



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



ПОДДЕРЖКА ИММУНИТЕТА В УСЛОВИЯХ ВЕСЕННЕГО СТРЕССА



Весна — это, безусловно, долгожданная пора для всех, и мы радуемся теплому солнцу, зеленеющим деревьям и первоцветам. Но, кроме пробуждения природы, это время года может принести с собой и неприятности для здоровья в виде простуды или респираторной вирусной инфекции. Нередко даже те, кто мужественно выдержал зиму без болезней, весной «сдают позиции» и могут начать болеть в том случае, если имеется ослабление иммунитета — ведь пока наша иммунная система в состоянии бороться с угрожающими здоровью факторами, мы защищены от негативных воздействий окружающей среды.

Состояние сниженного иммунитета медики называют «иммунодепрессией», и в группе риска по ее развитию в первую очередь находятся пожилые люди. Как с этим справиться? Конечно, уделить особое внимание укреплению иммунитета, который весной у всех, а особенно у людей старшего возраста, находится в стрессовом состоянии. Чтобы поддержать иммунную систему, необходимо скорректировать питание и поддержать нервную систему, обеспечив себе соответствующий возрасту режим дня с достаточным сном, а также не забывать о том, что знаменитая фраза Аристотеля «Движение — это жизнь, а жизнь — это движение!» и в наше время продолжает оставаться актуальной. И, конечно, не менее важно принимать профилактические натуральные лекарственные препараты, обладающие иммуномодулирующими свойствами — в первую очередь гомеопатические комплексы.

Продукты, поддерживающие иммунитет. Яйца, рыба, овсяная каша и бобовые содержат цинк, необходимый для иммунитета. Свежие огурцы, помидоры, салат и зелень, а также другие овощи в отварном или печеном виде — бесценные источники клетчатки, способствующей выведению из организма токсинов. Кроме того, в них содержатся витамины и минералы, необходимые для эффективной работы иммунной системы. Тыква, морковь, апельсины и другие овощи и фрукты оранжевого и желтого цвета содержат витамины А, Е, С и биофлавоноиды, обладающие противовирусными и антиоксидантными свойствами. Сухофрукты, особенно изюм и курага, содержат большое количество калия и, соответственно, поддерживают работу сердца и стимулируют работу почек. В этом плане полезны и орехи, которые являются не только источником растительного белка, но и богаты полиненасыщенными жирными кислотами, селеном и витамином Е. Для поддержки нормального состава кишечной микрофлоры, участвующей в обеспечении иммунной защиты, нужно вводить в ежедневный рацион повышенное количество кисломолочных продуктов (если нет противопоказаний, определенных лечащим врачом), которые являются источником естественных пробиотиков.

Физическая активность. Конечно, оптимальным для людей старшего возраста, помимо ежедневных прогулок, является плавание. Но, даже если нет времени и денег на бассейн и спортзал — делайте утреннюю зарядку, регулярно устраивайте небольшие пробежки, гуляйте всей семьей, займитесь скандинавской ходьбой или просто ходите пешком там, где раньше пользовались общественным транспортом. В конце концов, поиграйте в прятки

или другие подвижные игры с внуками, вспомнив свое детство. Если есть возможность, практикуйте семейные велосипедные прогулки — это поможет не только вам, но и вашим детям и внукам сохранять молодость и здоровье.

Для стимуляции защитных сил организма современная фармацевтическая промышленность предлагает множество препаратов, созданных для поддержки иммунитета и защиты от ОРВИ. Однако, из великого множества современных иммуномодулирующих и иммуностимулирующих препаратов, стоит обратить внимание на средства народной медицины и гомеопатические комплексные препараты натурального происхождения производства компании «ЭДАС», в течение многих лет успешно применяемые как для лечения, так и для профилактики респираторных заболеваний. **ПРОПОЛАН ЭДАС-150 капли** содержат Эхинацею пурпурную и настойку прополиса и применяются для профилактики и лечения ОРВИ (включая коронавирусную инфекцию) в качестве общеукрепляющего и иммуномодулирующего средства, способствующего повышению защитных сил организма. Используются также в терапии воспалительных заболеваний различной локализации (ангина и хронический тонзиллит, гайморит, отит и пр.) и могут быть показаны при психическом и физическом переутомлении. Антибактериальной, противовирусной, противовоспалительной и иммуностимулирующей активностью данный препарат обладает не в меньшей, а в большей степени по сравнению с аллопатическими препаратами, содержащими эхинацею и прополис. Аллергия на данный препарат отмечается чрезвычайно редко и бывает обусловлена, как правило, наследственно определенной индивидуальной реакцией на продукты пчеловодства. Нельзя не отметить, что для поддержки иммунной активности организма необходимы не только иммуномодуляторы, но и препараты, поддерживающие нервную систему — ведь не даром говорят в народе, что «все болезни от нервов». **ПАССИФЛОРА ЭДАС-111 капли** или **ЭДАС-911 гранулы** позволят при регулярном профилактическом применении поддержать нервную систему в режиме оптимального функционирования и в состоянии адекватного ответа на стрессовые ситуации.



Гомеопатические лекарственные средства производства «ЭДАС» не имеют негативных побочных действий, отпускаются без рецептов и могут применяться как для профилактики, так и для лечения.

«Скептикам, критикующим гомеопатию и не верящим в достоверность исследований, стоит напомнить тот факт, что гомеопатия получила несомненное признание и импульс к развитию во многих странах, в т.ч. и в России в XIX в., благодаря впечатляющим результатам в лечении эпидемических заболеваний, включая холеру, тиф, желтую лихорадку и грипп. Основой развития гомеопатии является лечебная практика, имеющая более чем двухвековой положительный опыт — это сотни тысяч, а может быть, и миллионы спасенных жизней, обретение радости материнства, здоровье детей».

*Из статьи академика ЕАЕН,
Посла мира С.Г. Мифтахутдинова
«Гомеопатия уверенно шагает по планете:
ВОЗ признала гомеопатию
второй по величине медицинской системой мира»
(полная версия на сайте WWW.EDAS.RU)*

АПТЕЧКА ПРИРОДНОГО ДОКТОРА

ПРИ СТРЕССАХ И НЕВРОЗАХ

✓ **ПАССИФЛОРА ЭДАС-111 капли или ЭДАС-911 гранулы**

Рекомендуется для коррекции состояния нервной системы при стрессах, неврозах, астеноневротическом синдроме; при повышенной тревожности, гипертонии, депрессивных эпизодах и повышенной агрессивности.



НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

НАШИ г. Москва, ул. Люсиновская, д. 39, стр. 2
АПТЕКИ: г. Москва, ул. Большая Серпуховская, д. 10/9
В наших аптеках проводятся бесплатные консультации врачей по препаратам «ЭДАС».

УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ по телефону **8-800-333-55-84**
Звонок бесплатный