

НОВОСТИ КОМПАНИИ

Врачи лечат болезни,
а здоровье нужно
добывать самому.
Н.Амосов

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

Май 2015 г.

Здоровье ваших костей

Остеопороз – прогрессирующее заболевание, при котором снижается плотность костей и нарушается их структура. Кости становятся тонкими и хрупкими, что чревато переломами.

Слово "остеопороз" означает "пористые кости". Причина его – нарушение обмена веществ в костной ткани, когда процессы разрушения преобладают над процессами костеобразования.

И что особенно опасно – остеопороз развивается постепенно и долго остается незамеченным. Именно поэтому его называют "молчаливым вором". А ворует он кальций из наших костей.

По данным ВОЗ, около 35% травм женщин и 20% травм мужчин связаны с остеопорозом. Переломы бедренной кости занимают 4-е место среди всех причин инвалидности и смертности.

В Европе смертность от переломов при остеопорозе превышает онкологическую смертность. Женщины после 45 лет проводят больше времени в больнице с остеопорозом, чем по поводу сахарного диабета, инфаркта миокарда и рака молочной железы.

В России из-за остеопороза происходит 3,8 млн. случаев переломов позвонков в год. Каждую минуту ломаются 7 позвонков, а каждые пять минут у кого-то случается перелом шейки бедра. Последняя травма – наиболее тяжелая. Смертность в течение первого года после нее в некоторых городах России достигает 52%.

Факторы риска остеопороза весьма разнообразны: гиподинамия, преклонный возраст, лишний вес, эндокринные нарушения (ранняя менопауза, аутоиммунный тиреозит, удаленная щитовидка, заболевания надпочечников), нездоровый образ жизни (курение, алкоголизм, злоупотребление кофе, малая физическая активность), долгий прием лекарств.

Долгие годы считали, что остеопороз – не болезнь, а старость. Но старость и остеопороз – совершенно разные вещи. Старость – это естественный физиологический процесс, а остеопороз – болезнь. Эту болезнь можно лечить и предупреждать.



**ОСТЕОПОРОЗ –
одно из самых
распространенных
в мире заболеваний.**

Что влияет на здоровье костной ткани

Скудный рацион питания, возрастные гормональные изменения, недостаток физических упражнений – все это вызывает потерю кальция в организме, что ведет к нарушению плотности кости, остеопорозу и увеличению риска переломов.

Для того, чтобы кости были здоровы, очень важны полноценное питание, здоровый образ жизни и правильная физическая нагрузка.

Для формирования костей нужен кальций. Он нужен и для передачи нервных сигналов, и для сокращения мышц. Особенно важно укреплять костную ткань в пожилом возрасте, когда снижается усвоение кальция и идет его вымывание из костей. Как результат, возникают частые переломы.

Дополнительное потребление кальция улучшает структуру кости. Но дело не только в кальции. Для формирования костной ткани необходимо много других веществ. Для здоровья костной ткани наиболее важны:

- Достаточное количество коллагенового белка. Прекрасным источником белка служат продукты NSP **Смарт Мил** и **Нутри Берн**.

- Витамины: А, К, С, В2 и В6. В продуктах питания их не достаточно. Поэтому нужно принимать их дополнительно.

- Минералы: кальций и магний (особо важны), а также бор, калий, кремний, марганец, медь, цинк, фтор, сера.

В состав кости также входит магний. К тому же, его дефицит ведет к головным болям, хронической усталости, депрессии, судорогам. Нормальный уровень магния помогает быстро преодолеть стрессы и нервные перегрузки.

Кальций и магний нужны детям для укрепления костей при росте, а также женщинам, особенно при беременности, кормлении грудью, менопаузе.

Программа поддержки костной системы

Схематически данную программу можно представить в виде основного стартового набора (базы). Далее идет расширение, что дополняет базу и необходимо

**Особая опасность
остеопороза в том, что
он развивается
постепенно и долго
остается незамеченным.**

для коррекции программы в случае наличия болей. Все это вместе превращает программу в эффективную систему оздоровления.

Комплекс "Здоровье Ваших костей" – комплексная программа восстановления, рассчитанная на 3 месяца.

НАБОР "Здоровье Ваших костей"



Стартовой набор программы – это та **БАЗА**. **БАЗОВЫЙ** набор включает в себя:

1. **Остео Плюс** – базовый продукт – источник кальция, магния, меди, цинка и бора.

2. **Кальций Магний Хелат** – дополнительный источник кальция и магния.

3. **Магний Хелат** – дополнительный источник магния.

4. **МСМ** – источник органической серы.

Эти продукты подобраны так, что в сумме они составляют необходимое количество ключевых элементов для улучшения состояния плотности костной ткани.

Остео Плюс обеспечивает поддержку костно-суставного аппарата. Он содержит витамины (D, B6, B12), помогающие восстанавливать коллаген, минералы (кальций, магний, фосфор, железо, цинк, марганец, медь, бор), участвующие в формировании костной ткани. В его состав также входят хвощ, папайя, петрушка, ананас, валериана, солодка, бетаин.

Хвощ оказывает противовоспалительное, бактерицидное действие, является источником кремния, благодаря которому стимулирует регенерацию соединительной и костной ткани.

Папайя помогает восстанавливать соединительную ткань при остеохондрозе, артрозе, артрите, церебральном и спинальном арахноидите.

Петрушка стимулирует активность гладкой мускулатуры, оказывает антибиотическое действие.

Ананас уменьшает суставные и мышечные боли.

Валериана обладает успокаивающим, спазмолитическим действием.

Бетаин – витаминоподобное вещество, производное холина, сильный метилирующий агент.

Солодка обладает

противовоспалительным действием, показана при ревматических суставных болях.

Кальций Магний Хелат – уникальная формула, обеспечивающая оптимальное количество кальция, магния и фосфора в легкоусвояемой (хелатной) форме.

Соотношение кальция, магния и фосфора в препарате оптимальное, что важно для их обмена. Кальций Магний Хелат содержит витамин D3, который способствует усвоению кальция и помогает восстановлению костной ткани, а также люцерну, которая содержит витамин D2 и фитоэстрогены, помогающие восстанавливать костную ткань у женщин в период менопаузы.

Магний Хелат – дополнительный источник магния, который нужен для формирования костной и соединительной ткани, регуляции работы нервной системы и тонуса гладкой мускулатуры.

О дефиците магния свидетельствует: нарушения сна, повышенная раздражительность, необъяснимая тревога, повышенная утомляемость, спазмы икроножных мышц.

Потребность в магнии увеличивается при потливости, частом употреблении слабительных и мочегонных, алкоголя, при больших психических и физических нагрузках (в первую очередь при стрессах и у спортсменов).

МСМ – источник органической серы. Сера нужна для формирования хрящевой ткани, входит в состав структурных компонентов хряща и суставов.

МСМ оказывает противовоспалительное действие, предотвращает и облегчает воспаление при артрите, растяжении связок, тендовагините, бурсите.

Укрепляет мышцы, противодействует формированию сколиоза в период активного роста, уменьшает мышечные боли и устраняет судороги мышц;

Сера незаменима для организма человека. Она входит в состав ряда аминокислот и является компонентом белков (в том числе коллагена).

Сера входит в состав соединительной ткани практически всех органов и тканей. Она стимулирует выработку суставной жидкости, повышая подвижность суставов и прочность связок, снижает риск судорог и воспаления суставов, уменьшает травматическую боль.

Постоянное пополнение запасов серы необходимо для поддержания целостности соединительной ткани.

Кроме того, МСМ способствует здоровью зубов, кожи, ногтей и волос, устраняет болевой синдром при воспалительных заболеваниях. Особенно эффективен этот продукт при поражении костно-мышечной системы.

МСМ рекомендуется спортсменам после физических нагрузок для снятия

Почти треть прекрасной половины человечества страдает от остеопороза.

онемения, болевых ощущений и напряжения в мышцах.

Как составить личную программу

Составить личную программу поддержки опорно-костной системы очень легко. Берете БАЗУ. И если есть другие симптомы, добавляете к Базе другие продукты для проработки этого симптома и поддержки своего организма.

Помните, что эффективное оздоровление костной системы возможно только на фоне оздоровленного желудочно-кишечного тракта.

Здоровье пищеварительной системы – основа здоровья организма в целом.

1-2 МЕСЯЦЫ ПРОГРАММЫ

Жалоб нет либо незначительные боли после физической нагрузки – **БАЗА: Остео Плюс** по 1 таб. x 2 раза в день. **Кальций Магний Хелат** по 1 таб. x 2 раза в день. **Магний Хелат** по 1 капс. x 1 раз в день. **МСМ** по 1 таб. x 1 раза в день.

Климакс, менопауза – **Баз** + продукты для поддержки гормонального фона (**Дикий Ямс**, **Эф Си с Донг Ква**, **Си Экс** или Крем с диким ямсом **Pro-G-Yam**). Алгоритм подбора этих продуктов см. ниже.

Боли в покое или при ежедневных рутинных физических нагрузках – **Баз** + **Босвеллия Плюс** по 2 капс. x 2 и более раз в день до достижения обезболивающего эффекта.

Эффективность и комфортность прохождения программы будет увеличена за счет продуктов для местного применения: крем

EverFlex, Бальзам с маслом чайного дерева **Relaxing TT Oil**, Лосьон для массажа **Tei Fu**.

3-й МЕСЯЦ ПРОГРАММЫ

БАЗА: Остео Плюс по 1 таб. x 1 раза в день. **Кальций Магний Хелат** по 1 таб. x 1 раза в день. **Магний Хелат** по 1 капс. x 1 раз в день. **МСМ** по 1 таб. x 1 раза в день.

Для усиления программы используйте Продукты из набора "Здоровье с NSP круглый год".

Начиная с 3-го месяца программы можно приступить к оздоровлению хрящевой ткани в суставах и позвоночнике.

Поддержка гормонального фона

Поддержка гормонального фона женщины в период менопаузы имеет особое значение. Ибо клетки, что воспроизводят костную ткань, гормонозависимы. Поэтому эффективная реминерализация костной ткани возможна только при поддержке гормонального фона женщины в этот непростой период.

Выбор продукта зависит от типа фигуры женщины:

- Для женщины гиперстенического телосложения ("крупной кости"), что склонна к лишнему весу и повышенному давлению, продукт выбора – **Дикий Ямс**.

- Для женщины нормостенического телосложения нормальной массы тела и с незначительными колебаниями давления либо без них, продукт выбора – **Эф Си с Донг Ква**.

- Для женщины астенического телосложения ("мелкой кости") с дефицитом (нормальной) массой тела и пониженным (нормальным) давлением, продукт выбора – **Си-Экс**.

Для коррекции неустойчивого эмоционального фона полезно использовать **Восьмерку**.

Замечательным продуктом, поддерживающим гормональный фон женщины как на этапе менопаузы, так и в значительно более раннем возрасте, является Крем с диким ямсом **Pro-G-Yam**.

Часто женщины, исходя из собственного опыта, применяют сочетание вышеуказанных продуктов.

Желаем вам ЗДОРОВЬЯ и ДОЛГИХ ЛЕТ жизни!

Стартовый набор для партнеров компании NSP сейчас идет по специальной цене с общей скидкой.

Позаботьтесь о себе и своих близких!



По всем вопросам обращайтесь к **Введенской Надежде**:
Тел.: 067-477-28-22.

e-mail: nadved@ukr.net
<http://www.nad-nsp.narod.ua>
<http://www.salus.at.ua>