

СПОКОЙСТВИЕ, ТОЛЬКО СПОКОЙСТВИЕ: РЕЦЕПТЫ ПРИРОДЫ



Если попытаться охарактеризовать среднестатистического украинца – жителя большого города, то получится примерно следующее. Он много работает, нерегулярно питается, практически не отдыхает, хронически недосыпает. Добавим сюда ежедневные стрессы по случаю пробок, сдачи экзаменов, окончания проекта, повышения цен... И как результат всего этого – тревога, нарушение сна, головокружение, сердцебиение, привычные спутники такого образа жизни, хорошо знакомые практически каждому из нас.

НАША ЦЕЛЬ – ДУШЕВНЫЙ КОМФОРТ

ВОЗ определяет понятие «здоровье» как полное физическое, психологическое и социальное благополучие человека. Поэтому полностью здоровым может считаться только психологически уравновешенный человек. С этим трудно не согласиться. Вопрос в другом: как городскому жителю обрести это самое душевное равновесие? Цена, которую мы платим в наше время за иллюзию комфортной жизни, на самом деле не такая уж маленькая. Ее слагаемые – хронический стресс и отсутствие полноценного отдыха. И как результат – раздражительность, беспричинное беспокойство, снижение концентрации внимания и работоспособности, нарушение сна. Давайте попробуем найти простой и надежный способ, как справиться с душевным дискомфортом.

УСПОКОЙ-ТРАВА

Самым известным лекарственным растением, обладающим седативным эффектом, является валериана. Интересно, что название этого растения восходит к латинскому *valere*, что означает «быть здоровым». Валериана оказывает успокаивающее действие, уменьшает возбудимость центральной нервной системы, улучшает засыпание, расслабляет спазмированные мышцы, благотворно влияет на сердце и сосуды, желудочно-кишечный тракт. Не менее востребован в народной медицине зверобой – «трава от 99 хворей». Экстракт зверобоя стабилизирует настроение, позитивно влияет на умственную и физическую работоспособность. Комбинация этих растений очень удачна, потому что валериана и зверобой усиливают эффекты друг друга.

Многовековой опыт народной медицины успешно используют современные

Состав: сухой экстракт зверобоя, сухой экстракт корней валерианы. Лекарственная форма: Капсулы твердые. Фармакотерапевтическая группа: Снотворные и успокоительные средства. АТО N05CF. Показания: Новое ощущение, раздражительность, снижение концентрации внимания и нагрузки различного происхождения. Вегетативная дисфункция. Преподобование. Повышенная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность кожи к свету, временные состояния депрессии тяжелой степени и другие расстройства, сопровождающиеся угнетением центральной нервной системы. Одновременное применение с иными препаратами или другими, в частности с седативными средствами: снотворными, диуретиками, теобаллином, триптофаном, тирозинами, симпатолитиками, фенотропином, трициклическими антидепрессантами, гипотензивными средствами, селективными ингибиторами обратного нейронального захвата серотонина, а также триптофаном, предостерегает для снижения чувствительности крови.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

В соответствии с правилами Европейской ассоциации по контролю качества фитопрепаратов для средства на растительной основе оптимальным является сочетание в его составе не более чем 3 экстрактов лекарственных растений. Только в этом случае активные начала фитопрепарата «работают» максимально эффективно.

фармакологи. Результатом этого опыта стал успешный в Германии препарат СЕДАРИСТОН, который содержит природные и традиционные, проверенные длительной практикой компоненты. Выпускается СЕДАРИСТОН в двух формах, которые несколько отличаются по составу. Капсулы содержат валериану и зверобой, а капли – еще и мелиссу.

Растительные компоненты препарата оказывают комплексное благотворное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы. СЕДАРИСТОН капсулы обладает успокаивающим и спазмолитическим эффектом, нормализует настроение и облегчает засыпание. Он может быть рекомендован при таких проявлениях, как беспокойство, раздражительность, снижение концентрации внимания и работоспособности. С его помощью можно быстрее справиться и с эмоциональными нагрузками различного происхождения (на фоне стресса, климактерических нарушений и др.). СЕДАРИСТОН также поможет при таких неприятных ощущениях, как тяжесть в желудке, головокружение и сердцебиение, тревога. При этом не нарушается способность к концентрации внимания и не расслабляется скелетная мускулатура. А это значит, что, принимая СЕДАРИСТОН капсулы, человек продолжает поддерживать привычный образ жизни. Нет необходимости отказываться от

вождения автомобиля, ограничивать работу со сложными механизмами и устройствами, требующими повышенной внимательности и т. п.

Следует отметить, что действие препарата СЕДАРИСТОН капсулы развивается постепенно и достигает своего пика через 10-14 дней после начала его приема. А в качестве «скорой помощи» при описанной выше симптоматике могут применяться СЕДАРИСТОН капли – уникальное для фармацевтического рынка сочетание спиртовых экстрактов зверобоя, корня валерианы, листьев мелиссы. «Вклад» мелиссы состоит в расслабляющем и вегетостабилизирующем действии, которое усиливает седативные свойства зверобоя и валерианы. Еще одно преимущество СЕДАРИСТОНА капли реализуется за счет формы выпуска: препарат всасывается в ротовой полости, что обуславливает быстрое развитие эффекта.

В наше нелегкое стрессовое время очень важно иметь в арсенале препарат, который поможет справиться со стрессами и не нарушит качество жизни. СЕДАРИСТОН займет достойное место в ряду успокоительных препаратов в Украине, как занял его в Германии. **R**

Подготовила Мария Зоринская



Побочные эффекты: Со стороны нервной системы: головокружение, головная боль, угнетение эмоциональных реакций, сонливость, снижение работоспособности, депрессия, беспокойство, усталость. Со стороны пищеварительного тракта: желудочно-кишечные расстройства. Со стороны кожи и подкожной ткани: у лиц с повышенной чувствительностью к солнечным лучам покраснение на солнце может вызвать ожоги, аллергические реакции, включая гиперемии, сыпь, отек и зуд кожи; фотосенсибилизация; в частности у лиц со светлой кожей. Общие нарушения и местные реакции: угнетяемость, повышение/снижение артериального давления, слабость. Локальные расстройства: тревожность, бессонливость; у лиц с билатеральной депрессией повышает риск маниакального состояния. Со стороны иммунной системы: аллергические реакции. Название производителя: Фарма-Бернхардс ГМБХ, Пфайфс Уегерштрассе 66м/111, Гамбург D-20148 Германия. P-2013/04 с 04.10.2018 г.