

ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ



NATURE'S SUNSHINE®



ПРОГРАММА ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ

Сердце человека – это насос, который неустанно, на протяжении всей жизни перекачивает кровь, снабжая все органы и ткани нашего организма кислородом и питательными веществами. Такой интенсивный режим работы сердца обеспечивает мышечная ткань сердца – миокард. В отличие от скелетной мускулатуры, выработка энергии в сердце очень зависит от поступления кислорода. И хотя сердце перекачивает кровь, которая сама по себе насыщена кислородом, это состояние, являющееся причиной ишемии миокарда, часто встречается в клинической практике. Основной же причиной ишемической болезни сердца является атеросклеротическое поражение коронарных артерий, которое в той или иной степени развивается у большинства людей после 40 лет, а то и раньше.

Клиническими признаками коронарного атеросклероза являются:

- стенокардия, тахикардия или брадикардия;
- периодическая боль в области груди с отдачей на левую часть туловища, предплечье, лопатку, кисть или пальцы левой руки;
- боль в спине, в области левой части шеи, нижней челюсти;
- боль при дыхании, ощущение груза на грудной клетке;
- помутнения в сознании, вплоть до обморока, слабость в конечностях;
- ощущения холода, озноб, повышенная потливость.

В числе других причин нарушения доставки кислорода к сердечной мышце может

стать коронареспазм, который провоцируют курение, стресс, гипертоническая болезнь.

Выработка энергии в сердечной мышце является достаточно сложным процессом, в котором важную роль играет не только количество топлива (жирных кислот и глюкозы) и кислорода, но и состояние ферментных систем, которые обеспечивают бесперебойную работу всего энергетического комплекса. Окисление жирных кислот критически зависит от **L-карнитина**, а окисление глюкозы – от работы комплекса, в который входят: **α-липовая кислота** и четыре витамина группы В (**В₁**, **В₂**, **ниацин** и **пантотеновая кислота**). А на конечных этапах выработки энергии ключевую роль могут играть: **железо** и **коэнзим Q₁₀**. Дефицит этих веществ в организме вызывает сердечную недостаточность.

Интенсивная работа миокарда, высокая концентрация кислорода и сам процесс выработки метаболической энергии при

участии кислорода всегда сопряжены с риском повышенного образования свободных радикалов, которые могут повреждать сердечную мышцу. Поэтому ещё одним эффективным кардиопротектором должны быть антиоксиданты, среди которых мы выделяем **витамины С и Е, каротиноиды**, полифенольные соединения (**рутин, ресвератрол, катехины** и др.), **селен, цинк, медь, марганец** и **железо**. Все они представлены в составе витаминно-минерального комплекса **Супер Комплекс**. Высокой антиоксидантной активностью также обладает и **коэнзим Q₁₀**.

Поддержка здоровья сердца должна начинаться со здорового образа жизни, который включает:

- Полноценное и сбалансированное питание.
- Рациональный режим приёма пищи – 5-6 раз в день. Акцент в питании должен быть сделан на первую половину дня, необходимо избегать приёма пищи за 2-3 часа до сна.



► RU64890



Рекомендовано Национальной Ассоциацией «Качество жизни и активное долголетие», Российской Ассоциацией геронтологов и гериатров и Лигой Здоровья Нации.

- Поддержание нормальной массы тела. Избыточная масса тела неизбежно влечёт за собой кардиосклероз и риск острого коронарного синдрома и инфаркта миокарда.
- Регулярные адекватные физические нагрузки. При этом чрезмерные физические нагрузки необходимо исключать, т.к. они могут приводить к перегрузке работы сердца и гипертрофии левого желудочка.
- Исключение курения, которое провоцирует риск коронарораспазма.
- Избегание или профилактика стресса.
- Профилактика тахикардии и аритмии.
- Регулярное, квалифицированное медицинское обследование при появлении тревожных симптомов со стороны сердца.

Европейские диетологи для поддержки здоровья сердца рекомендуют регулярное потребление 13 пищевых ингредиентов, в число которых входят: семь витаминов (**С, D, E, В₁, В₆, В₁₂, фолиевая кислота**), два энерготропных вещества (**L-карнитин и коэнзим Q₁₀**), **магний, ресвератрол, эпигалокатехингалат и омега-3 ПНЖК**.

Этот список можно существенно дополнить: **железо** (перенос и хранение кислорода, энергетика клетки, профилактика тахикардии), **калий** (профилактика аритмии и тахикардии, нормализация артериального давления, увеличение силы мышечных сокращений, профилактика сердечной недостаточности), **марганец** (стабильность мембран и работа сердечной мышцы, снижает окисление жирных кислот), **медь** (выработка эластина – стабильность стенки сосудов, профилактика ИБС, кардиомиопатии, атеросклероза и ожирения), **молибден** (профилактика тахикардии и аритмии), **селен** (антиоксидантное действие), **хром** (снижает превращение глюкозы в жир, риск развития атеросклероза, ИБС, ожирения), **цинк**

(обеспечение регенерации клеток миокарда) – все эти биоэлементы также присутствуют в составе **Супер Комплекса**.

Представляем комплекс продуктов, которые оказывают питательную и метаболическую поддержку миокарду, что позволяет поддерживать высокую работоспособность сердечной мышцы, предупреждать развитие кардиосклероза, противостоять окислительному стрессу, дефициту энергии и другим проблемам. В программу «Здоровое сердце» вошли следующие продукты:

Супер Комплекс – комплекс витаминов и биоэлементов, которые поддерживают активность ферментов, связанных с выработкой энергии, работой мышечных клеток сердца и формированием соединительной ткани, которая определяет целостность клапанов сердца и стенки кровеносных сосудов.

Коэнзим Q₁₀ 100 мг – является переносчиком электронов в дыхательной цепи митохондрий кардиомиоцитов (мышечных клеток сердца) и других клеток. От него зависит выработка энергии на конечном этапе энергетического процесса. Обладает мощным антиоксидантным действием, нейтрализуя свободные радикалы в митохондриях и в ткани сердца.

Боярышник Плюс – оказывает мощное кардиопротективное действие. Обладает кардиотоническим действием, усиливает сокращения миокарда и уменьшает возбудимость, повышает чувствительность сердечной мышцы к действию сердечных гликозидов, устраняет боли в области сердца. Кайенский перец в составе этого продукта улучшает работу сердечно-сосудистой системы, расширяет кровеносные капилляры, снимает спазм сосудов и вязкость крови, снижая артериальное давление. Чеснок снижает свертываемость крови и артериальное давление, улучшая работу сердца, и уменьшает риск инфаркта.

Лецитин НСП – лецитин входит в состав клеточных мембран, является мембранопротектором. Способствует сохранению структуры мембран кардиомиоцитов и сосудов сердца, оказывая поддержку работе сердца. Особенно важен после острых сосудистых расстройств (инфаркт миокарда). Предотвращает старение сосудов и аккумуляцию холестерина и триглицеридов в стенке коронарных сосудов, помогает рассасыванию жировых образований. Способствует поддержанию в крови постоянного уровня L-карнитина – одного из необходимых веществ для нормального энергообеспечения мышц миокарда, что ведет к усилению их выносливости.

Омега-3 ПНЖК НСП – омега-3 жирные кислоты входят в состав клеточных мембран, являются мембрано-протектором и поддерживают тонус сердечной мышцы. Снижают вязкость крови и агрегацию тромбоцитов, улучшая питание кардиомиоцитов, оказывают гипотензивное действие. Снижают синтез триглицеридов и ЛПНП, регулируют жировой обмен и содержание холестерина в крови. Участвуют в образовании противовоспалительных простагландинов.

Показания к применению программы «Здоровое сердце»:

1. Ишемическая болезнь сердца (желателен дополнительный прием **α-липоевой кислоты**).
2. Сердечная недостаточность (желателен дополнительный прием **L-карнитина**).
3. Прогрессирующий атеросклероз коронарных артерий (дополняем назначением антиоксидантов – **Витамина С НСП** и **Витамина Е**, или подключаем программу «**Здоровые сосуды**»).
4. Состояние после перенесенного

острого инфаркта миокарда (рекомендуем использовать продукты, улучшающие кровоток – **Гинкго/Готу Кола, Чеснок, Моринда**, а также продукты-источники **L-карнитина**).

5. Сердечные аритмии (дополняем назначением **Магния Хелата**, а также продуктами-источниками **холина – Лив Гард**).
6. Гипертоническая болезнь (рекомендуем дополнительно использовать такие продукты, как **Би Пи-Си, Си Си-Эй, Магний Хелат, Готу Кола, Чеснок**, а также продукты-источники **L-карнитина**, которые оказывают выраженное гипотензивное действие).

Наличие сердечно-сосудистого заболевания – серьёзное испытание для нашего здоровья. Применение продуктов компании NSP и следование данным рекомендациям окажут существенную поддержку для больного сердца.

Основная схема приема набора

Супер Комплекс – по 1 таблетке в день.

Коэнзим Q₁₀ 100 мг – по 1 таблетке в день.

Боярышник Плюс – 1-й мес. – 2 капсулы в день; 2-й месяц – по 1 капсуле в день.

Лецитин НСП – по 1 капсуле 3 раза в день.

Омега-3 ПНЖК НСП – по 1 капсуле в день.

Если Вы испытываете проблемы со здоровьем сердца, рекомендуем Вам интенсивный 2-х месячный курс. При наличии тяжёлого, хронического заболевания сердца данный курс можно повторять многократно.

Желаем Вам здоровья!



NATURE'S SUNSHINE