придерживается принципов здорового образа жизни, соблюдает питьевой режим, правильно питается и старается жить в режиме оптимизма, то возрастные изменения проходят для неё с наименьшими потерями.

Организация правильного режима питания и снижение его калорийности имеет особенное значение в связи с возрастным замедлением обмена веществ, поэтому надо соблюдать некоторые правила питания. Быстрые углеводы подходят для завтрака, поскольку утром нужно «запустить» все обменные процессы в организме. Лучший завтрак – это каша из крупы не быстрого приготовления с добавлением фруктов или ягод, которые хорошо усваиваются в 1-й половине дня. Овощные блюда лучше есть днем и ранним вечером, а белковую пищу (нежирные мясо и рыбу, орехи, кисломолочную продукцию) употреблять во 2-й половине дня, на обед и ужин. Способы приготовления должны быть щадящими, пищу надо не жарить, а варить или готовить на пару. Если нет противопоказаний, хорошо включать в рацион семена льна и кунжута, различные растительные масла, в т.ч. льняное и оливковое. Питьевой режим не менее важен, и воды надо употреблять примерно из расчета 25-30 мл на 1 кг веса в сутки. Для поддержания функций органов ЖКТ рекомендуется прием натуральных гомеопатических препаратов **ГЕПА ЭДАС-953 гранулы** и **ГАСТРОПАН ЭДАС-954 гранулы**.

Несбалансированное питание часто приводит к излишкам веса и нарушению липидного (жирового) обмена. Эта проблема особенно актуальна для женщин старшего возраста – по статистике, у 75% женщин старше 45

лет регистрируется избыток веса. Кроме неправильного питания, причиной может быть эндокринная патология вследствие возрастных изменений, когда женский организм, в котором и так немало жиров, начинает «обрастать» ими более прежнего. Конечно, диета является необходимым условием для похудения, но этого недостаточно. Нужны еще дозированные физические нагрузки, недлительные и не слишком тяжелые, но обязательно регулярные! Уменьшить чувство голода, улучшить процессы пищеварения и нормализовать липидный обмен помогут комплексные гомеопатические препараты **ГРАЦИОЛ ЭДАС-107 капли** и **АЛИПИД ЭДАС-907 гранулы**. Курс лечения не менее 3 месяцев, с предварительным очищением организма от шлаков и токсинов с помощью комплексных препаратов **КАРСАТ ЭДАС-136 капли** или **ЭДАС-936 гранулы**, которые нужно принимать не менее 4 недель.

Нервная система женщин старшего возраста очень чувствительна к любым резким изменениям в жизни, в т.ч. к таким колебаниям погоды, которыми нас «радует» зима. Кроме того, известно, что многие заболевания возникают в результате хронических стрессов – а в жизни любой женщины их более чем достаточно! Справиться с результатами негативных воздействий и наладить сон поможет гомеопатический натуральный препарат **ПАС-СИФЛОРА ЭДАС-111 капли** или **ЭДАС 911 гранулы**, а поддержать женскую эндокринную систему в период менопаузы – **ФЕМИНУС ЭДАС-101 капли** или **ЭДАС-901 гранулы**. Лекарства в этом сочетании показаны женщинам старшего возраста при неврозах и неврастении, при стрессовом перевозбуждении нервной системы из-за физических и психических перегрузок. Кроме того, бороться с этими неприятными состояниями помогает комплексный гомеопатический препарат **БЕРТАЛИС ЭДАС-155 капли** или **ЭДАС-955 гранулы**, способствующий активизации энергетического обмена.

Весной кожа у женщин испытывает сильный стресс, ведь ей приходится привыкать к диаметрально противоположным погодным условиям: минусовые температуры сменяются теплом, солнце все сильнее проявляет свою, не всегда дружелюбную, активность. Кроме того, весной у женщин старшего возраста кожа становится более сухой, теряет эластичность и гладкость.

Компания «ЭДАС» образовала свой ассортиментный профиль, в основном базируясь на прописях всемирно известных врачей, усовершенствованных врачом-гомеопатом А.Л. Оленевым (1944–2011гг.) и впитавших лучшие достижения мировой и российской гомеопатической практики. Многокомпонентные составы гомеопатических комплексов бренда «ЭДАС» зарегистрированы в установленном порядке, занесены в Государственный реестр лекарственных средств РФ и производятся в Москве на собственной научно-производственной базе под общей торговой маркой «ЭДАС» в 94 наименованиях многокомпонентных гомеопатических лекарственных средств комплексного действия, в 6 лекарственных формах: капли, гранулы, сиропы, масла, мази и оподельдоки.»

*Из статьи академика ЕАЕН, Посла Мира С.Г. Мифтахутдинова
«Гомеопатия уверенно шагает по планете»
(полная версия на сайте WWW.EDAS.RU)*

Ухудшается ее кровоснабжение, из-за чего снижается упругость, кожа воспаляется и даже могут появиться небольшие высыпания аллергического характера. Это происходит от того, что из-за весенней сухости кожи на фоне возрастного замедления процессов регенерации снижается защитная функция дермы. Такое состояние называют возрастным весенним дерматозом, и справиться с ним помогут препараты **АЛЛЕРГОПЕНТ ЭДАС-130 капли** или **ЭДАС-930 гранулы** и **ЧИСТЕЛ ЭДАС-110 капли** или **ЭДАС-910 гранулы**. Кроме того, весной нужен особенно бережный уход за кожей лица:

- умывание мягкой (лучше кипяченой) водой без мыла;
- использование гипоаллергенных косметических средств категории 50+, содержащих гиалуроновую кислоту и витамины А, Е;
- минимальное употребление декоративной косметики.

*Милые дамы, компания «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР» желает вам
мира в душе, приятного праздника и доброй весны!*