



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



## ОТКРЫТИЕ ДАЧНОГО СЕЗОНА

### ОТВЕТЫ ВРАЧА НА АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

Начало дачного сезона зачастую сопровождается проблемами со здоровьем у людей старшего возраста, и в первую очередь это различные травмы и обострения хронических заболеваний. В частности, каждый год в мае медики отмечают значительное увеличение обращений пациентов с гипертоническими кризами, приступами стенокардии, ишемическими инсультами и другими серьезными проблемами со здоровьем. Одной из главных причин этого является резкое увеличение физической нагрузки после долгого перерыва, когда зачастую пожилые люди, стремясь сделать максимум садово-огородных дел за короткое время, дают чрезмерную нагрузку на сердечно-сосудистую систему. **Что же делать, чтобы снизить риск нарушений здоровья в дачный сезон? На актуальные вопросы по этой теме отвечает врач-консультант компании «ЭДАС» Артёмков Наталия Владимировна.**

**Что делать, чтобы не заболеть на даче?** Очень важно правильно начать дачный сезон, чтобы минимизировать риск ухудшения здоровья из-за непривычной физической нагрузки, и особенно внимательными к своему самочувствию должны быть люди пожилого возраста с хроническими заболеваниями (сахарный диабет, артериальная гипертония, избыточная масса тела и др.). Стоит напомнить о необходимости соблюдения правил плавного вхождения в дачно-огородный период, и в первую очередь надо: придерживаться принципов здорового питания и соблюдать адекватный питьевой баланс — пить воду не менее 1,5-2 л в день. Важно правильно рассчитать свои возможности и не работать «из последних сил», не носить тяжести в руках, а использовать тележку или садовую тачку. И ещё — осторожнее с майским солнцем, оно очень коварно, поэтому не выходите из дома с непокрытой головой и используйте солнцезащитные средства. Также очень важно не забывать про лекарства, назначенные для постоянного применения и принимать их вовремя.

**Что должно быть в аптечке дачника?** Надо обязательно взять с собой все необходимые лекарственные средства и перевязочные материалы, ведь на даче не всегда есть возможность быстро добраться до аптеки и тем более попасть на прием к врачу. Кроме того, необходимо учесть риски для здоровья из-за увеличения физических нагрузок при смене привычного домашнего режима на дачный, и в первую очередь это проблемы, связанные с состоянием позвоночника, суставов и сердечно-сосудистой системы. Физические перегрузки часто провоцируют обострения заболеваний суставов и позвоночника, а резкие перепады погоды повышают риск возникновения сердечных болей, колебаний частоты сердечного ритма и повышения АД (артериальное давление), а также

обострения геморроя и проявления варикозного расширения вен ног. Врачи-гомеопаты предлагают добавить в летнюю аптечку, помимо ваших обычных лекарств, эффективные и безопасные средства — натуральные комплексные гомеопатические лекарственные препараты производства компании «ЭДАС», которые помогут дачникам справиться с вышеперечисленными проблемами.

**Как поддержать позвоночник и суставы?** Проблемы с позвоночником и суставами достаточно часто проявляются на даче, ведь длительная работа

**«Гомеопатический препарат — это лечебно-профилактическое лекарственное средство электромагнитного квантово-резонансного действия, изготовленное с применением технологии ступенчатого потенцирования, действие которого направлено на избирательное повышение энергетического уровня и гармонизации биопроцессов целостного организма, обеспечивающее устранение причин и последствий заболеваний. Многокомпонентный гомеопатический препарат — нозологическое комплексное гомеопатическое лекарственное средство (КГЛС), состоящее из нескольких однокомпонентных гомеопатических препаратов, изготовленных в определенных потенциалах, зарегистрированное в установленном порядке в Государственном реестре лекарственных средств РФ».**

Из статьи академика ЕАЕН, Посла мира С.Г. Мифтахутдинова  
«Гомеопатия уверенно шагает по планете. ВОЗ признала гомеопатию второй по величине медицинской системой мира»  
(полная версия на сайте WWW.EDAS.RU)

в одном и том же положении стоя или согнувшись, на коленях, повышает нагрузку на них. Поэтому, чтобы не нагружать спину, подберите удобные садовые инструменты с длинными ручками, чтобы не приходилось часто наклоняться. Периодически меняйте положение тела и разминайтесь, для чего достаточно просто оторваться от работы на 5-10 минут, пройтись, посмотреть из стороны в сторону. Но бывают и такие ситуации — полез на чердак и подвернул ногу, поднял тачку с гравием — защемило поясницу... При любом из этих состояний присутствует болевой синдром, и снять его помогут гомеопатические комплексы. **АРТРОМИЛ ЭДАС-119 капли**

или **ЭДАС-919 гранулы** для приема внутрь показаны при любой патологии суставов и позвоночника, т.к. обладают противовоспалительным и противоотечным действием, уменьшают боль и скованность в движениях. **БРИОРУС ЭДАС-402** оподельдок для наружного применения помогает в лечении артритов, растяжения связок, вывихов и переломов, а также облегчает зуд от укусов насекомых.

**Что нужно для поддержки сердечно-сосудистой системы?** Во-первых, если у вас гипертоническая болезнь, избегайте положения «вниз головой» и используйте для работы на грядках небольшую скамеечку — так будет удобнее и безопаснее. Во время садово-огородных работ на даче нередко



**ЭДАС-135 капли** или **ЭДАС-935 гранулы** рекомендуется при гипертонической болезни I-II ст., при атеросклерозе, ишемической болезни сердца и стенокардии. И еще важный момент — безусловно, в нынешних условиях мы живем в состоянии необыкновенного нервного напряжения, которое негативно влияет на состояние нервной системы, сердца и сосудов, мешает спокойно спать и нормально общаться с близкими людьми. Чтобы улучшить психологическое состояние, необходимо не только соблюдать соответствующий возрасту режим дня и питания, но и использовать **ПАССИФЛОРА ЭДАС-111 капли** или **ЭДАС-911 гранулы**.

**Что принимать при варикозной болезни?** Достаточно распространенным заболеванием у людей старшего возраста является варикозное расширение вен нижних конечностей с образованием отеков и т.н. «узлов», что часто приводит к тромбофлебиту. Этому способствует затруднение оттока крови вследствие длительного стояния на ногах, особенно в сочетании с поднятием тяжестей — а ведь на даче это обычное явление! Чтобы сильно не нагружать ноги, особенно при варикозном расширении вен, помимо периодических перерывов в работе и обмывания ног прохладной водой, поднимайте их вверх в положении сидя или лежа. Облегчить состояние поможет **ВЕНОМИЛ ЭДАС-120 капли** или **ЭДАС-920 гранулы** для приема внутрь, поскольку действует как венотоник, улучшая кровообращение в венозной системе. **АРНЕС ЭДАС-203 мазь гомеопатическая** применяется для снижения болевого синдрома при варикозе, тромбофлебите, язвах и пролежнях, при геморрое и трещинах заднего прохода. **МИАЛ ЭДАС-401 оподельдок** также помогает в качестве местного средства при варикозной болезни ног, а также при ушибах с гематомами и других закрытых травмах.

## АПТЕЧКА ПРИРОДНОГО ДОКТОРА

### ДАЧНЫЙ ТРАВМАТИЗМ

♥ **МИАЛ ЭДАС-401 и БРИОРУС ЭДАС-402 оподельдоки**

Помогут поддержать мышечные ткани и суставы после травм, а также снизить риск развития осложнений после ушибов, вывихов, растяжений и переломов любой степени сложности. Для наружного применения.



**НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ**

**ПОЛНЫЙ АССОРТИМЕНТ ПРЕПАРАТОВ «ЭДАС» ПО ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ В АПТЕКЕ «АДОНИС ФАРМ» г. Москва, Ленинский проспект, дом 2А.**

**В аптеке проводятся бесплатные консультации врачей по препаратам «ЭДАС».**

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