



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



**Глубокоуважаемый Георгий Иванович!
Поздравляем Вас с Юбилеем –
возрастом мудрости и достижений!**

Пусть каждый новый день насыщает Вас теплом родных и близких, пониманием и поддержкой коллег! Пусть Ваша созидательная успешная деятельность во главе ветеранов Москвы окрыляет и придает Вам неисчерпаемые силы для новых свер-

шений! Пусть наше многолетнее плодотворное сотрудничество во имя активного долголетия москвичей и впредь успешно продолжается! Желаем Вам крепкого здоровья и на долгие годы быть твердой опорой гармоничного развития МГСВ и нашего созидательного сотрудничества!

**От имени трудового коллектива компании «ЭДАС»
и себя лично С.Г. Мифтахутдинов**

ЛЕТНИЕ ПРОБЛЕМЫ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ

*Ответы врача
на актуальные
вопросы*



«Лето – это маленькая жизнь...», – так поется в известной песне Олега Митяева. И действительно, в теплое время года жизнь кажется приятнее, интереснее и, конечно, вкуснее. И это совершенно оправдано: вкуснейшие и полезные ягоды, фрукты и овощи на столе в ежедневном рационе, а в выходные шашлыки на природе или пикник на зеленой травке в парке!.. Но такое резкое изменение типа питания может иметь как немедленные, так и отдаленные последствия в виде проблем с пищеварением... А это, в свою очередь, не может не обернуться негативом для состояния здоровья людей старшего возраста, особенно переболевших коронавирусной инфекцией. На актуальные вопросы по теме отвечает врач-консультант АКЦ «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР» Н.В. Артёменкова.

Почему летом часто бывают пищевые отравления?

Действительно, отравление является одной из актуальных летних проблем с пищеварением, и вызвано оно может быть разнообразными причинами. В первую очередь это нарушение правил личной гигиены, поскольку летом на даче люди нередко пренебрегают мытьем рук в силу того, что часто перекусывают прямо на улице. Кроме того, сама уличная или пляжная еда – пирожки, шашлыки, шаурма и т.д. – зачастую бывает не слишком свежей, но слишком жирной и некачественно приготовленной. Да и продукты в теплое время портятся быстрее, и это может произойти везде: в магазине, на рынке, в кафе, у нас на кухне и тем более во время доставки на дом из ресторанов и кафе. Еще одна причина – потребление большого количества свежих овощей и

фруктов, не всегда тщательно промытых, а иногда вообще сорванных прямо с куста или грядки. Этого бывает достаточно, чтобы заполучить пищевую токсикоинфекцию. А из пищевых интоксикаций самым страшным можно назвать отравление грибами. Случается это не так уж редко, ведь поздним летом многие любят сходить в лес по грибы, но не все способны отличить ядовитый гриб от съедобного, вот и получают серьезное отравление.

Что такое пищевая токсикоинфекция? Как мы уже выяснили, чаще всего это проблемы грязных рук и неправильного хранения продуктов, несоблюдения гигиены приема пищи и перекусы на улице едой низкого качества, а также употребления воды из сомнительных источников. Отравления проявляются симптомами гастроэнтерита: тошнота, рвота, диарея, головная боль

и боль в животе, слабость, повышение температуры тела. То есть, это заболевание, которое может быть следствием отравления токсинами, выделяемыми микроорганизмами (вирусы, бактерии или простейшие), и, соответственно, вызывающими в организме инфекционную интоксикацию. Первые симптомы гастроэнтерита совпадают с признаками обычного отравления, однако к ним добавляются температура до 39°C и сильная слабость, головная боль и сильная боль в области живота. Тошнота и рвота могут наблюдаться дольше суток, диарея длится до 6-7 дней в зависимости от тяжести состояния. При проявлении данных симптомов, особенно у людей пожилого возраста, необходимо незамедлительно обратиться к врачу, а не лечиться самостоятельно. Врач назначит лекарства и даст рекомендации по питанию – выдерживание голодной чайно-водной паузы, соблюдение строгой диеты без потребления жирных, жареных, копченых, сладких блюд, с включением легкого киселя, крепкого подслащенного чая и твердого хлеба (простые сухари, сушки). В любом случае надо пить больше воды, чтобы вывести токсины из организма и избежать эксикоза (обезвоживания), которое проявляется сильной сухостью во рту, учащенным сердцебиением и головокружением. В такой ситуации необходима скорая медицинская помощь, а вот после нормализации состояния нужны пробиотики и пребиотики, а также гомеопатические комплексные лекарственные препараты, которые отпускаются без рецепта врача и помогают нормализовать состояние органов ЖКТ.

Почему при питании овощами и фруктами бывают запоры?

Даже при питании большим количеством овощей и фруктов в рационе частым состоянием расстройства кишеч-

ника у пожилых людей является запор – отсутствие самостоятельного стула в течение более 48 часов, затрудненный и болезненный акт дефекации измененным по консистенции и по форме калом. Причиной запоров летом, особенно в жару, часто бывает нехватка в организме воды – даже при привычном количестве выпиваемой жидкости ткани и органы страдают от ее недостаточности, так как вода избыточно теряется за счет обильного потоотделения. Кроме того, у людей пожилого возраста риск возникновения запора может быть повышен за счет излишнего увлечения крепким чаем и кофе, а малоподвижный образ жизни и недостаточность физической активности усугубляют проблему. При подобных состояниях, особенно если они сопровождаются хроническими заболеваниями ЖКТ, рекомендуется применять гомеопатический комплексный препарат **ДЕФЕКОЛ ЭДАС-124 капли (ЭДАС-924 гранулы)**. Кстати, это средство помогает и при геморрое, который часто наблюдается у людей пожилого возраста, страдающих запорами.

Гомеопатические средства для улучшения пищеварения.

Поддержать функции печени и желчного пузыря, избежать обострений хронического холецистита, гепатита, дискинезии желчевыводящих путей и желчнокаменной болезни помогут **ХОЛЕТОН ЭДАС-113** и **ГЕПАТОН ЭДАС-129 капли, ГЕПА ЭДАС-953 гранулы**. Предупредить приступ гастрита, гастродуоденита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, в том числе с сопутствующим панкреатитом, помогут капли **КАЛИРИС ЭДАС-114** и **гранулы ГАСТРОПАН ЭДАС-954**. Однако, эта помощь будет действенной только в том случае, если пациент соблюдает диету, предписанную ему лечащим врачом.



АПТЕЧКА ПРИРОДНОГО ДОКТОРА

НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

- ✓ **КАЛИРИС ЭДАС-114 капли**
Уменьшает боль и чувство дискомфорта в области желудка при гастрите, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, в т. ч. при сопутствующем панкреатите.
- ✓ **ГАСТРОПАН ЭДАС-954 гранулы**
Применяется для лечения острого и хронического гастрита, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, панкреатита. Активен в отношении *Helicobacter pylori*.
- ✓ **ДЕФЕКОЛ ЭДАС-124 капли или ЭДАС-924 гранулы**
Показан не только при склонности к задержке стула, но и при упорных запорах, сопровождающихся болевым синдромом.
- ✓ **ГЕПА ЭДАС-953 гранулы**
Способствует нормализации работы печени и желчевыводящих путей при функциональных нарушениях, гепатите и циррозе печени.



Качество, проверенное временем!

НАШИ АПТЕКИ: г. Москва, ул. Люсиновская, д. 39, стр. 2. (новая)
г. Москва, ул. Большая Серпуховская, д. 10/9.

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