**Программа для здоровья взрослых «Чистим сосуды грамотно».**

**Продукты:**

* Капсулы «Холепаль» – 2 шт.;
* Капсулы «Гепаль» – 2 шт.;
* Конфеты «Пробиопан» – 4 шт.;
* Драже «Помогуша» с калиной – 1шт.

Артерии – это кровеносные сосуды, по которым кислород и питательные вещества доставляются от сердца ко всем органам и тканям нашего тела. Здоровые артерии гибкие, эластичные и прочные. Однако со временем стенки артерий могут становиться более толстыми и жесткими, что может приводить к ухудшению притока крови к органам и тканям. Этот процесс называется атеросклерозом. При развитии атеросклероза происходит отложение холестерина, продуктов распада клеток, кальция и других веществ на внутренней поверхности артерий.

Молодые люди часто думают, что атеросклероз - удел пожилых людей. Но бессимптомные проявления атеросклероза в виде отложений на сосудах можно заметить уже у шестилетних детей. Все чаще встречается детский и юношеский атеросклероз с характерными симптомами, в общем, атеросклероз молодеет прямо на глазах.

Это заболевание по праву можно назвать одной из основных причин смертности в наше время, однако, несмотря на это, точные причины развития этого заболевания до сих пор не изучены. Тем не менее, с большой долей уверенности ученые говорят о влиянии наследственных факторов, рациона и режима питания, образа жизни людей на риск появления у них атеросклероза и симптомов заболеваний, которые являются его прямыми следствиями.

Психо-эмоциональный режим жизни человека, определённо, имеет очень сильное влияние на риск развития заболевания. Стресс, являющийся причиной частого и резкого сужения сосудов, создает условия для отложения на их внутренней поверхности бляшек. Также основной посредник стресса в организме человека - адреналин. В экстремальных ситуациях в кровь выбрасывается огромное количество этого вещества - "кровь кипит". Адреналин обладает очень опасным свойством для организма - он генерирует активные формы кислорода, которые и окисляют жиры, повреждая их структуру и делая клейкими.

Широко распространено мнение, что неправильное питание является одним из наиболее значимых факторов развития этого заболевания. Также очень важны выработка желчи и ферментов в печени, для обработки холестерина в организме. Правильно подобранная диета играет огромную роль в профилактике атеросклероза. Необходимы обезжиренные продукты, клетчатка (овощи, зерновые культуры грубого помола), морепродукты, пресноводная рыба, сбалансированное количество животных и растительных жиров. Ограничить потребление пшеницы, картофеля, кукурузы. Не используйте для приготовления пищи маргарин и другие твердые растительные жиры. И ничего не пережаривайте.

Курение, злоупотребление алкоголем – факторы, сильно повышающие риск развития заболевания, поскольку и табачный дым, и похмельная реакция приводят к резкому и длительному сужению сосудов, при этом возникает риск поражения коронарных артерий и аорты.

Наследственность. Фактор наследственности изучен не до конца, однако, имеются веские основания полагать, что людям, имеющим родственников, страдающих от атеросклероза, нужно быть осторожнее, следить за своим образом жизни и проводить профилактику.

Лечение этого заболевания, является жизненной необходимостью, но профилактика гораздо дешевле и эффективнее и может помочь сохранить здоровье, поэтому проводить её нужно, начиная с молодого возраста, тогда, когда симптомы изменений в сосудах еще отсутствуют.

Профилактика атеросклероза, собственно, должна проводиться с учетом вышеупомянутых причин развития этого заболевания, и включать в себя:

* нормализацию психо-эмоционального состояния, исключение или минимизацию стрессовых ситуаций;
* нормализацию метаболизма печени и улучшение состояния желчевыделительной системы;
* нормализацию пищеварительной системы и соблюдение диеты.

Компания «ЮГ», совместно с научными консультантами, создала программу профилактики атеросклероза «Чистим сосуды грамотно». Как любую программу очищения, начать ее стоит с антипаразитарной терапии. Схемы данного мероприятия есть на нашем сайте.

Для улучшения состояния желчевыделительной системы и печени поочередно принимаем капсулы «Гепаль» и «Холепаль», а для нормализации пищеварения и стабилизации нервной системы рекомендуется совместный прием драже «Помогуша» с калиной и конфет «Пробиопан».

**Биологически активные добавки к пище «Холепаль» и «Гепаль»** содержат растительные экстракты и пантогематоген, которые способствуют нормализации функционального состояния всей желчевыделительной системы и печени в том числе.

Печень является главной биохимической лабораторией в организме человека. Печень принимает участие в процессе обмена веществ, синтезе белков крови, обезвреживает вредные для организма вещества. Она накапливает питательные вещества, витамины, вырабатывает желчь, способствующую расщеплению и усвоению жиров.

Экстракт расторопши  подавляет перекисное окисление липидов, вследствие чего предотвращается повреждение клеточных мембран, и образование бляшек, увеличивает выделение желчи, устраняет застойные зоны в желчных путях, проявляет антимикробную активность, нормализует холестериновый обмен, защищает клетки печени от разрушения.

Экстракт плодов шиповника является источником множества витаминов. В первую очередь, витамина С, а также витаминов В2, Р, К, Е, каротина, богат солями калия, кальция, магния, железа, фосфора. Экстракт плодов шиповника обладает желчегонным, противовоспалительным, общеукрепляющим свойствами, улучшает обмен веществ.

Пантогематогенявляется источником целого ряда веществ - это микроэлементы, незаменимые аминокислоты (аспарагиновая, глутаминовая кислоты, лизин, пролин, глицин и др.), пептиды, фосфолипиды, широкий спектр насыщенных и полиненасыщенных жирных кислот. Он укрепляет иммунитет и улучшает обмен веществ, способствует более быстрому восстановлению и нормализации функционального состояния органов и систем.

Успокоить нервы и нормализовать сон поможет драже «**Помогуша» с калиной**, ведь к**алина**оказывает успокаивающее действие, поэтому полезна при неврозах, бессоннице, истерии, сосудистых спазмах. **Липа и мелисса**оказывают мягкое седативное влияние на центральную нервную систему иприменяются при состояниях общего нервного возбуждения и бессоннице.

Для повышения усвояемости биологически активных веществ, витаминов и микроэлементов, нормализации микрофлоры кишечника созданы **конфеты «Пробиопан**». Это  жевательные конфеты, содержащие комплекс пробиотиков (бифидо-, лакто-, и ацидобактерии) и пребиотиков (топинамбур, инулин).

Бифидобактерии являются представителями нормальной кишечной микрофлоры и способствуют нормализации многочисленных функций организма, в частности, синтезу витаминов группы В и витамина К. За счет улучшения переваривания пищи бактерии предотвращают развитие запоров и метеоризма, а также пищевой аллергии.

Лактобактерии способствуют нормализации синтеза витаминов группы В, Е, К, аскорбиновой кислоты, повышая тем самым устойчивость организма к неблагоприятным факторам внешней среды. Поддерживают естественную защиту организма от чужеродных бактерий и вирусов.

Ацидобактерии обеспечивают усвоение кальция, фосфора, белков, углеводов и т.д. Они обладают высокой витаминообразующей способностью, синтезируя в организме до 70 % витаминов.

Совместный прием препаратов программы «Чистим сосуды грамотно» поможет избежать:

* дефицита фолиевой кислоты, витаминов В6, В12, провоцирует недомогания, которые увеличивают риск атеросклероза. Организм нуждается в этих витаминах, чтобы правильно проводить синтез аминокислот для укрепления сосудистой стенки, не давая прикрепляться холестерину;
* **дефицита витамина С,**запускает процессы, последствиями которых может стать утончение сосудистой стенки, ее ломкость, кровоточивость, на эти места легко прикрепляется жир, где и формируется бляшка;
* **дефицита кальция, приводит к нарушениям в организме, которые** могут влиять на повышение уровня холестерина, способствуют слипанию тромбоцитов.

**Рекомендации по приему:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Период** | **Схема приема** |
| 21 день | * Конфеты «Пробиопан» по 1 конфете х 3 раза за 30 минут до еды; * Капсулы «Гепаль» по 1 капсуле х 3 раза в день во время еды. |
| Далее  21 день | * Конфеты «Пробиопан» по 1 конфете х 3 раза за 30 минут до еды; * Капсулы «Холепаль» по 1 капсуле х 3 раза в день во время еды. |
| Далее  21 день | * Конфеты «Пробиопан» по 1 конфете х 3 раза за 30 минут до еды; * Драже «Помогуша» с калиной от 3 до 5 драже в день. |