

Мама, я спокоен!

Скоро лето... У большинства из нас эта фраза с детства ассоциируется с радостным предвкушением грядущих каникул, отдыха на море или с друзьями в лагере. А вот у наших детей, к сожалению, приход лета часто связан не с отдыхом, а с очередными экзаменами и прочими мероприятиями, несущими немалое нервное напряжение.

Взрослые нагрузки на детские плечи

Педиатры бьют тревогу: сегодня едва ли не каждому третьему подростку ставится диагноз «вегетососудистая дистония». Дети жалуются на учащенное сердцебиение и головные боли, потемнение в глазах и общую слабость. Они плохо спят по ночам, часто плачут и впадают в депрессии либо, наоборот, держат и скандалят без особого повода.

Медики отмечают значительное омоложение заболеваний сердечно-сосудистой системы, когда с функциональными отклонениями в работе сердца к ним приходят даже пациенты младшего школьного возраста.

По мнению многих исследователей, среди основных причин значительного ухудшения здоровья школьников в Украине выделяются следующие:

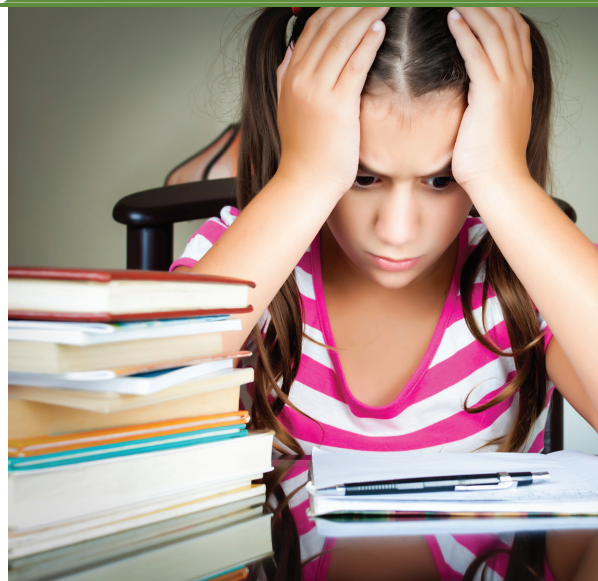
- интенсификация учебного процесса (раннее начало обучения, внедрение инновационных программ, огромные учебные нагрузки);
- малоподвижный образ жизни;
- нерациональное питание, нехватка витаминов;
- неблагоприятная экология мегаполиса.

Неприятностей со здоровьем нередко добавляет гормональная перестройка организма в подростковом возрасте и стрессы от экзаменов, особенно у выпускников школ. Как же помочь своему ребенку?

Спокойствие, только спокойствие!

Одним из комплексных препаратов на основе растительного сырья, который врач может порекомендовать ребенку с проявлениями вегетативной дисфункции, является Кратал для детей производства Борщаговского химико-фармацевтического завода.

Кратал для детей содержит аминокислоту таурин, экстракт плодов боярышника, экстракт пустырника. Таурин принимает активное участие в синтезе большого



количества других аминокислот и является важным компонентом для обменных процессов калия, кальция, магния и натрия. В головном мозге таурин играет роль нейромедиатора (передатчика нервных импульсов), оказывает кардиотропное действие, улучшает энергетические и репаративные процессы. Являясь сульфаминокислотой, таурин восстанавливает функции клеточных мембран и улучшает процессы обмена в организме.

Боярышник – древнее и ценное лекарство, которое столетиями применяется в лечении заболеваний системы кровообращения. Его по праву считают одним из лучших кардиотоников в царстве растений. Боярышник расширяет периферические и коронарные сосуды, улучшает кровоснабжение и метаболизм сердечной мышцы.

Пустырник уменьшает возбудимость центральной нервной системы, оказывает спазмолитическое, противосудорожное воздействие.

Благодаря комбинации этих трех компонентов препарат Кратал улучшает сократительную функцию сердечной мышцы, мягко регулирует артериальное давление и нормализует частоту сердечных сокращений. Препарат повышает работоспособность, нормализует сон, позитивно влияет на настроение детей, оказывает успокаивающее действие. Кратал для детей рекомендован с 6 летнего возраста.

Вегетососудистая дистония способна значительно снизить качество жизни ребенка и может прогрессировать с возрастом, если ее не лечить. Поэтому необходимо сразу реагировать на подростковые недомогания. Очень важно, чтобы ваш ребенок был здоров и мог при любых жизненных обстоятельствах твердо заявить: я здоров, уверен в себе, мне по силам любые трудности. 

Подготовила **Светлана Терехова**