

АЛЬТЕРНАТИВА

МЕНОВАЛЕН



Комбінований препарат рослинного походження
(ліпофільний комплекс валеріани та м'яти)

ПОКАЗАННЯ ДЛЯ ЗАСТОСУВАННЯ:

 **нервові збудження**
 **неспокій**

 **дратівливість**
 **розлади сну**

www.bhfh.com.ua

(044) 205-41-23 (консультація); 406-03-08 (аптека)

Побічні реакції виникають рідко, є оборотними, розвиваються зазвичай при застосуванні препарату протягом тривалого часу та значному перевищенні рекомендованих доз.

Перед застосуванням необхідно ознайомитися з інструкцією та проконсультуватися з лікарем. Зберігати в недоступному для дітей місці.

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ
ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Хорошая
закалка

Стрессоустойчивость – сегодня, пожалуй, одно из самых востребованных качеств при приеме на работу. И те, кто им обладает, выигрывают во всех отношениях. Не нервничать по пустякам, уметь управлять своим внутренним состоянием – значит соответствовать духу времени и... не болеть.

Наш консультант: терапевт, врач семейной медицины Игорь Бурнусус

От штиля до шторма

Как связаны нервная и иммунная системы? Попробуем объяснить. Нервная система контролирует жизнедеятельность организма, курирует наши связи с миром. При длительном стрессе, депрессии в кровь выбрасывается избыточное количество кортикостероидов, что тоже негативно воздействует на организм (страдают желудочно-кишечный тракт, сосуды, костная ткань; снижается иммунная защита). Получается, старт многим болезням дают пресловутые нервы.

Стрессовые состояния и хроническая усталость участвуют в запуске 70-80% заболеваний, поскольку создают в организме хорошие условия для развития вирусов, бактерий и паразитов. Это происходит за счет снижения иммунной защиты. В свою очередь, иммунная система может воздействовать на нервную – плохое самочувствие провоцирует плохое настроение, чрезмерную чувствительность к триггерам стресса.

Усилить оборону

Укрепление нервной системы похоже на тренировку мышц организма: и то, и другое можно «нарастить» с помощью специальных упражнений. Формирование основ позитивного мышления – только один из шагов на пути к крепким нервам и душевному спокойствию. Важно также следующее.

- Создание особого мировоззрения по отношению к тем или иным явлениям нашей жизни. Не помешает чуточку здорового эгоцентризма – надо стремиться приносить пользу не только всем и каждому, но и самому себе. Поэтому первая

рекомендация по укреплению психики сводится к тому, чтобы человек научился ценить и любить себя.

- Освобождение (по возможности) от негативных установок и стереотипов. В окружающем нас мире много правил и законов, подчас абсурдных. Их стоит критически переосмысливать: важно уметь выделять то, что действительно нужно выполнять, и то, что делать необязательно. Чтобы отличить одно от другого, надо вникать в суть проблемы, отказываться от поверхностных суждений.

- Гармонизация жизни. Крепкая нервная система – это баланс четырех сфер жизни человека: душевного спокойствия, здоровья, семейного благополучия, эффективной деятельности. Каждой надо уделять внимание!

Группа поддержки

Однако порой только позитивного взгляда на жизнь для отпора вирусам и инфекциям недостаточно. В этом случае нам просто необходима дополнительная помощь в виде противовирусных препаратов. Очень важно, чтобы их воздействие было одновременно и эффективным, и безопасным. Обеспечить это может применение современных фитосредств, таких как Альтабор (производитель – Борщаговский химико-фармацевтический завод). Действующим веществом Альтабора является субстанция сухого экстракта соплодий ольхи серой и ольхи клейкой (полученная с помощью метода экстракции), которая содержит смесь эллаготанинов моно- и олигомерного происхождения на основе фенолокислот (эллаговой, галловой, дилактон валониновой кислоты). Эти полифенольные соединения проявляют выраженные противовирусные свойства по отношению как к РНК-вирусам (грипп), так и ДНК-вирусам (герпес). Механизм противовирусного действия обеспечивается за счет индукции синтеза интерферона, ответственного за устойчивость организма к вирусам и чужеродным белкам. Помимо этого, Альтабор обладает иммуномоделирующим, антиоксидантным, мембраностабилизирующим, антибактериальным и противовоспалительным эффектами. С целью обычной профилактики препарат применяют по 2 таблетки 3 раза в сутки (их надо медленно рассасывать), для экстренной профилактики (при первых признаках простуды, после контакта с больным) – по 1 таблетке каждые 2 часа (до 6 таблеток в сутки). Продолжительность курса – 7 дней. Состав Альтабора хорошо изучен и стандартизован в соответствии с требованиями Государственной Фармакопеи Украины и Европейской Фармакопеи, поэтому препарат хорошо переносится и не имеет побочных эффектов. С таким помощником никакой грипп не страшен! 

Подготовила **Виктория Шапаренко**

АЛЬТЕРНАТИВА

Профілактика грипу та ГРВІ



АЛЬТАБОР

сучасний

противірусний
препарат

рослинного походження

044 205-41-23 (консультація) www.bhfz.com.ua 044 406-03-08 (аптека)

При застосуванні можливе виникнення алергічних реакцій у пацієнтів з підвищеною чутливістю до компонентів препарату. Перед застосуванням необхідно ознайомитися з інструкцією і проконсультуватися з лікарем. Зберігати в недоступному для дітей місці. Повна інформація про лікарський засіб міститься в інструкції на сайті. Реклама лікарського засобу.

Самолікування може бути шкідливим
для Вашого здоров'я