



## **Сезонные биоритмы. Лето.**

В каждое время года мы по различным причинам подвержены тем или иным заболеваниям. Майское цветение грозит вспышками аллергических реакций, а осеннее изменение сезонных биоритмов – приступами гастрита.

Какие сезонные обострения возможны летом? И какие биологически активные препараты компании Нарин использовать летом для укрепления своего организма?

Летом снижается содержание кислорода в воздухе, увеличивается нагрузка на сосуды в связи с жарой, поэтому больным ишемической болезнью сердца и гипертонической болезнью в июне-июле следует принимать **Фортивен, капсулы красного вина (КоэнзимQ10), Изотонический чай** и обязательно **Нарофит** любого вкуса, вдыхать эфирное масло **Лимон** или **Апельсин**.

Солнечный свет влияет на выработку гормонов щитовидной железы, особенно в мае-июне, поэтому больным с тиреотоксикозами необходимо до минимума ограничить пребывание на солнце, принимать **Наросан Апельсин**, наносить крем **Лаванду** на область щитовидной железы и вдыхать композицию эфирных масел **Антистресс**. Больным гипотиреозом при необходимости, уменьшить дозу тироксина на  $\frac{1}{4}$ , чтобы не было передозировки, следить за пульсом.

В результате воздействия на кожу солнечных лучей, возможна "солнечная" крапивница и обострение псориаза в июне-августе. Нужно принимать **Народерм, крем Календулу** наносить на лицо и тело, особенно открытые участки. Можно также использовать эмульсию для тела **Мальва**, обогащенную эфирным маслом **Лаванда** (наносить не ранее, чем за час до выхода на улицу).

Переохлаждение при купании в водоемах может вызвать цистит в июне-августе. **Масло универсальное 33+**, нанесенное на низ живота, быстро поможет снять воспалительный процесс. Также можно использовать **крем Тимьян, крем Можжевельник, крем Календулу**. Внутрь принимать **Наросан Красную ягоду** и **Эхинацину**. **Эссенцию Можжевельник** или **эссенцию Эхинацея** использовать для сидячих ванночек.

Цветение растений, пыльца которых является аллергеном, может вызвать поллиноз и обострение бронхиальной астмы в июне-августе. Страдающим аллергическими заболеваниями, нужно постоянно принимать **Пробиофит Малину, Фибросан или Минки А**.

Высокая температура окружающего воздуха, нарушение правил хранения продуктов может вызвать кишечные инфекции в июне-августе. И опять не обойтись без **Пробиофита Малины, Фибросана или Минки А**. **Крем Тимьян** наносить на область живота на болезненные места. **Артишок** улучшит детоксикационную функцию печени и почек.

Что происходит в организме летом?

Иммунитет летом напряжен, характерна готовность показателей крови к выраженным аллергическим реакциям, при этом снижен свертывающий потенциал, что приводит к частым кровотечениям на фоне анемизации организма. Такая картина крови требует безусловной коррекции: высокая потребность в начале лета в витаминах и микроэлементах должна компенсироваться приемом поливитаминных комплексов, более подходит в летнее время **Наросан Черника**.

Общепринятая позиция, что летом организм не нуждается в дополнительном приеме витаминно-минеральных комплексов, в корне не верна. Вот почему, летом, по данным статистики возрастает заболеваемость инфекционной патологией (чаще кишечные инфекции - холера, дизентерия, брюшной тиф), аллергическими заболеваниями (экзема, бронхиальная астма, псориаз и др.), гинекологическими проблемами, сопровождающимися кровотечениями. В июле, например, отмечается пик



геморрагического васкулита и других заболеваний, связанных с повышенной кровоточивостью. Поэтому препараты кальция просто необходимы в летнее время, они обладают десенсибилизирующим, противоаллергическим действием, стабилизируют систему свертывания. Это обязательно нужно помнить всем, кто обладает повышенной кровоточивостью, страдает носовыми кровотечениями. **Наросан Черника, Басико, Нутрикап, Молочная сыворотка, Сояфит** содержат кальций, который легко усваивается организмом.

На фоне активности эндокринной системы, те, кто хочет похудеть, летом могут безболезненно отказаться от девяноста процентов своего обычного рациона питания и заменить его овощами, фруктами и **Нарофитом**.

Согласно сезонным биоритмам, профилактически поддерживать слабые органы рекомендуется в противоположные активности периоды. Летом слабые почки. **Аффлайн** содержит композицию мочегонных и кровоочищающих растений, поддерживает почки и помогает приобрести более здоровые питьевые пристрастия.

Очищение или восстановление органов проводится в самые активные для них периоды. Для печени это весна; для сердца — лето, для почек — зима, для легких — осень, для желудка — в межсезонье.

Никогда нельзя стимулировать сильный от природы орган — по закону антагонизма он будет еще более угнетать противоположный слабый. Стимуляция сердца летом будет еще более угнетать слабые почки. Поэтому летом очень аккуратно нужно относиться к кофеинсодержащим препаратам **Зеленому чаю с мятой и Гуаране**. Кофе и напитки, типа Колы, лучше заменить **Цветочным** или **Изотоническим чаем**. Укрепляйте сердце **Нарофитом, Наросаном Апельсин и Фортивеном**.

Общий девиз лета может быть такой:

"Летом берегитесь солнечного облучения, остерегайтесь аллергических реакций, пищевых отравлений и кровотечений, принимайте поливитаминовые комплексы, поддерживайте почки, укрепляйте сердце!".