

# ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ КОСТЕЙ



NATURE'S SUNSHINE®

# ПРОГРАММА

# ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ КОСТЕЙ

Остеопороз – хронически прогрессирующее системное, обменное заболевание скелета или клинический синдром, проявляющийся при других заболеваниях, который характеризуется снижением плотности костей, нарушением их структуры и усилением хрупкости, и, как следствие – повышением риска переломов.



▲ Норма



▲ Остеопороз

Факторы риска этого заболевания весьма разнообразны – это гиподинамия, преклонный возраст, лишний вес, эндокринологические факторы (ранняя менопауза, аутоиммунный тиреозит, удаленная щитовидная железа, заболевания надпочечников), нездоровый образ

жизни (курение, алкоголизм, злоупотребление кофе, недостаточная физическая активность), длительный прием некоторых лекарств.

По данным ВОЗ около 35% травмированных женщин и 20% мужчин имеют переломы, связанные с остеопорозом. 4-е место среди всех причин инвалидности и смертности занимают переломы бедренной кости при остеопорозе. В России из-за остеопороза каждую минуту ломаются 7 позвонков, а каждые пять минут у кого-то случается перелом шейки бедра. Последняя травма – наиболее тяжелая. Смертность в течение первого года после нее в некоторых городах России достигает 52%, что значительно превышает среднемировой уровень (20%).

Кроме того, остеопороз ведет к дистрофическому изменению в суставах. Это происходит из-за того, что пористый подхрящевой участок кости сжимается, уплотняется, сдавливает сосуды в нем, и питание хряща нарушается. В результате происходит замещение хрящевой ткани на костную и развивается деформирующий остеоартроз.

Для восстановления опорно-двигательного аппарата очень важно кардинально пересмотреть свой образ жизни: обеспечить ежедневную физическую активность, наладить питание, отрегулировать питьевой режим.

Одним из условий восстановления опорно-двигательной системы является нормально работающий желудочно-кишечный тракт. Ведь организм должен эффективно усваивать недостающие ему макро- и микроэлементы. Специалисты компании Nature's Sunshine Products разработали **программу реабилитации ЖКТ**, подробнее о которой вы можете

узнать на сайте [kurortmag.ru/nsp](http://kurortmag.ru/nsp) в разделе «Здоровье ЖКТ как основа».

Для поддержки и восстановления структуры костной ткани предлагаем вам Программу «Здоровье Ваших костей». Базовый набор продуктов включает в себя:

1. **Остео Плюс** – комплексный продукт, который является источником кальция, магния, меди, цинка и бора.

2. **Кальций Магний Хелат** – дополнительный источник кальция и магния.

3. **Магний Хелат** – дополнительный источник магния.

4. **МСМ** – Облегчает течение воспалительных и дегенеративных заболеваний суставов.

Продукты подобраны таким образом, чтобы в сумме они составили необходимое количество ключевых биоэлементов для улучшения плотности костной ткани при соблюдении рекомендованных дозировок.

### Алгоритм реабилитации костной системы:

Если	То
<b>1–2 месяц</b>	
Жалоб нет, либо незначительные боли, появляющиеся только после физической нагрузки ( <b>База</b> )	<b>Остео Плюс</b> – по 1 таб. х 2 раза в день <b>Кальций Магний Хелат</b> – по 1 таб. х 2 раза в день <b>Магний Хелат</b> – 1 капс. х 1 раз в день. <b>МСМ</b> – 1 таб. х 1 раз в день
Женщина в менопаузе, климактерическом периоде.	<b>База</b> + продукты для поддержки гормонального фона женщины ( <b>Дикий Ямс НСП</b> , или <b>Эф Си с Донг Ква</b> , или <b>Си Экс</b> ). Алгоритм подбора этих продуктов или их сочетаний см. ниже*.
Боли в покое или при ежедневных рутинных физических нагрузках	<b>База</b> + <b>Босвелия Плюс НСП</b> по 2 капс. х 2 и более раз в день до достижения обезболивающего эффекта. В дополнение к общей терапии эффективность и комфортность прохождения программы может быть увеличена за счет продуктов для местного применения: крем <b>Ever Flex</b> , бальзам расслабляющий с маслом чайного дерева <b>Relaxing TT Oil</b> , лосьон для массажа <b>Tei Fu</b> .
<b>3 месяц</b>	
	<b>Остео Плюс</b> – по 1 таб. х 1 раз в день <b>Кальций Магний Хелат</b> – по 1 таб. х 1 раз в день <b>Магний Хелат</b> – 1 капс. х 1 раз в день. <b>МСМ</b> – 1 таб. х 1 раз в день

\* Клетки, воспроизводящие костную ткань, гормонозависимы. Поэтому эффективная реминерализация костной ткани возможна только в случае поддержания гормонального фона женщины в этот непростой период. Для того, чтобы подобрать нужный продукт или сочетание нескольких продуктов предлагаем вам небольшой алгоритм выбора.

Итак, если это:

- **женщина гиперстенического телосложения** («крупной кости») со склонностью к лишнему весу и повышенному артериальному давлению, то первый продукт выбора – **Дикий Ямс НСП**.
- **женщина нормостенического телосложения** нормальной массы тела и с незначительными колебаниями артериального давления либо без них, то первый продукт выбора – **Эф Си с Донг Ква**.
- **женщина астенического телосложения** («мелкой кости») с дефицитом/нормальной массой тела и пониженным/нормальным артериальным давлением, то первый продукт выбора – **Си-Экс**.

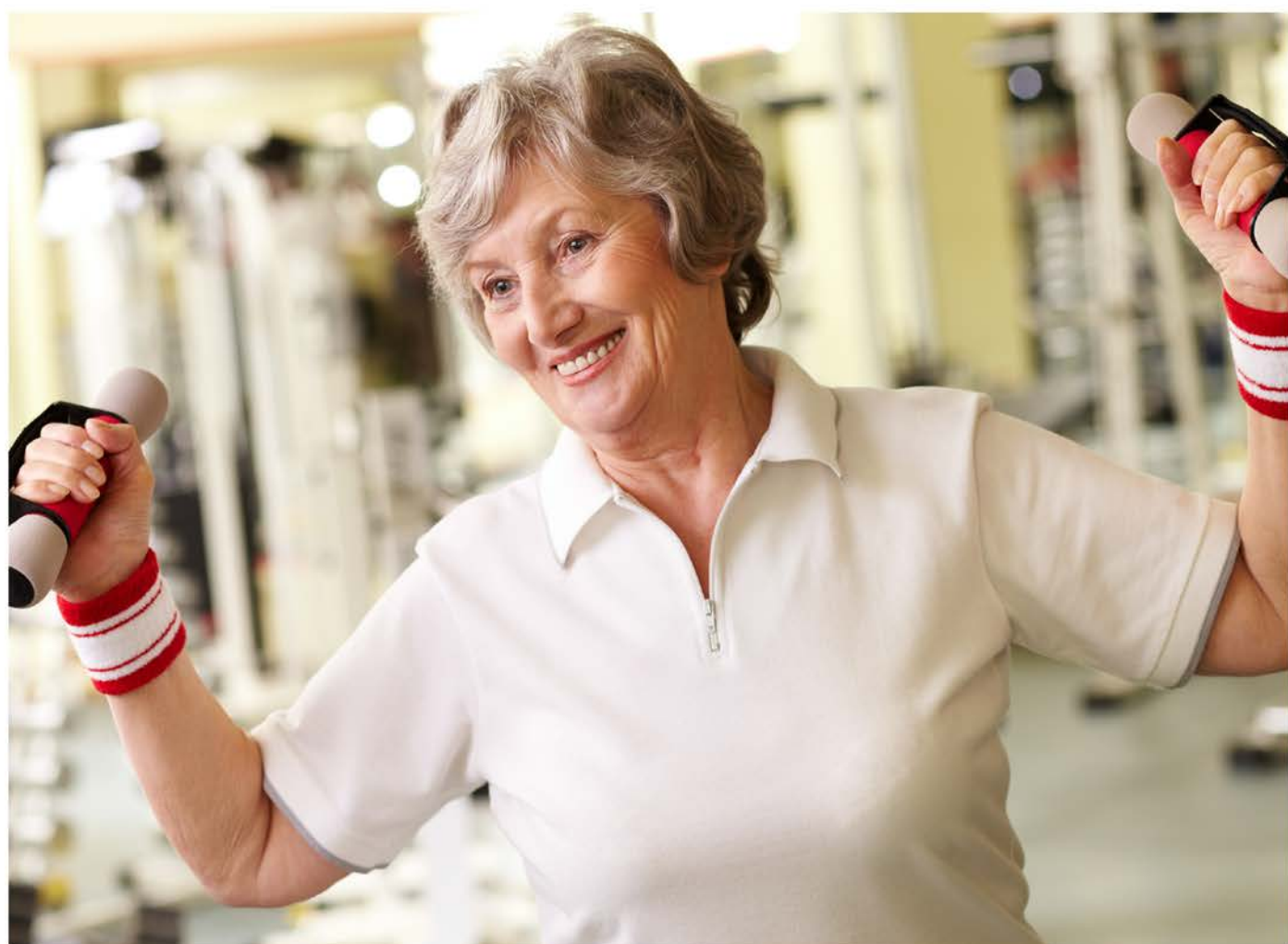
Для коррекции неустойчивого эмоционального фона рекомендуем **Восьмерку**.

В случае, если мы говорим не только об остеопорозе, но и о состоявшихся уже дистрофических изменениях суставов, то начиная с 3-го месяца данной программы необходимо приступить к оздоровлению хрящевой ткани и связочного аппарата суставов.



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

ЖЕЛАЕМ ВАМ ЗДОРОВЬЯ  
И ДОЛГИХ ЛЕТ ЖИЗНИ С ПРОДУКТАМИ НСП!





NATURE'S SUNSHINE