

ФИТОДОКТОР

№1 (51) ВЕСНА-ЛЕТО 2019

Возьмите журнал
БЕСПЛАТНО!

Мировой тренд

АНТИЭЙДЖ: в поисках способов
управления возрастом **6**

Идеальная фигура

Уйти в минус: худеем к лету **11**

Сенсация

Допинг для мозга **29**

16+



Гость номера Екатерина Стриженова:

Похудеть несложно, трудно
удержать результат.

Премиальная линия ANTI-AGE* для управления возрастом



- Мощные антивозрастные комплексы с антиоксидантными свойствами
- Высокая биодоступность активных компонентов
- Снижают риск развития возрастных заболеваний
- Высококачественное сырье от ведущих мировых производителей Германии, Норвегии, Японии, Швейцарии

Управляй возрастом с ANTI-AGE!

Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (для справок)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

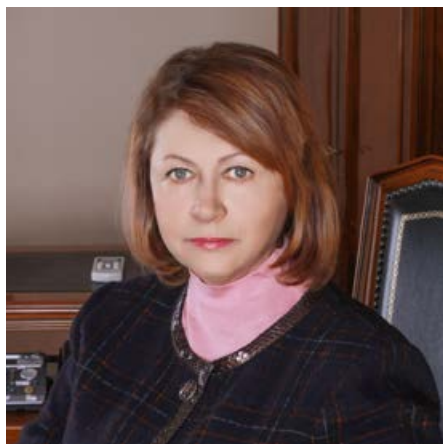
* Антивозрастная.



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Время перемен

Весна — самое непредсказуемое время года. Если в марте вокруг еще лежат сугробы, то май уже встречает нас первыми цветами.

Но есть у весны одно удивительное свойство — она дает надежду на перемены. И хочется жить, надеяться на лучшее, строить планы и, конечно же, радоваться жизни.

Самое время меняться — нас уже ждут легкие романтические платья, яркие сумочки, нарядные шарфики и изящные туфли на высоком каблуке. Однако ни одна обновка не способна преобразить нас так, как обновление организма изнутри.

Гостем весенне-летнего номера стала известная телеведущая, актриса и просто красивая женщина Екатерина Стриженова. Она расскажет о том, как ей удается сохранять цветущий внешний вид, работоспособность и здоровье в жестких условиях графика телеведущей. Екатерина никогда

не скрывает свой возраст, но, глядя на нее, понимаешь, что цифры в паспорте на самом деле ничего не значат.

Также вы узнаете, как при помощи современных нутрицевтиков, так называемых «таблеток молодости», можно на клеточном уровне замедлить процессы старения организма, как скорректировать фигуру к началу пляжного сезона и какой крем лучше всего защитит вашу кожу от агрессивных солнечных лучей.

Весной также важно подготовить организм к дачным работам, справиться с коварной простудой и скачками давления, наладить работу щитовидной железы. Обо всем этом расскажет свежий номер журнала «Фитодоктор».

Меняйтесь! Перемены делают нашу жизнь лучше — пусть эта весна будет для вас радостной, яркой, наполненной энергией и вдохновляющей!



Лариса Прокопьева,
генеральный директор
фармацевтического холдинга
«Эвалар»

- 4 ПУСТЬ ПИЩА БУДЕТ ЛЕКАРСТВОМ
- 5 НОВОСТИ КОМПАНИИ
- 6 МИРОВОЙ ТРЕНД
АНТИЭЙДЖ: в поисках способов управления возрастом
- 8 ГОСТЬ НОМЕРА. Интервью с Екатериной Стриженовой
- 11 ИДЕАЛЬНАЯ ФИГУРА. Уйти в минус: худеем к лету
- 12 СЕЗОННАЯ ПРОБЛЕМА. Снова грипп и ОРВИ?
- 14 ЛЕГКОСТЬ ЖИЗНИ
L-триптофан: спокойные ночи, счастливые дни
- 15 АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА
Как защитить печень от ожирения?
- 16 КАЧЕСТВО ЖИЗНИ. Почему так важен таурин?
- 18 ЗДОРОВЫЕ ПРАВИЛА. Готовим суставы к лету
- 20 АКТУАЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ. Летом ножки — в босоножки!
- 22 СТАНДАРТ КАЧЕСТВА
«Эвалар» — производство полного цикла
- 24 В ГАРМОНИИ С ПРИРОДОЙ
Сила природы для щитовидной железы
- 26 АПТЕЧНАЯ ПОЛКА
- 28 ВЫБОР РЕДАКЦИИ
- 29 СЕНСАЦИЯ. Допинг для мозга
- 30 НОВИНКИ
- 32 РЕШАЕМ ПРОБЛЕМУ
Помощь кишечнику при геморрое
- 33 ВОПРОС – ОТВЕТ
- 34 ГДЕ КУПИТЬ?

ФИТОДОКТОР №1 (51) ВЕСНА–ЛЕТО 2019

Учредитель и издатель: ООО «Фармавест».
Соучредители: ФБОУ «Алтайский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения РФ, ЗАО «Эвалар».

Адрес редакции, учредителя, издателя: 659332, Алтайский край, г. Бийск,
ул. Социалистическая, 23/6, тел./факс: (3854) 39-00-31.

E-mail: farmawest@yandex.ru

Главный редактор: Т. Б. Мياкишева.

Подготовка номера: редакция ООО «Фармавест».

Верстка: Павел Дегтярев.

Фотоматериалы: www.getty.com, www.shutterstock.com.

Свидетельство о регистрации: ПИ № ФС77-21816 от 30.08.2005 г.

Федеральная служба по надзору за соблюдением законодательства в сфере

массовых коммуникаций и охране культурного наследия.

Распространяется бесплатно на территории Российской Федерации.

Печать: ООО «Первый полиграфический комбинат»,

143405, Московская область, г. Красногорск, п/о «Красногорск-5»,

Ильинское шоссе, 4-ый км.

Тираж: 9 367 800 экз.

Все материалы, опубликованные в журнале, охраняются законодательством об авторском праве. Любое воспроизведение, перепечатка материалов или их фрагментов на любом языке возможно только с письменного разрешения издателя.

Выход в свет: 01.03.2019 г.

Сравнение цен в журнале приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ», ООО «Проксима Рисерч», сервиса arpeka.ru за 2017–2018 гг. Аналоги для сравнения выбраны по действующим компонентам. Цена в конкретной аптеке может отличаться от средней. Определение натуральности рекламируемых товаров дается по действующим компонентам в их составе. Ссылки на стандарт GMP подтверждаются Сертификатом GMP №С0 170 889-05, NSF International (США), Сертификатом GMP №MI-2015-CE-04 180-1 (Австралия), Заключением № GMP 0099-000 141/16 (РФ).

Легкодоступное железо

Усталость, сонливость, головокружение, одышка и раздражительность — вам знакомы эти симптомы? Возможно, вашему организму не хватает железа. Этот микроэлемент выполняет многие жизненно важные функции: участвует в производстве гемоглобина и процессах проведения нервных импульсов, предупреждает развитие анемии и укрепляет иммунитет. Кроме того, железо необходимо при транспортировке кислорода в организме. Без него дыхание на клеточном уровне было бы невозможно. Особенно возрастает потребность в железе при беременности и в период лактации.

Мы получаем железо из многих продуктов как животного, так и растительного происхождения (красное мясо, птица, устрицы, яблоки, гранат, фасоль). Однако лидирующую позицию занимает говяжья печень — блюда из нее лучше всего усваиваются организмом.

Если невозможно обеспечить необходимый уровень железа из рациона питания, то рекомендуется начать прием биодобавок. Но какую же форму

железа выбрать для его максимального усвоения? Сегодня самой легкодоступной и при этом безопасной считается хелатная форма железа. Хелатные соединения встречаются в природе. Это, например, хлорофилл и человеческий гемоглобин.

Хелат железа хорошо переносится — риск появления побочных эффектов со стороны ЖКТ минимален, так как хелатная форма не влияет на уровень кислотности желудка. А вот неорганические формы железа (сульфат, фосфат и др.), напротив, ощелачивают кислотную среду желудка, что может вызвать вздутие живота, запоры или диарею, затруднение усвоения полезных веществ. Поэтому лучше принимать железо в хелатной форме (см. стр. 30).



Плющ полезен при кашле

Уникальные целебные свойства плюща были открыты еще древними друидами — это растение они считали священным. А позже, уже в 19 веке во Франции один из практикующих врачей сделал интересное наблюдение: оказывается, дети, которые пили горячее молоко из посуды, изготовленной из плюща, кашляли в разы меньше остальных. Так и было установлено, что содержащиеся в этом растении флавоноиды, поступая с молоком в организм, уменьшают кашель¹. Кроме того, в европейских странах из листьев плюща делали отвары для укрепления иммунитета, им лечили ревматизм, коклюш.

Действительно, в листьях плюща обыкновенного содержится большая часть полезных веществ (сапониновых гликозидов). Они оказывают общеукрепляющее, тонизирующее и отхаркивающее действие. Благодаря этому плющ способствует разжижению и выведению мокроты, смягчению кашля и облегчению дыхания, а также ускорению выздоровления как при сухом, так и при влажном кашле. Не случайно сейчас это растение стало использоваться для производства препаратов, направленных на облегчение и устранение кашля (см. стр. 31).

¹ Medi.ru [Электронный ресурс] // Научный обзор. 2014. <https://medi.ru/info/8392/>.

Индол Форте Эвалар получил награду врачебного сообщества

В рамках VII ежегодной церемонии награждения Russian Pharma Awards-2018 препарат Индол Форте Эвалар получил награду в номинации «БАД для нормализации гормонального баланса и нормализации пролиферативных процессов у женщин любого возраста».

Премия учреждена самой крупной профессиональной площадкой для врачей в РФ «Доктор на работе», объединяющей более 500 000 практикующих специалистов, что составляет около 55% всех врачей страны. Победители премии определяются голосованием участников портала.

Как отметила Председатель Совета директоров ЗАО «Эвалар» Наталия Прокопьева:

— Сохранение женского репродуктивного здоровья и повышение качества

жизни женщин являются одним из приоритетных направлений в работе нашей компании, выпускающей растительные препараты с высоким профилем безопасности. Для нас невероятно ценно признание со стороны практикующих врачей, которые ежедневно назначают препараты миллионам российских пациентов. Мы благодарны врачебному сообществу за доверие к нашим препаратам.

Негормональное средство Индол Форте Эвалар является источником индол-3-карбинола — изофлавоноида, содержащегося в овощах семейства крестоцветных. Индол-3-карбинол обладает антиэстрогенным и антипролиферативным потенциалом на опухоли. Для усиления эф-

фективности индол-3-карбинола в состав препарата введен концентрат капусты брокколи.



Продукция «Эвалар» подтвердила знак качества «Лучшее — детям»

Детский витаминный комплекс Бэби формула Мишки от «Эвалар» вновь подтвердил свое право на обладание сертификатом «Лучшее — детям». Вручение награды состоялось на торжественной церемонии, прошедшей в Общественной палате РФ.

Мониторинг продукции и услуг для детей провели Комиссия Общественной палаты РФ по социальной политике, трудовым отношениям и качеству жизни граждан и Федеральное агентство по техническому регулированию и метрологии совместно с рядом общественных организаций. Участниками конкурса стали несколько сотен товаров и услуг для детей.

Как заявила Председатель Совета директоров ЗАО «Эвалар» Наталия Прокопьева: «Мы благодарны жюри за высокую оценку качества нашего продукта для детей Бэби формула Мишки Мультивитамины. Отмечу, что для выпуска детских витаминов у нас запущена отдельная производственная линия — это позволяет нам максимально жестко контролировать качество этой категории продукции. На сегодня-



ний день у нас уже 10 витаминных продуктов для детей, в ближайшее время мы готовим к запуску интересные новинки».

Знак «Лучшее — детям» является системой добровольной сертификации продукции детского ассортимента, услуг для детей и подростков и направлен на повышение качества жизни подраста-

ющего поколения. Он информирует потребителя о том, что маркированная этим знаком продукция не только безопасна, но и качественна. На основании решения о присвоении знака качества предприятиям дается официальное право на маркировку им соответствующей продукции сроком на 2 года.



В известной песне Аллы Пугачевой есть такие строки: «Жизнь невозможно повернуть назад, и время ни на миг не остановишь». Впрочем, человечеству все же удалось исполнить мечту — научиться управлять возрастом! О том, как оставаться молодой и активной долгие годы, мы поговорили с Председателем Совета директоров компании «Эвалар» Натальей Прокопьевой.

— **Наталья, что такое антиэйджинг XXI века? Всего лишь модное увлечение или инновационная отрасль медицинской науки?**

— Антиэйджинг сегодня — это целое направление, основанное на современных научных знаниях. Еще не так давно, когда достижениями в данной области могли воспользоваться только звездные персоны. К счастью, ситуация изменилась, и сегодня антиэйджинг доступен широкому кругу людей, которые хотят научиться управлять своим возрастом.

Многие из нас стараются правильно питаться, регулярно посещают фитнес-центры, уделяя особое внимание кардиотренировкам и интенсивным интервальным тренировкам, которые, как показывают исследования, особенно полезны тем, кто бросает вызов старению. Но при этом мы часто задаемся вопросом: а можно ли усилить эффект от своих стараний? На помощь готова прийти современная антиэйдж-нутрицевтика, призванная восполнить потребность организма в «веществах специального назначения», которые помогают сохранять молодость.

АНТИЭЙДЖ:

В поисках способов управления возрастом

— **Но ведь сейчас активно развивается косметология, включающая инвазивные процедуры и иные эстетические услуги, благодаря которым можно поддерживать презентабельный вид...**

— Безусловно, современная косметология далеко продвинулась, и благодаря новым методикам в этой сфере у нас расширились возможности выглядеть достойно в зрелом возрасте. Но надо понимать, что визуальные признаки старения, когда плывет овал лица или морщины бороздят лоб, — это только вершина айсберга. Старееет же не только кожа. Старение — это комплексное явление, связанное со снижением качества обменных процессов на клеточном и на органном уровнях. Как правильно говорят, у молодости есть два врага — это окислительный стресс и воспаление. Вот почему только лишь «укрепление фасада» и «внешний тюнинг» без поддержки организма изнутри могут оказаться малоэффективными.

Не так давно компания «Эвалар» начала выпускать премиальную линию ANTI-AGE — препараты, содержащие те самые «вещества специального назначения», способствующие сохранению молодости.

— **Расскажите, пожалуйста, подробнее о премиальной линии ANTI-AGE. Думаю, многих наших читательниц она заинтересует.**

— Премиальная линия ANTI-AGE от «Эвалар» — это 11 современных антивозрастных комплексов, то есть таблетки и капсулы, которые являются мощными антиоксидантами и помогают сохранять молодость: Карнозин, Коэнзим Q₁₀, Тройная омега-3, Куркумин Эвалар и др. Все продукты линии, являющиеся аналогами известных западных средств, содержат активные вещества в высоких дозировках¹, разработаны с учетом последних трендов и достижений в области мировойнутрицевтики. Препараты производятся из вы-

сокачественного сырья от зарекомендовавших себя мировых производителей из Германии, Норвегии, Японии, Швейцарии и других стран по международному стандарту качества GMP.

— **Тогда чем же препараты линии ANTI-AGE от «Эвалар» отличаются от импортных аналогов?**

— Пожалуй, ничем, кроме приятной цены. А вот качество на высоте! Сегодня «Эвалар» на собственном примере доказывает, что российский продукт может быть высококачественным и безупречным аналогом импортному. Сейчас продукция нашей компании поставляется в 25 стран мира, в том числе на полки аптек Австралии, Франции, Кипра, Словакии. При этом продукт для экспорта выпускается на тех же производственных линиях, что и препараты для российского рынка. Например, тот же самый Куркумин Эвалар из нашей премиальной линии ANTI-AGE поставляется как в российские аптеки, так и в аптеки Парижа и Братиславы.

Для российского потребителя, я считаю, является несомненным преимуществом то, что мы не какой-то далекий заморский производитель. Мы здесь, в России! Мы прозрачны, отвечаем за качество продукции, которую производим, и всегда находимся на связи со своими потребителями.

— **Недавно моя знакомая посетила аптеку сети «Эвалар» и действительно была приятно удивлена появлением линии антивозрастнойнутрицевтики от российского производителя. Приобрела препарат Карнозин из премиальной линии ANTI-AGE от «Эвалар». Далеко не все знают, что карнозин обладает омолаживающими свойствами...**

— Вы абсолютно правы. Карнозин «переключает» клетки на сохранение молодости, и это отнюдь не преувеличение. Дело в том, что на кончиках наших хромосом есть особые

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

структуры — теломеры. При каждом делении клетки они укорачиваются, и когда становятся слишком маленькими, она стареет и вскоре погибает. Карнозин обладает уникальной способностью замедлять укорачивание теломер, а значит, замедлять и сам процесс старения клетки. Кроме того, карнозин является мощным антиоксидантом, помогающим бороться с окислительным стрессом.

— **Насколько я знаю, способностью бороться с окислением обладают и омега-3 кислоты?**

— Совершенно верно! Не случайно научные данные свидетельствуют о том, что большое потребление омега-3 должно быть приоритетом. Это не только здоровье сердца и сосудов, но и польза для суставов, а также красота и молодость кожи. Сейчас в аптеках большой выбор препаратов на основе омега-3. Важно обращать внимание на дозировку и высокую степень очистки от примесей тяжелых металлов. Например, наша Тройная омега-3 из премиальной линии ANTI-AGE отличается наибольшим содержанием омега-3 кислот² (950 мг незаменимых ПНЖК омега-3 в одной капсуле). Мы производим этот препарат в сотрудничестве с международной компанией BASF и используем рыбий жир высочайшего качества и чистоты.

— **В премиальной линии ANTI-AGE есть и альфа-липовая кислота. Чем она интересна и каким образом помогает поддерживать молодость?**

— Альфа-липовая кислота, как карнозин и омега-3, относится к сильным природным антиоксидантам, причем работает в двух направлениях. Во-первых, она напрямую воздействует на свободные радикалы и нейтрализует их, а во-вторых — способствует восстановлению собственной антиоксидантной системы нашего организма.

Кроме того, альфа-липовая кислота (особенно в сочетании с карнитином) помогает улучшить энергетический обмен в клетках, который неуклонно снижается при старении. Также она обладает удивительной способностью выводить из организма различные токсические вещества (причем даже такие как ртуть и мышьяк), оказывает защитное воздействие на печень, благотворно влияет на иммуни-

тет и нервные клетки, помогает контролировать вес.

Мы предлагаем альфа-липоевую кислоту в высокой дозировке — 100 мг в капсуле. Достаточно принимать всего по одной капсуле в день!

— **Моя коллега по работе обожает куркуму. Говорит, что не променяет эту специю ни на какую другую, ведь в ней содержится полезный для организма куркумин. В составе линии ANTI-AGE есть препарат Куркумин Эвалар, и вы уже о нем упомянули. Чем же он отличается от вещества в составе самой специи?**

— Куркумин — настоящая находка для того, кто хочет долго оставаться молодым. Он борется со вторым важным врагом нашей молодости — воспалением. Но важно помнить о том, что из самой пряности данное вещество всасывается в кишечнике всего лишь на 5–10%. Мы же используем куркумин в особой легко усваиваемой мицеллярной форме. Такой куркумин, как «универсальный солдат», хорош для разных целей: для усиления иммунитета, при дискомфорте в суставах, для борьбы с вирусами и бактериями. И именно такой куркумин содержит первый в России³ Куркумин Эвалар из премиальной линии ANTI-AGE. Куркумин Эвалар производится из сырья, закупленного в Индии — на родине куркумы. Он аналогичен импортному препарату по дозировке активного вещества, но при этом выгоднее по цене⁴.

— **Как известно, весна — время преобразования. Что бы вы хотели пожелать нашим читателям?**

— Элеонора Рузвельт однажды сказала: «Красивые молодые люди — случайные творения природы, а вот красивые зрелые люди — это настоящие произведения искусства». Время не имеет власти над женщиной, которая научится управлять возрастом, а значит здоровьем. Я бы хотела пожелать нашим читательницам весенней молодости и неиссякаемой жизненной энергии!

¹ В ассортименте ЗАО «Эвалар». ² Среди БАД с указанным активным компонентом в ассортименте ЗАО «Эвалар». ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за 2017 г. БАД «Куркумин» в форме капсул №30 производства компании «Эвалар» является первой реализованной в России через аптечные учреждения добавкой куркумина. ⁴ По данным сайта apteka.ru (г. Москва) на 22.10.2018 г., в сравнении с аналогом по действующему веществу, форме выпуска (капсулы), количеству капсул в упаковке.

Линия ANTI-AGE – препараты нового поколения для управления возрастом



КАРНОЗИН

Обладает антиоксидантным действием, способствует улучшению работы мозга и сердца.



КОЭНЗИМ Q₁₀ 100 МГ

Способствует сохранению молодости и укреплению сердечной мышцы.



КУРКУМИН ЭВАЛАР

Способствует укреплению иммунитета, поддержанию здоровья печени и суставов.



ТРОЙНАЯ ОМЕГА-3

Самая высокая дозировка омега-3 — 950 мг².



АЛЬФА-ЛИПОВАЯ КИСЛОТА 100 МГ

Способствует антиоксидантной защите и детоксикации организма. Поддержка метаболизма.

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35



evalar.ru

8-800-200-52-52 (для справок) **apteka.ru**
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Екатерина Стриженова:

«Похудеть несложно, трудно удержать результат»

— Екатерина, обычно весна — это время перемен. Любите ли вы этот сезон, и что в вашей жизни меняется с его приходом?

— Я появилась на свет в марте, поэтому весна для меня — сезон особый. Это время обновления, полета, начала новой жизни. Как только я вижу на календаре 1 марта, вне зависимости от погоды за окном, в голове срабатывает установка: наступила весна. Совершенно другое настроение, другие запахи, звуки, первые почки, трава, зеленые листочки, больше солнечных лучей (а я зависима от солнца) ... В общем, это мое время года.

Если говорить об образе жизни, то весной я начинаю пить витамины, которые помогают организму восстановиться после тяжелой зимы. Стараюсь исключить из рациона вредные продукты, чтобы подготовиться к лету и пляжному сезону. Конечно, нормальные люди держат себя в форме круглогодично. Но таких мало, и я не из их числа. Я человек эмоциональный. Жизнь полна радостей и огорчений — я то поправляюсь, то худею. И вот впервые поставила себе цель — удержать результат как можно дольше!

— В вашем Инстаграм столько позитивных фото и видео, как вы занимаетесь спортом. Что вам помогает справляться с физическими нагрузками?

— Признаюсь, я всегда находила себе оправдание: заезжать в спортзал вечером после работы неудобно, ведь тогда совершенно не останется времени на общение с близкими. Но когда платформу для тренировок установили в моей примерке, отступать было уже некуда. Мы договорились с тренером Арсеном Даллакяном, что я буду заниматься 3 месяца по 3 тренировки в неделю...

Три тренировки! Для меня это оказалось настоящим испытанием! Сначала и мышцы болели, и ловила себя на мысли, что хочу все это бросить. Тренер обещал, что после 10–12 занятий я буду испытывать эйфорию. Однако никакой легкости не было и в помине. Для быстрого восстановления после тренировок мне посоветовали принимать дипептид L-карнозин. И, действительно, мне стало легче выдерживать интенсивные нагрузки: прибавилось сил и энергии, я стала меньше уставать и быстрее восстанавливалась

после тренировок. Этот дипептид называют «ловушкой для углеводов»: он связывает молекулы глюкозы в крови и не дает ей усваиваться, что благотворно сказывается на фигуре. Наконец, сегодня L-карнозин — это самый популярный геропротектор, одно из самых эффективных средств для продления молодости — ну какая женщина перед этим устоит (смеется)!

Качественный L-карнозин я нашла в одноименном препарате Карнозин от «Эвалар», который ничуть не уступает импортным средствам. Я за омоложение изнутри!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Расскажите, как вы организовали свое питание в течение дня? Может быть, поделитесь с читателями основными принципами этой диеты?

— За 3 месяца тренировок я потеряла 10 кг и 2 размера в объеме. Добиться такого эффекта только за счет занятий спортом невозможно. Пришлось сесть на диету.

Результаты диеты и тренировок были налицо. В буквальном смысле. Я в эфире каждый день. Зрители сразу же стали писать: «Мы видим эффект. Начинаем худеть вместе с вами!». Тут уже появилась дополнительная мотивация: нас набралась целая команда, и мы не давали друг другу отступить. Плюс я выкладывала видео в Инстаграм, чтобы все понимали: все изменения реальны, никакого «фотошопа». Так что этот эксперимент проходил на глазах у моих подписчиков.

— Что для вас важно в уходе за лицом и телом? Как вам удается всегда выглядеть такой сияющей — и в кадре, и в жизни?

— У меня нет времени, чтобы в течение недели посещать SPA и салоны красоты, поэтому особенно важен качественный домашний уход. Он включает тщательное очищение (оно просто необходимо при большом количестве грима) и интенсивное увлажнение — моя кожа склонна к сухости. Раньше я использовала лед с добавлением всевозможных лечебных трав. Но сейчас этот народный рецепт вытеснили патчи для кожи вокруг глаз. Порой я еду «в них» утром на работу: за это время патчи успевают убрать лишнюю

отечность — можно садиться на грим.

А еще раз в полгода я делаю «уколы красоты», они помогают «сохранить лицо», не прибегая к пластическим операциям.

Три часа во время эфира я стою на каблуках, устает все — спина, ноги, шея. Поэтому стараюсь раз в неделю пройти любимую процедуру восстанавливающего массажа: к счастью, прямо в «Останкино» работает прекрасный массажист.

Еще один важный элемент для моей красоты и здоровья в целом — конечно, омега-3 кислоты. Причем я выбираю добавки омега-3 с высокой дозировкой. И второй важный момент — это качество омега-3. Поэтому на упаковке всегда ищу значок GMP, подтверждающий, что продукт соответствует всем требованиям международных стандартов. Такой производитель максимально прозрачен и не скрывает информацию, откуда сырье.

В России такая компания есть. Это завод «Эвалар», который сырье закупает в Норвегии. Поэтому и омега-3 покупаю под брендом «Эвалар». Я выбрала Тройную Омега-3 с самой высокой дозировкой 950 мг. Для меня это очень удобно, всего 1 капсула в день.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Вашему рабочему графику не завидуешь — ранние эфиры, встречи, выступления, перелеты — привыкнуть к смене часовых поясов порой очень сложно. Как вы восстанавливаете свои силы и адаптируетесь к перебоям в распорядке дня?

— Да, это проблема для меня. У нас огромная страна, и на гастроли мы ездим в самые разные уголки России. Из-за резкой смены часовых поясов мои биоритмы сбиваются. Но график требует быть в форме здесь и сейчас. Зрителю все равно, откуда и как ты прилетела: нужно выйти и сыграть так, чтобы у него возникло желание встретиться с тобой вновь. В качестве решения проблемы мне посоветовали триптофан. Это естественная для человека аминокислота. Если принимать триптофан до и во время перелетов, то он помогает адаптироваться к перебоям биоритмов при смене часовых поясов.

Мне важно быть собранной и справляться с эмоциями. Я нашла свой допинг для мозга!

Кроме того, триптофан очень помогает и при моем безумном графике. Я встаю в 3 часа утра, в 4 — уже на гриме, в 5 — выхожу в эфир. После такого ломается режим на всю неделю. К тому же прямой эфир — это колоссальный выброс адреналина, и, когда я возвращаюсь домой, заснуть получается не сразу. И здесь тоже меня выручает триптофан. Он влияет на выработку мелатонина («гормона сна») — ночью, а днем из триптофана образуется серотонин («гормон счастья»).

Раньше триптофан можно было найти только за границей, но теперь его выпускают и у нас в России. Это триптофан высокого качества в капсулах Формула спокойствия Триптофан от «Эвалар» в правильной дозировке до 1000 мг в сутки.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Екатерина, хороший выходной — он какой для вас? Чем вы любите заниматься в свободное от работы и съемок время?

— Нельзя принять участие во всем. Поэтому кроме гастролей я не беру никакую другую работу на выходные. Использую

их чтобы отоспаться, отдохнуть, побыть с семьей, сходить всем вместе на открытие выставки, театральные и кинопремьеры, а иногда на хоккей или футбол.

Но лучше всего отключить телефон и сбежать из города — на рыбалку, в лес, на речку, покататься на лодках, посидеть у костра, попариться в баньке. Я вообще очень люблю банные процедуры, они особенно хорошо помогают отдохнуть и расслабиться перед новой рабочей неделей. А после бани люблю побаловать себя травяными чаями. Мне нравятся настоящие алтайские — они не только приятны на вкус, но и полезны для здоровья. При выборе чая я должна быть уверена в качестве трав и упаковки, которая должна сохранять все целебные свойства и аромат. И я люблю чаи со свойствами, например, успокаивающий вечерний, энергия или просто шиповник.

Такие я нашла в линии Эвалар БИО. Поэтому я часто заменяю свой обычный зеленый чай на травяные чаи Эвалар БИО. У них приятный вкус и аромат, а еще они помогают в укреплении здоровья.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Вы каждый день по 3–5 часов ведете прямой эфир. Это требует больших эмоциональных затрат и самообладания. Как справляетесь с таким напряжением?

— Да, работу на телевидении спокойной не назовешь. А мне важно быть собранной, и постоянно генерировать идеи. Сложно одновременно сохранять спокойствие, легко справляться с эмоциями и быть на пике умственной активности.

Но недавно мне попала статья японских ученых про уникальное средство, которое работает как настоящий допинг для мозга — это аминокислота L-теанин. Он невероятно «бодрит» интеллект и творческую активность, но при этом позволяет сохранять спокойствие и ясность ума. Оказывается, теанин есть в зеленом чае, но в обычной чашке его очень мало — всего 10–20 мг. Этого недостаточно, чтобы ощутить его эффект.

Поэтому я пью Теанин от компании «Эвалар» — он содержит оптимальную дозировку теанина — 500 мг в двух капсулах. Что, кстати, еще и очень удобно.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Говорят, что любой возраст женщины прекрасен. Что вам нравится в вашем возрасте?

— Мне просто нравится жить и работать вне зависимости от возраста. Нравится, что я жена, мама и уже почти год как бабушка. Кстати, мой внук тоже родился весной. Что изменилось в моей жизни с его появлением? В ней возник человек, которого мы все любим просто за то, что он есть. Ежедневно все разговоры только о нем: что он сделал, что поел, как пошел... Думаю, меня поймут все бабушки. Сейчас пуп нашей семьи — Петя Петрович.

— Вы уже больше тридцати лет в браке с вашим мужем, Александром Стриженовым. Как вы считаете, вы нашли свою формулу женского счастья?

— Один мудрый человек сказал: «Найди своих и успокойся». Мне кажется, я нашла своих и успокоилась.

Еще один важный совет я получила от мамы. Она всегда говорила, что семейная жизнь — это дипломатия, разговор и компромисс. В семье, как и в политике, нужно выслушивать все стороны, идти на уступки. Если, конечно, есть главное — любовь и желание быть вместе. В этом случае всегда можно договориться.

Видимое преображение с первых дней применения¹

Лора

Стволовые клетки Эдельвейса



Результат 20 лет исследований

Первая в России сыворотка со стволовыми клетками Эдельвейса²

- Уникальная рецептура, разработанная в Швейцарии эксклюзивно для компании Эвалар
- Синергия активных компонентов и стволовых клеток Эдельвейса обновляет каждую клетку, возвращая коже лица и шеи сияние молодости
- Доказанный результат: видимое преображение уже с первых дней применения¹
- Долгосрочный эффект¹

Наше самое совершенное средство для возвращения молодости

Продается только в аптеках
evalar.ru • 8-800-200-52-52 (для справок)
apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



Разработано в Швейцарии



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



¹ Исследование свойств экстракта стволовых клеток эдельвейса альпийского, Sederma, 2015.

² По данным исследования аптечного рынка России, 2018 г.

Уйти в минус: худеем к лету

Как только мы начинаем ощущать первое дуновение весны, легкое предчувствие тепла и летнего солнца, многие из нас не против «уйти в минус» — минус размер одежды, минус лишние килограммы, минус ненужные сантиметры. Как худеть по-весеннему легко и комфортно, эффективно и без стресса для организма?

Откуда этот лишний вес?

Одна из главных и объективных причин лишнего веса в современном мире — это переедание и недостаток физической активности. Если спорт вы можете добавить в свою жизнь самостоятельно, то с перееданием дело обстоит сложнее. Иногда с ним очень трудно бороться. Почему это происходит?

Задумывались ли вы, почему возникает желание сесть во внеурочное время за обеденный стол, и почему рука вновь потянулась к очередной шоколадке? Дело в том, что, когда мы едим, в нашем организме повышается выработка серотонина, который дает нам ощущение удовлетворенности и счастья. Как показывают исследования, для многих это главная причина переедания: не физиологический голод, а эмоциональный (психологического происхождения). Ощущая нехватку эмоций и, как следствие — серотонина, мы интуитивно тянемся за новой порцией еды, чтобы восполнить этот дефицит.

Возникает замкнутый круг. Однако выйти из него можно весьма просто: поддерживать нужный уровень серотонина и оставить, наконец, в покое все лишние конфеты, шоколадки и другие излишки еды.

Серотонин — естественное для организма соединение, которое является неотъемлемым участником многих физиологических процессов нашего организ-

ма. Его часто называют «гормоном счастья». Его уровень повышается во время эйфории и понижается во время депрессии. Но и нам самим повлиять на его количество вполне возможно. Его повышает, как уже говорилось выше, различная вкусная пища, солнечный свет, физические упражнения, а также дополнительный прием специальных добавок.

Специально для людей эмоциональных и заедающих плохое настроение, компания «Эвалар» разработала биологически активную добавку

Турбослим Нейро. Она содержит в своем составе 5-гидрокситриптофан (из экстракта гриффонии), который способствует повышению уровня серотонина¹ («гормона счастья»), что, в свою очередь, обеспечивает устранение психологической причины повышенного аппетита и перееданий². Также Турбослим Нейро содержит ингредиенты, уменьшающие тягу к сладкому и мучному².

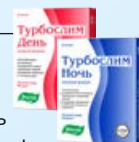


ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34–35

Попробуйте и другие средства линии Турбослим для комфортного похудения, шагнув на путь стройности уже сейчас:

Турбослим День³ и Турбослим Ночь⁴

Впервые помогают худеть не только днем, но и ночью!



Замените ваши обычные чай и кофе на **Чай⁵ и Кофе Турбослим**



Белковые батончики Турбослим⁶

Полезный перекус без лишних калорий!



Турбослим Экспресс⁷

Самое быстрое⁸ похудение за 3 дня!



³ Название по СоГР: «Турбослим день усиленная формула». ⁴ Название по СоГР: «Турбослим ночь усиленная формула». ⁵ Название по СоГР: «Чай Турбослим очищение». ⁶ Названия батончиков по СоГР: «Турбослим, белковый батончик для лиц, контролирующих массу тела» и «Турбослим батончик для похудения». ⁷ Название по СоГР: «Турбослим Экспресс-похудение». ⁸ В линии «Турбослим». Реклама

8-800-200-52-52 (для справок)
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

¹ Д. Р. Лоуренс, П. Н. Бенитт. Клиническая фармакология: В 2-х т. Т. 2. Пер. с англ. — М.: Медицина, 1993, 672 с.

² Подтверждено СоГР.

Снова грипп и ОРВИ?

Лекарства серии

ОРВИС

от компании Эвалар!



натуральное
100%
лекарство



Затяжной насморк? Гайморит?

ОРВИС Рино

- ◀ Растительный лекарственный препарат
- ◀ Устраняет отек и воспаление
- ◀ Обладает противовирусным действием
- ◀ Предупреждает развитие осложнений
- ◀ Для взрослых и детей¹

На 30 % выгоднее²

ГАРАНТИЯ
GMP
КАЧЕСТВА



Вербена



Горечавка



Бузина



Щавель



Первоцвет

Препараты серии ОРВИС при гриппе и ОРВИ

Температура?

ОРВИС ФЛЮ

Горячий напиток
на основе парацетамола



В 2 раза выгоднее³

Кашель?

ОРВИС БРОНХО

Амброксол



В 2,5 раза выгоднее⁴

Вирус?

ОРВИС ИММУНО

Тилорон



На 20 % выгоднее²

Мокрота?

ОРВИС БРОНХО

Тимьян



На 80 % выгоднее⁵

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34-35

evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) apteka.ru piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

¹ В комплексной терапии. ² По данным apteka.ru на 01.12.2018. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ», по итогам I квартала 2018 года средневзвешенная розничная цена за 1 пакетик лекарственного препарата «Орвис Флю» в форме порошка для приготовления раствора для приема внутрь производства компании «Эвалар» в 2 раза ниже импортного аналога. Аналог для сравнения выбран по дозировкам действующих веществ, форме выпуска. ⁴ По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам I квартала 2018 года средневзвешенная розничная цена за упаковку лекарственного препарата (прежнее название «Орвис Бронхо») в форме раствора для приема внутрь и ингаляций производства компании «Эвалар» в 2,5 раза ниже, чем у аналога. Аналог для сравнения выбран по действующим веществам, форме выпуска. ⁵ По данным ООО «Проксима рिसерч», по итогам I полугодия 2018 года, средневзвешенная розничная цена на территории Российской Федерации, за одну упаковку лекарственного средства (прежнее название «Бронхолпонт») по сравнению с аналогичным лекарственным препаратом.



Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

БЭБИ ФОРМУЛА МИШКИ ЭВАЛАР СПОКОЙСТВИЕ



Первые¹ витаминные мишки для спокойствия ребятишек!



- Спокойствие
- Сон
- Усидчивость
- Концентрация

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34-35

Бэби Формула Мишки Эвалар – вкуснее и выгоднее по цене на 70 %² + широкий ассортимент:

МУЛЬТИВИТАМИНЫ

ИММУНИТЕТ

ВИТАМИН С

КАЛЬЦИЙ

СПОКОЙСТВИЕ



Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



¹ В ассортименте ЗАО «Эвалар». ² По данным ЗАО «Группа DSM» (DSM Group) по итогам февраля 2018 года средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Бэби Формула Мишки» (мультивитамины) в форме пастилок жевательных №30 производства компании «Эвалар» на 70 % ниже импортного аналога. Аналог для сравнения выбран по действующим веществам и форме выпуска. Цены в конкретных аптеках могут различаться. Знак качества «Лучшее – детям» (национальный конкурс). Постановление №12 от 23.11.2018. Регистрационный №11018L1184. Сертификат GMP №C0170889 - 05, NSF International (США).

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

L-триптофан: спокойные ночи, счастливые дни

Удивительное и поистине впечатляющее по своей роли вещество, родственное организму, — триптофан. Триптофан является незаменимой аминокислотой, которую организм не производит, а значит, получить его мы можем только извне — с пищей или добавками. Чем так полезен триптофан? В чем его уникальное действие? Кому и в каких ситуациях следует обратить на него особое внимание?

Уникальное действие триптофана

Если организм получает достаточное количество триптофана, то в течение дня из него образуется серотонин — вещество, которое называют «гормоном счастья». Именно он обеспечивает нам ощущение приподнятого настроения, эмоционального и душевного комфорта. Он повышает работоспособность и стимулирует познавательную активность. Помогает сохранять эмоциональное равновесие и самообладание в моменты чрезмерных эмоциональных нагрузок. Триптофан снижает раздражительность и агрессивность, устраняет чувство тревоги, страха и нервного напряжения. Иными словами — дарит то незабываемое безмятежное ощущение, когда в душе спокойствие и комфорт.

В темное время суток из триптофана образуется мелатонин, который называют «гормоном сна». Нормальный уровень мелатонина обеспечивает легкое и быстрое засыпание, улучшает глубину и качество сна, и как результат, позволяет полноценно выспаться и отдохнуть даже за короткое время.

Источники триптофана

Наиболее богаты триптофаном красная и черная икра, семена чиа, сыр, рыба, мясо, арахис, миндаль, бобовые, творог, овес, кунжут, кедровые орехи, тыквенные семечки, молоко, йогурт и др. Если же пища не обеспечивает нужный уровень триптофана, то лучше пополнить его запасы с помощью специальных добавок.

Формула спокойствия Триптофан

от компании «Эвалар» — единственный L-триптофан в оптимальной дозировке¹, представленный в российских аптеках.

¹ В ассортименте ЗАО «Эвалар».

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Когда триптофан особенно необходим?

1. Стресс и депрессия. Стресс может быть разным. Бывает стресс, вызванный трагическими событиями. А бывает и ежедневный стресс, окружающий нас на каждом шагу — проблемы на работе, ссоры в семье, перепалки в общественном транспорте и прочее. Но при любом стрессе будет полезно поддержать организм с помощью триптофана. Он поддержит нервную систему, поможет восстановить эмоциональное равновесие и предотвратит проблемы со сном. При нехватке триптофана в организме обычные успокаивающие средства могут не дать желаемого результата.

2. Если вы пытаетесь избавиться от вредных привычек (например, от курения или переедания). Каждый раз, делая затяжку, курильщик испытывает удовольствие. Это не случайно: при курении в организме вырабатывается серотонин. Такие же процессы происходят в организме любителей вкусно и много поесть. И стоит только отказать себе в новой порции или очередной сигарете — возникает ощущение утраты, нехватки ожидаемого удовольствия. Именно поэтому избавиться от этих вредных привычек так сложно. Чтобы облегчить этот процесс, начните принимать триптофан: он поможет восстановить уровень серотонина, и будет уже гораздо легче отказаться от сигареты, лишнего кусочка торта или чипсов. Это поможет удержаться от срывов в дальнейшем и избавит от чувства утраты. Таким образом триптофан поможет отказаться от вредных привычек легко, без эмоционального напряжения и раздражительности.

3. Если предстоит перелет. При резкой смене часовых поясов сбиваются наши биоритмы. Появляется вялость, ощущение раз-

битости, мучают головные боли, нарушается сон, день и ночь меняются местами, и невозможно толком взяться за дела. А так нужно быть в форме как можно скорее!

Восстановить биоритмы естественным путем поможет триптофан. Он настраивает естественную выработку серотонина и мелатонина, нормализует цикл «сон-бодрствование», сбившийся при перелете, поможет быстрее адаптироваться к смене часовых поясов и значительно улучшить самочувствие.

Кроме того, за счет успокаивающего эффекта триптофан поможет снять нервное напряжение и страх перед полетами.

4. Проблемы в общении с незнакомыми людьми, в новом коллективе, страх перед выступлениями, скованность, неуверенность в себе. Как часто, попадая в незнакомую компанию или оказываясь в новом рабочем коллективе, мы испытываем скованность и волнение. А как трудно, собрав волю в кулак, поборов смутение и страх, блестяще показать себя на собеседовании? Для нервной системы это испытание. Здесь также будет уместно поддержать ее с помощью триптофана. Он поможет снять эмоциональное напряжение, успокоиться, отпустить чувство страха и тревоги, чтобы легко и свободно чувствовать себя в незнакомой компании и проще адаптироваться в новой среде.

Всем, кому требуется дополнительный источник триптофана, следует обратиться внимание на капсулы **Формула спокойствия Триптофан** от компании «Эвалар». Для большего эффекта допустимо использовать дозировку до 1000 мг (4 капсулы в день).



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Как защитить печень от ожирения?

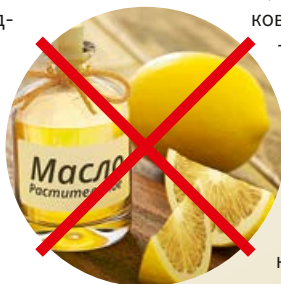
Принято считать, что проблемы с печенью есть только у тех людей, которые ведут неправильный образ жизни: злоупотребляют алкоголем, курением, находятся в зоне плохой экологии, часто принимают лекарства и ведут малоподвижный образ жизни.

Но это далеко не так. На здоровье печени влияет множество факторов, которые впоследствии могут стать причинами серьезных проблем с печенью. Надо отметить, что в 80% случаев заболевания печени бессимптомны, поскольку в ней нет болевых окончаний.

Недавнее исследование показало, что у каждого третьего, обратившегося к специалисту, была выявлена жировая болезнь печени в форме жирового гепатоза. И в большинстве случаев эти люди даже не подозревали, что у них есть какие-то нарушения в работе печени.

При обнаружении такой проблемы специалисту зачастую бывает сложно скорректировать те изменения, которые произошли в организме: требуется долгое и серьезное лечение. Именно поэтому своевременная диагностика заболеваний печени, а также их профилактика очень важны для сохранения здоровья.

Прежде всего необходимо придерживаться здорового образа жизни. Но можно обратить внимание на специальные средства, которые направлены на поддержку функциональной способности печени. Это средства растительного происхождения или состоящие из веществ, родственных организму, что обеспечивает их щадящее действие и хорошую переносимость. Они действуют комплексно, оказывая многоплановое действие.



Для защиты печени от ожирения воспользуйтесь препаратами **Гепатрин** и **Гепатрин Детокс** от компании «Эвалар».

Уникальный* состав Гепатрин Детокс включает в себя: **L-орнитин** — естественная для организма аминокислота, которая способствует обезвреживанию и выведению токсинов. **Инозитол** (витамин В₈) — выводит излишки жира из клеток печени, не давая ему накапливаться, тем самым защищая печень от ожирения.

Таурин — обеспечивает энергией клетки печени, восстанавливая их работу.

Действуя в комплексе, ингредиенты Гепатрин и Гепатрин Детокс интенсивно выводят токсины, защищают печень от ожирения и восстанавливают ее естественную работу.



Реклама

* В ассортименте «Эвалар».

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Для защиты печени от неблагоприятных факторов, в том числе плохой экологии и вредных привычек (курение, алкоголь, переедание) периодически проводите очищение печени. «Зашлакованная» печень ослабевает и начинает вырабатывать токсичную желчь, которая тоже может отравлять организм. Поэтому каждую весну и осень рекомендуется проводить очищение печени, чтобы удалять токсичную желчь.

Если вы чистите печень народными средствами, попробуйте заменить их на **Овесол** — современное натуральное средство для бережного очищения печени от токсинов.

Только в нем¹ овес молочной спелости в сочетании с желчегонными травами: куркумой, володушкой, бессмертником, шиповником, мятой² — синергично воздействуют на процесс желчеобразования и желчевыведения, что особенно важно в процессе очищения печени.

Для миллионов россиян Овесол уже стал номером один³ для очищения печени. Пусть и для вас он станет надежным помощником!

¹ Среди препаратов ЗАО «Эвалар». ² Состав БАД «Овесол усиленная формула». ³ По данным «ДСМ Групп» БАД «Овесол» производства «Эвалар» является самым продаваемым брендом в группе средств для печени и желчного пузыря за 2017 г.

evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) apteka.ru
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



Реклама

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Почему так важен таурин?

Компания «Эвалар» выпустила лекарственное средство **КардиоАктив Таурин** для комплексного лечения сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета 1 и 2 типа, заболеваний глаз и печени.

Включение препарата КардиоАктив Таурин в стандартное лечение позволяет умеренно снижать артериальное давление, уровень сахара, холестерина и триглицеридов в крови, улучшать работу сердечной мышцы и повышать работоспособность.

Реклама.

Таурин — это родственная нашему организму аминокислота. Он практически не имеет побочных действий и хорошо сочетается с другими лекарственными средствами.

Таурин содержится в головном и спинном мозге, мышцах, печени, почках, крови, грудном молоке и тканях глаза. В сердце, например, на долю таурина приходится 50% от суммы всех незаменимых аминокислот — несложно догадаться, насколько важен таурин для организма. И вполне закономерно, что многие болезни начинаются именно из-за его дефицита.

Почему таурин нужен всем, у кого есть сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет, проблемы с печенью и глазами?

При несбалансированном питании, а также с возрастом, уровень таурина в организме стремительно падает, и его недостаток приводит к негативным последствиям. Поэтому необходимо принимать препараты с таурином, чтобы утолить «тауриновый голод» и не допустить развития болезни. Кроме того, устранение дефицита таурина в организме — это не только профилактика заболеваний, но и один из эффективных методов их лечения.

«Если бы все представители медицинской профессии признавали или понимали ценность таурина, он бы числился в тройке самых популярных лекарств» — таким образом в свое время выразил восхищение таурином известный американский кардиолог Роберт Аткинс. И сегодня таурин не перестает удивлять своими многочисленными лечебными свойствами. Более того, эффективность применения таурина в лечении многих заболеваний уже неоднократно подтверждена клиническими исследованиями.

И неважно, будете ли вы принимать только таурин или добавите его к стандартным препаратам — в любом случае вы ощутите его положительный эффект. Но включение таурина в комплексное лечение повышает эффективность других препаратов, а также позволяет снизить дозировку тех, побочные явления которых могут значительно ухудшать качество жизни.

Стоит также отметить, что препараты на основе таурина невозможно передозировать, ведь его излишки легко выводятся из организма. Таурин хорошо сочетается с другими лекарственными средствами и практически не имеет побочных действий, поэтому препараты таурина продаются в аптеках без рецепта врача.

Таурин успешно применяется в комплексной терапии целого ряда заболеваний

Сердечно-сосудистые заболевания

При болезнях сердца таурин улучшает обменные процессы, уменьшает застойные явления в малом и большом круге кровообращения, повышает устойчивость миокарда к нагрузкам, повышает сократимость сердечной мышцы (максимальная скорость сокращения и расслабления), тем самым помогает стабилизировать сердечный ритм, снижает отеки и одышку, способствует исчезновению болей в области сердца.

При артериальной гипертензии таурин умеренно снижает артериальное давление, но при этом у людей с сердечно-сосудистой недостаточностью и пониженным давлением на уровень давления он не влияет.

Также таурин рекомендуется в качестве дополнительного средства при лечении сердечными гликозидами для снижения их дозировки и снятия симптомов интоксикации: тошноты, рвоты, повышенного слюноотделения, нарушения зрения, аритмии.

Сахарный диабет 1 и 2 типа

При сахарном диабете уже спустя 2 недели после начала приема таурина снижается концентрация глюкозы в крови. Кроме того, таурин задерживает развитие диабетических сосудистых осложнений. Таурин положительно влияет и на общее состояние: устраняет сухость во рту, жажду, утомляемость, боли в ногах.

При сахарном диабете 2 типа таурин применяется в комплексной терапии с антидиабетическими средствами, а при сахарном диабете 1 типа — с инсулинотерапией.

Заболевания глаз

Таурин необходим для здоровья глаз: доказано, что недостаток таурина в хрусталике и роговице приводит к катаракте. При длительном приеме таурина (около 6-ти месяцев) улучшается микроциркуляция крови в сосудах глаз, что способствует улучшению зрения. Также таурин назначают при повышенной зрительной нагрузке и после операции на глазах.

Заболевания печени

Таурин применяется и при поражениях печени, которые развиваются при различных заболеваниях, в том числе диабете, и при злоупотреблении алкоголем (гепатиты, цирроз печени). Таурин увеличивает кровоток в печени и уменьшает разрушение ее клеток. Положительно влияет и на жировой обмен: снижает уровень общего холестерина и холестерина липопротеидов низкой плотности, понижает уровень триглицеридов. Кроме того, выявлено, что таурин снижает негативное влияние на печень противогрибковых препаратов.



Беспокоит сердце?



Повышено давление?



Холестерин и сахар в крови?

Принимайте для комплексного лечения

КардиоАктив Таурин

НА
50%
ВЫГОДНЕЕ
ПО ЦЕНЕ¹



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34-35

- Умеренно снижает давление, холестерин и сахар в крови
- Улучшает микроциркуляцию в сосудах глаз
- Улучшает кровообращение и обменные процессы в сердце, печени и других органах и тканях

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (для справок)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

¹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам I квартала 2018 года средневзвешенная розничная цена за упаковку ЛС «Кардиоактив Таурин» в форме таблеток №60 производства компании «Эвалар» в 1,5 раза ниже, чем у аналога. Аналог для сравнения выбран по действующему веществу и дозировке. Применяется в комплексной терапии. Реклама



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ГОТОВИМ СУСТАВЫ К ЛЕТУ

Азарт, с которым мы встречаем долгожданное лето, порой приводит в ужас многих врачей. Мы хотим максимально насыщенно провести каждый теплый день после «ленивой» зимы: работа, дача, много часовые прогулки, путешествия. Но многие забывают, что за зиму организм отвык от физических нагрузок, а с приходом теплых дней его заставляют усиленно трудиться. И это становится причиной обострений многих заболеваний, особенно суставов.

Начинаем дачный сезон правильно.

Именно любители дачной жизни с приходом тепла начинают ставить трудовые рекорды, один за другим, не замечая усталости, забывая про отдых и сон. Не стремитесь сделать все и сразу — повышайте нагрузки постепенно. Перед началом работы разогревайте мышцы, выполнив легкую разминку. Во время работы старайтесь не находиться в одной позе более 10–15 минут — от этого суставы страдают больше всего.

Активный отдых — в меру. Конечно, ничто не сравнится с удовольствием от купания в реке или озере в жаркий летний день, а долгожданный поход в горы принесет массу впечатлений, но старайтесь соблюдать меры безопасности. Во время плавания не делайте слишком размашистые движения, дозируйте время, проведенное в воде, особенно если она холодная. Если планируете длительную пешую прогулку — подберите обувь с амортизацией, чтобы снизить нагрузку на суставы стоп.

Главное — питание суставов. Но все эти меры могут оказаться бесполезными, если суставы не будут получать необходимого питания. Поэтому желательно уже сейчас, не дожидаясь разгара лета, начать принимать хондропротекторы — препараты, которые содержат необходимые для здоровья суставов компоненты. При систематическом и длительном применении они улучшают функцию суставов, повышают эластичность и амортизационные свойства хряща, уменьшают боль.

Выбирая хондропротектор, обратите особое внимание на его состав. Хороший эффект окажут препараты, которые содержат:

- **коллаген** — это белок, который не позволяет истончиться хрящевой ткани и придает суставам упругость, прочность и стойкость к нагрузкам
- **хондроитин и глюкозамин** — они запускают процесс регенерации хрящевой ткани, стимулируя ее восстановление
- **метилсульфонилметан (MSM)** — это органическая сера — она снимает боль, отеки и воспаления
- **гиалуроновую кислоту** — это «волшебный гель», который удерживает влагу в суставах и сохраняет их эластичность и способность амортизировать нагрузки.

Все перечисленные ингредиенты в оптимальных дозировках собраны в препаратах серии Хонда производства «Эвалар».

Самое сильное средство серии — это **напиток Хонда drink**, в каждой порции которого содержатся максимальные¹ дозировки сразу пяти компонентов от ведущих мировых поставщиков:

- коллаген — 8000 мг (Франция)
- хондроитин — 800 мг и глюкозамин — 1350 мг (Испания)²
- гиалуроновая кислота — 50 мг (Швейцария)
- метилсульфонилметан (MSM) — 600 мг (Германия)

На рекомендованный курс — 20 дней — достаточно 2 упаковок.

¹ В серии «Хонда». ² Указаны дозировки хондроитина сульфата и глюкозамина гидрохлорида.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34–35

Чтобы закрепить полученный результат, продолжайте регулярно принимать **таблетки Хонда Форте** в течение 3 месяцев. Они содержат оптимальные дозировки хондроитина и глюкозамина — по 500 мг², как известные аналоги, но Хонда Форте выгоднее на 50% по цене!³



Дополнительно используйте **крем Хонда Максимум** для создания оптимальной концентрации хондроитина и глюкозамина в области суставов и позвоночника.



Комплекс Хонда⁴ обладает хондропротекторными, противовоспалительными⁵ свойствами и способствует:

- снижению болезненности в области суставов и позвоночника
- повышению устойчивости суставов к нагрузкам, снижению риска разрушения хрящевой ткани
- улучшению подвижности и гибкости суставов
- защите суставов от возрастных изменений
- стимулированию восстановления хрящевой ткани.

² Указаны дозировки хондроитина сульфата и глюкозамина гидрохлорида. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам 1 квартала 2018 года средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Хонда Форте» в форме таблеток № 60 производства компании «Эвалар» в 1,5 раза ниже, чем у аналога. Аналог выбран по действующим компонентам и дозировке. ⁴ «Хонда Форте», «Хонда drink». ⁵ «Хонда drink».

8-800-200-52-52 (для справок) **apteka.ru**
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Самая совершенная Омега¹

Тройная Омега-3 Эвалар

в 3 раза больше пользы²



Самая высокая дозировка Омега-3¹ – 950 мг вместо 300 мг, как в обычных капсулах².

Сырье высочайшего качества из Норвегии от компании с мировым именем BASF с высокой степенью очистки, превышающей даже требования европейской фармакопеи.

В 3 раза больше пользы² для поддержания: здоровья сердца и сосудов, уровня холестерина в норме, суставов, красоты кожи, волос, ногтей, молодости.

Всего 1 капсула в день – для тех, кто ценит качество и удобство приема!

Разрешена беременным и кормящим женщинам.

Тройная Омега-3 Эвалар⁴ – безупречное качество без переплат!

В серию Anti-Age⁵ входят:



Тройная
Омега-3

950 мг*



Двойная
Омега-3

700 мг*



Концентрат
рыбьего жира
Омега-3

350 мг*



Омега 3-6-9

SUPER

Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (для справок)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



*В одной капсуле. ¹ В ассортименте ЗАО «Эвалар». ² Сравнение произведено с БАД с самой распространенной на рынке дозировкой Омега-3 – 300 мг (это дозировка БАД, лидирующих на рынке за первое полугодие 2018 года по данным ЗАО «Группа ДСМ»). ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group) на ноябрь 2018 года средневзвешенная розничная цена за 1 капсулу биологически активной добавки «Тройная Омега 3 950» производства компании «Эвалар» выгоднее, чем у аналога в 1,5 раза (на 50%). Аналог для сравнения выбран по действующему веществу и дозировке. Цены в конкретных аптеках могут различаться. Название по СоГР: «Тройная Омега 3 950 мг». «Анти-Эйдж» – антивозрастной.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

Летом ножки — в босоножки!

Начните лечить грибок весной, чтобы к лету иметь здоровые и красивые ножки и без стеснения носить любую обувь. Ведь с приходом тепла и освобождением от зимней обуви активизируются одни из самых коварных заболеваний — грибковые инфекции или микозы. В чем их опасность и как с ними бороться?

Недуг каждого пятого

Возбудителей грибковой инфекции невозможно разглядеть невооруженным глазом. Однако заболевания, которые они способны вызывать, уже давно превратились в проблему планетарного масштаба. По данным ВОЗ, 20% населения земного шара страдает различными формами грибковой инфекции. Если бы все микозы удалось уничтожить, то дерматовенерологи сразу лишились бы четверти своих пациентов!

Многие считают грибок ногтей и кожи «всего лишь» косметической проблемой, но на самом деле это коварное и опасное заболевание. Без своевременного и грамотного лечения оно может привести к серьезным осложнениям — от язвы стопы и остеомиелита до гангрены. Кроме того, микозы провоцируют развитие аллергических заболеваний — от крапивницы и дерматита вплоть до астмы, и увеличивают вероятность непереносимости лекарств, особенно антибиотиков.

Как лечить?

При лечении грибка чаще всего применяют различные наружные средства, то есть те, которые наносятся непосредственно на очаг поражения — кожу и ногти. Но средством №1 среди них заслуженно является **нафтифин**. Он был синтезирован еще в 1974 году, и вот уже четыре десятилетия успешно сражается с грибковыми инфекциями. С тех пор фармацевтика обогатилась множеством новых противогрибковых средств, но превзойти нафтифин по востребованности не удалось пока ни одному из них. И это не удивительно, если вспомнить о всех его достоинствах.

Во-первых, широчайший спектр действия: под прицелом нафтифина практически все возбудители микозов. Во-вторых, нафтифин убивает бактерии, которые вызывают вторичные осложнения грибковых инфекций. И в-третьих, нафтифин снимает воспаление, часто сопровождающее грибок, устраняет зуд и жжение.

Чтобы насладиться летом в полной мере — начните лечение прямо сейчас!

МИЗОЛ ЭВАЛАР С НАФТИФИНОМ



Самое выгодное лекарство для лечения грибка¹

На 75% выгоднее самого популярного средства с нафтифином!²

Лечит грибковые инфекции кожи и ногтей, в том числе:

- микозы
- кандидозы
- дерматомикозы
- лишай

Устраняет зуд и жжение

Удобно! Применение 1 раз в день!

Произведено «Эвалар»: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35



evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) apteka.ru
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

¹ Среди средств с нафтифином; по данным ООО «ПРОКСИМА РИСЕРЧ» за март 2018 г.
² По данным ООО «ПРОКСИМА РИСЕРЧ» за март 2018 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРО-
КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Куркумин Эвалар

Первый в России¹ легко усваиваемый Куркумин



В последнее время диетологи рекомендуют включать куркуму в рацион питания для снижения риска возникновения онкологических заболеваний².

Установлено, что основным веществом, определяющим полезные свойства куркумы, является куркумин.

Многочисленные исследования куркумина подтвердили, что он оказывает эффективное положительное влияние на поддержание здоровья.

Однако куркумин из специи усваивается не полностью, а лишь на 5-10 %, поэтому в оздоровительных комплексах его переводят в мицеллярную форму для полного усвоения.

Мицеллярную форму куркумина содержат капсулы Куркумин Эвалар.

Прием Куркумина Эвалар способствует:

- укреплению иммунитета;
- защите организма от вирусов, бактерий, грибов;
- защите и очищению печени;
- мягкому желчегонному действию;
- снижению риска образования желчных камней;
- уменьшению воспалительных процессов;
- снижению боли в суставах³.

Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



¹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за 2017 г. БАД «Куркумин» в форме капсул № 30 производства компании «Эвалар» является первой реализуемой в России через аптечные учреждения добавкой куркумина. ² Давид Серван-Шрейбер. Антирак. Новый образ жизни. – М.: 2013 г. – 496 с. ³ Подтверждено CoRP.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

«Эвалар» – производство полного цикла

«Эвалар» — первая фармкомпания, которая создала полный цикл производства растительных препаратов от выращивания лекарственных растений на собственных плантациях до их переработки в готовые формы: таблетки, капсулы, капли и т. п. В промышленных объемах компания выращивает более 20 культур и еще порядка 10 на экспериментальных полях.

Пустырник сердечный является одной из тех культур, которые компания возделывает на собственных плантациях в Алтайском крае, перерабатывает в сухой экстракт, далее используемый в готовой лекарственной форме.

Не каждый пустырник столь совершенен

Главный агроном Александр Шарыкин не одно десятилетие занимается выращиванием лекарственных трав и адаптацией сортов лекарственных растений к климатическим условиям Алтайского края:

«Алтай — уникальный регион для выращивания лекарственных трав — здесь солнечных дней столько же, как и в Сочи, а резко континентальный климат позволяет растениям накапливать максималь-

«Эвалар» выдерживает жесткие требования к выращиванию лекарственного растительного сырья: оно должно быть экологически чистым, выращиваться в экологически чистых районах, при выращивании запрещено применение химических удобрений.



ную активность и, в то же время, делает их устойчивыми и к жаре, и к холоду.

Пустырник является одним из ключевых растений для «Эвалар», хотя выращивать его и нелегко. Его семена настолько невелики, что, если их посадить глубоко — они не взойдут, а мелко посеять — улетят с ветром. Поэтому мы высеем пустырник под так называемый «покров», то есть с использованием покровной культуры — например, овса. И когда овес всходит, мы начинаем высевать пустырник поперек посева овса. Таким образом, проросший овес «удерживает» семена пустырника, а кроме того — подавляет рост сорняков. Когда в июле-августе всходит пустырник, овес мы скашиваем, а пустырник — идет в рост. Ростки успешно зимуют под снегом и уже весной активно идут в рост. Метод сложный и трудозатратный, но по-другому пустырник сердечный не вырастить. Могу сказать, что из 20 видов пустырника выраженным седативным эффектом обладает только один.



Многие спрашивают нас — зачем мы выращиваем сырье сами? Ответ один: хорошее сырье — основа качества. В своем сырье мы можем быть уверены, мы можем гарантировать, что в наших травах содержание биологически активных веществ высокое».



При переработке любого растительного сырья главный фактор — температура. При температуре выше 60 градусов активность экстракта резко падает. Поэтому мы научились работать при низкотемпературных режимах, сохраняя все полезные свойства растения.

Передовые технологии — гарантия сохранения активных веществ

Технический директор ЗАО «Эвалар» Евгений Антоненко:

«После выращивания растений возникает другая, не менее значимая задача — как переработать все так, чтобы максимально сохранить биологически активные вещества растений. На производстве «Эвалар» применяются самые передовые технологии и современное европейское оборудование таких фирм, как Ульман (Uhlmann Pas-Systeme GmbH & Co. KG), Бош (Bosch), Корш

(Korsch AG). Новейшие технологии позволяют нам контролировать процесс производства экстракта на самом высоком уровне.

Так, трава пустырника, предварительно измельченная, сушится под воздействием теплого воздуха, температура которого не превышает 50 градусов Цельсия. После этого сырье загружается в экстрактор, где в качестве экстрагента используется водно-спиртовой раствор (этиловый спирт 40°), который многократно пропускается через слой травы, растворяя в себе все активные вещества.

Далее происходит бережное упаривание раствора под вакуумом — опять же в мягком температурном режиме, не более 50 градусов Цельсия. После этого сырье поступает в сушильный аппарат. На ленту подается густая масса, лента движется, и, по мере движения в длинной трубе, оставшаяся вода испаряется, на выходе получается сухой растительный экстракт пустырника, визуально напоминающий растворимый кофе. Теперь это уже не просто порошок — это субстанция фармакопейного качества, которая идет для изготовления оригинального запатентованного лекарственного средства.

Гость номера

Екатерина Стриженова,
актриса, телеведущая:



Была приятно удивлена, увидев препараты «Эвалар» во Франции в одной из аптек. Все знают, что на Западе к качеству и безопасности товаров предъявляются очень высокие требования. Сам факт присутствия «Эвалар» на международном рынке подтверждает, что вся продукция компании соответствует международным стандартам GMP. Именно поэтому многие новинки для укрепления здоровья выбираю под брендом «Эвалар».

Реклама

На следующем этапе сухой экстракт пустырника смешивается с другими действующими веществами — магнием (в виде аспарагината магния) и витамином B₆, после чего готовый состав подлежит таблетированию, блистерированию и упаковке в пачку».

Контроль качества

Директор по качеству ЗАО «Эвалар» Наталья Нонко:

«Мы исследуем наши продукты на всех стадиях технологического процесса: это входной контроль сырья, технологический контроль в процессе производства и приемочный контроль, когда проверяем готовую продукцию.

Задача лабораторий Отдела контроля качества состоит именно в тотальном контроле — за качеством и безопасностью сырья и готовых форм, микробиологической чистотой помещений и так далее. К этому

Всего сырье и готовые формы проходят более 20 этапов проверки. За качеством у нас следят две аккредитованные лаборатории — химико-аналитическая и микробиологическая.

нас обязывают международные стандарты, по которым работает компания. А поскольку мы поставляем продукцию на внешние рынки, то в своей работе мы должны соответствовать их жестким требованиям».

Вот так алтайское растение пустырник сердечный, пройдя полный производственный цикл, становится лекарственным средством.

Сила природы для щитовидной железы

Сегодня для лечения щитовидной железы применяют в основном синтетические гормональные препараты. Однако стоит отметить, что все они могут иметь ряд побочных эффектов и значительно снижать качество жизни.

Именно поэтому фитотерапевты постоянно изучают свойства лекарственных растений и эффективность их применения для лечения щитовидной железы. Отдельного внимания заслуживает редкий вид травы — лапчатка белая. Основные работы по ее изучению проводились в 70–80-х годах прошлого века. По результатам клинических исследований было установлено, что корень лапчатки белой — это мощный регулятор уровня гормонов щитовидной железы. В лапчатке белой содержатся важные для здоровья щитовидной железы вещества, поэтому лапчатка поддерживает ее нормальную функцию и размеры.

В России это уникальное растение выращивает компания «Эвалар» на собственных плантациях в экологически чистых предгорьях Алтая. Специалисты компании тщательно следят за ростом растения, собирают строго в период максимальной насыщенности биологически активными веществами и перерабатывают по современной технологии при низкотемпературных режимах, чтобы сохранить максимум пользы растения.

Сегодня на полках аптек вы найдете **Эндокринол** от компании «Эвалар» — самый популярный¹ в России негормональный растительный комплекс на основе именно корней лапчатки белой. Он способствует поддержанию нормальной функции щитовидной железы, ее структуры, размера и баланса гормонов. Специально разработанная формула из экстракта и порошка корней лапчатки белой в составе Эндокринола обеспечивает их синергичное действие, а выверенная специалистами дозировка позволяет добиться максимального эффекта. Кроме того, Эндокринол — это единственный² комплекс для здоровья щитовидной железы, действующий изнутри (капсулы) и снаружи (крем-гель) — для оптимальной концентрации биологически активных веществ.

¹ По данным маркетингового агентства ЗАО «Группа ДСМ» по итогам I квартала 2018 года бренд «Эндокринол» занимает первое место по объему аптечных розничных продаж в стоимостном выражении среди БАД, поддерживающих функциональную активность щитовидной железы. ² По данным маркетингового агентства ЗАО «Группа ДСМ», за период 2015–2017 гг. Реклама



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34–35



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



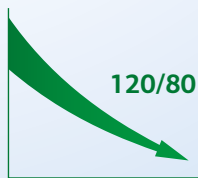
Пустырник Форте Эвалар не только успокаивает...



но и снижает давление, поднявшееся из-за стресса, обладает умеренным кардиотоническим действием (замедляет ритм и увеличивает силу сердечных сокращений – выравнивает ритм сердца).



УСПОКАИВАЕТ



ДАВЛЕНИЕ



РИТМ СЕРДЦА



В его уникальном¹ составе – именно тот сорт пустырника сердечного, который произрастает на Алтае и обладает одним из самых высоких показателей седативности². Кроме того, только в Пустырнике Форте Эвалар высокая суточная дозировка пустырника (100 мг³) усилена «элементами спокойствия» магнием и витамином В₆.

Пустырников много, а Пустырник Форте Эвалар один!¹

Произведено Эвалар: высокое качество по стандарту GMP⁴.

Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

apтека.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34-35

¹ Патент РФ 2361599. ² Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г. ³ Согласно инструкции по медицинскому применению препарата Пустырник Форте Эвалар при рекомендации максимальных дозировок. ⁴ Заключение №GMP 0099-000141/16 (РФ). Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Золотой стандарт мумие

Золотое мумие Эвалар¹ — 100% алтайское очищенное мумие, изготовленное по оригинальной технологии, которая позволяет максимально сохранить активные действующие вещества: витамины, аминокислоты и более 30 микро- и макроэлементов с высокой биодоступностью.

Золотое мумие Эвалар способствует поддержанию нормального состояния костной ткани и повышению защитных сил организма.



Как быстрее восстановить кости при травмах?

Вашим помощником может стать **Горный кальций D₃** от компании «Эвалар». Это единственный² комплекс кальция, который дополнительно усилен алтайским мумие. Мумие содержит более 30 микро- и макроэлементов, которые способствуют повышению прочности костей и лучшему усвоению кальция. Именно поэтому Горный кальций D₃ Эвалар способствует укреплению костной ткани, снижению риска возникновения травм и быстрому восстановлению костной ткани при переломах. Кроме того, Горный кальций D₃ может снизить риск развития остеопороза, а также поддерживать прочность костей, ногтей и зубов.



Как снизить риск инфаркта и инсульта?

Лекарство **Гинкоум*** способно не только снижать риск инфаркта и инсульта², препятствуя образованию тромбов, но и:

- улучшать кровоснабжение мозга, память, внимание и умственную активность,
- устранять головную боль, головокружение, шум в ушах, в том числе у метеозависимых людей².

Гинкоум — в 2 раза выгоднее по цене!³



Тройной удар по паразитам

Тройчатка Эвалар содержит 3 травяные горечи, заключенные в капсулы, которые обладают мягким желчегонным и сокогонным действием, помогают выводить из организма как «непрошенных гостей», так и продукты их жизнедеятельности. Уникальный состав Тройчатки Эвалар защищен патентом⁴.



Защищаем суставы, не повреждая желудок

Из-за побочных действий синтетических средств для суставов, многие вынуждены искать им альтернативу и переходить на растительные средства, которые не вызывают проблем со стороны желудочно-кишечного тракта. Известно, что для суставов особенно полезны сабельник и мартиния. Современные технологии производства позволяют создавать на их основе натуральные средства для защиты суставов с более мягким действием.

Настойка Сабельника* Эвалар лечит суставы и позвоночник, не повреждая желудок. Препарат оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении суставов и позвоночника, а при совместном приеме с НПВП усиливает терапевтический эффект, что позволяет снизить их дозу⁸.

В составе **Артромаксимум с мартинией** только⁹ экстракт мартинии, которая способствует уменьшению воспалительных процессов суставов и снижению боли, а также обладает хондропротекторным действием, блокируя разрушение хряща. Артромаксимум с мартинией способствует улучшению подвижности суставов и позвоночника, снижению повышенного уровня мочевой кислоты и риска развития подагры.



Удобное устройство для промывания носа На 30% дешевле аналога⁶

АкваМастер* — это не только готовое лекарство — солевой спрей, но и удобное устройство для промывания носа морской солью Мертвого моря. Рекомендован взрослым и детям при ринитах, гайморитах, ОРВИ и гриппе, аденоидах⁷. Возьмите за правило ежедневно промывать нос с помощью устройства АкваМастер Эвалар и наслаждайтесь легким дыханием и свободой от вирусов! АкваМастер Эвалар значительно экономит ваш семейный бюджет!



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Глубокое увлажнение кожи изнутри

Гиалуроновая кислота Эвалар в капсулах для приема внутрь содержит максимум¹⁰ (150 мг) гиалуроновой кислоты швейцарского производства для глубокого увлажнения кожи, улучшения ее тонуса и упругости. Именно такая форма приема гиалуроновой кислоты — внутрь — пользуется все большей популярностью в Европе и США. Гиалуроновая кислота Эвалар — самая популярная в России¹¹. Удобный прием — 1 капсула в день.



Ищете средство от выпадения волос?

Эксперт волос Эвалар способствует укреплению волосяных луковиц и уменьшению выпадения волос.

Таблетки Эксперт волос Эвалар насыщают волосы натуральными витаминами, которые усваиваются лучше синтетических¹⁴.

Лосьон Эксперт волос в форме спрея пробуждает спящие волосяные луковицы, усиливая рост волос.

Шампунь и бальзам Эксперт волос оживляют волосы силой 6 протеинов: коллагена, эластина, кератина, L-карнитина, L-аргинина и таурина.

Результат от совместного применения средств Эксперт волос — заметное уменьшение выпадения волос на 85% за 1 месяц и усиление их роста¹⁵.



ГДЕ КУПИТЬ? Смотрите на стр. 34–35

Комплексный подход для здоровья женской груди

Мастофит выпускается в форме таблеток и крема и содержит целый комплекс растительных экстрактов: витекса, фукуса и индолы брокколи. Витекс снижает уровень пролактина — одного из главных виновников чрезмерного нагрубания груди перед месячными. Фукус — источник органического йода. А главное — индолы! Мастофит содержит не синтезированные, а «живые» природные индолы брокколи. Такой комплекс «живых» индолов работает в 80 раз эффективнее, чем искусственно синтезированные индолы¹².



Природный источник женского здоровья В 2 раза выгоднее аналога¹³

Индол Форте Эвалар содержит индол-3-карбинол — вещество, которое способствует поддержанию здоровья молочной железы. 1 капсула Индол Форте Эвалар обеспечивает суточную потребность организма в индол-3-карбиноле, что примерно равно 1 кг капусты брокколи.



Простое решение «деликатной проблемы»

Запор часто называют «деликатной проблемой», но его последствия для организма достаточно серьезные. Чтобы избежать возможного риска для здоровья, принимайте **Фитолакс**. Сочетание фруктов и послабляющих трав в одной таблетке оказывает естественную помощь кишечнику. Фруктовые жевательные таблетки Фитолакс приятны на вкус, не требуют запивания и удобны для применения в любой ситуации.

Попробуйте также Фитолакс чай в фильтр-пакетах, жидкий концентрат на сливовом соке и батончик с пищевыми волокнами. Выберите для себя удобную форму послабляющего средства!



Усиленная валериана

Попробуйте усиленную валериану под названием **Релаксозан** от компании «Эвалар»!

Она отличается:

- максимальным успокаивающим и релаксирующим действием⁵ за счет высокой дозировки стандартизированного экстракта валерианы (Германия) — 500 мг в сутки,
- оптимальным сочетанием валерианы с мятой и мелиссой в одной таблетке, что обеспечивает их синергичное успокаивающее действие,
- выгодной ценой¹⁶.



Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.

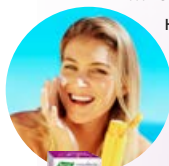


evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) apteka.ru piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

¹ Название: «ЗОЛОТОЕ МУМИЕ® мумие алтайское очищенное». ² Вызванных нарушениями кровообращения и повышенной вязкости крови. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за октябрь 2018 г. средневзвешенная розничная цена за упаковку лекарственного препарата «Инкоум» производства «Эвалар» в форме капсул в 2 раза ниже, чем у импортного аналога. Аналог для сравнения выбран по активному веществу. Цены в конкретных аптеках могут различаться. ⁴ Патент РФ № 2241482. ⁵ В ассортименте «Эвалар». ⁶ По данным ЗАО «Группа ДСМ», за октябрь 2018 г. средневзвешенная розничная цена за упаковку изделия медицинского назначения «АкваМастер» в форме устройства для орошения и промывания слизистой полости носа + средства для орошения и промывания №10 производства компании «Эвалар» в 1,3 раза ниже аналогичного комплекта. ⁷ В комплексной терапии. ⁸ В рамках рекомендаций по применению. ⁹ По действующим компонентам. ¹⁰ Максимум предельно допустимой нормы содержания гиалуроновой кислоты для БАД. ¹¹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за октябрь 2018 г. бренд «Гиалуроновая Кислота» производства ЗАО «Эвалар» занимает первое место по продажам в упаковках среди биологически активных добавок, содержащих гиалуроновую кислоту. ¹² Food and Chemical Toxicology (журнал «Пищевая и химическая токсикология»). — 1987. — Vol. 25. — pp. 363–368. ¹³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group), за октябрь 2018 г. средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Индол Форте» в форме капсул №60 производства компании «Эвалар» в 1,9 раза ниже, чем у аналога. Аналог для сравнения выбран по активному веществу и форме выпуска. Цены в конкретных аптеках могут различаться. ¹⁴ Журнал «Первостольник» №9, 2011 г. ¹⁵ По результатам экспериментально-клинических испытаний косметической продукции — шампунь «Эксперт волос». ¹⁶ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group), за октябрь 2018 г. средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Релаксозан» в форме таблеток для приема внутрь №20 производства компании «Эвалар» в 2 раза ниже, чем у импортного аналога. Аналог для сравнения выбран по активному веществу. Цены в конкретных аптеках могут различаться.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Если вы опасаетесь фотостарения кожи...



...то начните думать об этом уже сейчас — ведь даже весеннее солнце очень коварно. Косметологи рекомендуют защищать лицо от фотостарения уже с начала марта, поэтому носите темные очки и используйте солнцезащитные кремы. Длительное пребывание под ультрафиолетом сушит и обезвоживает кожу, разрушает эластичные волокна, которые теряют свою гибкость и тонус.



Выбирайте максимальную защиту — такую вам может обеспечить антивозрастной крем **ЛОПА SPF 50** от компании «Эвалар». Этот крем защищает от UVB и UVA лучей. ЛОПА SPF 50 может заменить вам сразу несколько обычных средств: солнцезащитный крем, ваш обычный антивозрастной крем и средство для увлажнения кожи, также крем устраняет пигментные пятна.

Если у вас гипертония и вы заболели ОРВИ...

...то вам нужно знать, что из существующих лекарств в форме горячих напитков с парацетамолом гипертоникам подходят далеко не все.



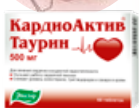
Вам подойдет лекарственный напиток **ОРВИС Флю*** от компании «Эвалар», который не содержит фенилэфрина гидрохлорида, вызывающего повышение артериального давления. ОРВИС Флю не сужает сосуды и не повышает давления и в то же время устраняет основные симптомы ОРВИ и гриппа — озноб, головную боль, заложенность носа, повышенную температуру, чихание. Напиток содержит натуральный сок лимона и экстракт имбиря. В отличие от других подобных напитков ОРВИС Флю не содержит сахара, что дает возможность принимать его людям, больным сахарным диабетом.



Если вы проходите лечение сердечно-сосудистых заболеваний...



...то добавьте к вашему лечению таурин. Он хорошо сочетается с другими лекарственными средствами и практически не имеет побочных действий, поэтому препараты таурина продаются в аптеках без рецепта врача. Включение таурина в комплексное лечение повышает эффективность других препаратов, а также позволяет в дальнейшем снизить их дозировку.



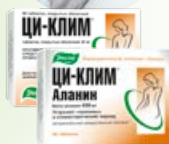
Лекарственный препарат **КардиоАктив Таурин*** от компании «Эвалар» применяется в комплексной терапии при сердечно-сосудистых заболеваниях (помогает снизить высокий холестерин, умеренно снижает артериальное давление), при сахарном диабете 1 и 2 типа (снижает уровень сахара в крови), применяется для улучшения микроциркуляции в сосудах глаз. Также он улучшает метаболические процессы в сердце, печени и других органах и тканях¹.

Еще больше интересных фактов о таурине — читайте на стр. 16–17.

Если при климаксе мучают приливы жара...

...и вы не можете принимать синтетические гормональные средства, то обратите внимание на натуральные препараты серии ЦИ-КЛИМ компании «Эвалар».

Лекарственное средство **ЦИ-КЛИМ*** с экстрактом цимицифуги обеспечит лечение симптомов климакса без гормонов. **ЦИ-КЛИМ Аланин*** содержит аминокислоту аланин и способен предотвращать развитие приливов через поддержание нормальной температуры кожи, а при длительном приеме уменьшает частоту возникновения приливов.



А совместный прием препаратов **ЦИ-КЛИМ** и **ЦИ-КЛИМ Аланин** в два раза быстрее устраняет приливы². Эти препараты лечат симптомы климакса без гормонов, устраняют приливы жара и потливость, замедляют старение кожи и сокращают морщины³, а также продаются по выгодной цене — на 40% ниже аналогов⁴.

Если вы бросаете курить...

...то наверняка подвержены перепадам настроения. Действительно, отказ от курения — это серьезный стресс. Человек постоянно «на взводе», раздражен. Кроме того, при курении в организме повышается выработка серотонина («гормона счастья») — он давал ощущение удовольствия. А когда вы бросили курить, то стали ощущать его недостаток.



В этом случае обычные успокаивающие могут не дать ожидаемого результата. Восполнить дефицит серотонина поможет **Формула спокойствия Триптофан**** от компании «Эвалар». Днем из триптофана образуется серотонин, который дает ощущение счастья, хорошего настроения, эмоционального подъема и спокойствия. Ночью из триптофана образуется мелатонин, который обеспечивает хорошее качество сна, позволяя выспаться и отдохнуть за более короткое время.



Кому еще необходим триптофан — читайте на стр. 14

¹ По всем показаниям — в комплексной терапии. ² «Оценка эффективности альтернативных методов лечения менопаузальных симптомов у женщин в постменопаузе» С. В. Юреньева, Е. И. Ермакова ФГБУ «НЦАГиП им. акад. В. И. Кулакова» Минздрава России. ³ «Результаты пилотного моноцентрового исследования лекарственного средства Ци-Клим при системном и местном применении на структурно-функциональные показатели кожи у женщин старше 40 лет», 2013–2014 гг. ⁴ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за I квартал 2018 г. (среднеарифметическая цена в пересчете на 1 таблетку). Аналоги для сравнения выбраны по действующим компонентам.

Реклама

* ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
 ** НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Допинг для мозга

Японцы открыли уникальное средство, которое пробуждает умственную работоспособность, улучшает память и дает творческую энергию — это аминокислота L-теанин.

Теанин — это настоящий допинг для мозга. Он работает как активатор мозговой деятельности, но при этом не вызывает возбудимости нервной системы, а наоборот, позволяет сохранять спокойствие, ясность ума и снижать давление, поднявшееся из-за стресса.

Существует множество клинических экспериментов, проведенных японцами, которые доказывают, что теанин не только эффективен, но и безопасен, ведь получают его из листьев зеленого чая.

Но обычная чашка зеленого чая не поможет активировать мозг, а вот теанин в капсулах — настоящий допинг для мозга. Потому что оптимальная дозировка теанина должна быть не менее 500 мг, тогда как в обычной чашке зеленого чая всего 10–20 мг, который к тому же, наоборот, может вызвать повышение давления из-за присутствия в нем кофеина, тем самым усиливая стресс. Поэтому намного эффективнее принимать препараты теанина.

Единственный¹ в России препарат, который содержит такую оптимальную дозировку теанина — это **Теанин** от компании Эвалар.

Теанин Эвалар даже в условиях стресса позволяет расширить интеллектуальные возможности мозга, поддерживает высокую умственную активность, творческую энергию и одновременно сохраняет спокойствие, ясность ума и нормализует артериальное давление, поднявшееся из-за стресса².

Теанин Эвалар работает как допинг для мозга — он активизирует интеллект и творческую энергию, а ведь именно от них зависит не только успех в работе, но и простое выживание в современном мире.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

¹ В перечне БАД «Теанин» на аптечном рынке РФ, по данным ЗАО «Группа ДСМ» за 2017 г. ² Если повышенное давление не является следствием заболеваний. Действие подтверждено СоГР № КЗ.16.01.97.003. Е.000181.01.16 от 25.01.2016 г. («Теанин»). Реклама



evalar.ru

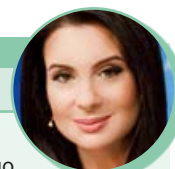


8-800-200-52-52 (для справок)

piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

Гость номера

Екатерина Стриженова, актриса, телеведущая:



Во время прямых эфиров мне очень важно быть собранной, постоянно генерировать идеи. Бывает сложно одновременно сохранять спокойствие, легко справляться с эмоциями и быть на пике умственной активности. Но я нашла свой допинг для мозга! Это аминокислота L-теанин, выделенная из листьев зеленого чая. L-теанин «бодрит» интеллект и творческую активность, но при этом помогает сохранять спокойствие и ясность ума. Поэтому я пью Теанин Эвалар с оптимальной дозировкой теанина 500 мг в двух капсулах.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама



В помощь студенту

В пору сессий и экзаменов родители школьников и студентов задаются вопросом: а существует ли «таблетка для пятерок» — такая, чтобы помогала быть внимательным, быстро соображать, запоминать большие объемы информации?



Помочь сконцентрировать внимание, продемонстрировать хорошую работоспособность, быстро найти правильный ответ, а также, что немаловажно, справиться со стрессом, неизбежным во время экзаменов, поможет препарат L-теанин.

Аминокислота теанин — настоящий допинг для мозга.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

1 ДЛЯ ПРОЧНОСТИ КОСТЕЙ

Кальций Дз

Жевательные таблетки с приятным апельсиновым вкусом улучшают прочность костей. Кальций Дз регулирует обмен кальция и фосфора в организме (в костях, зубах, ногтях, волосах, мышцах) и способствует снижению риска развития остеопороза, восстановлению костной ткани при переломах. Восполняет дефицит кальция и витамина Дз.



1

2 ЛЕГКОДОСТУПНОЕ ЖЕЛЕЗО

Железо хелат

Аминокислотный хелатный комплекс обеспечивает максимальное усвоение железа и способствует поддержанию в норме уровня гемоглобина, снижению риска развития анемии, снижению усталости и повышению работоспособности, хорошей переносимости без побочных эффектов со стороны ЖКТ.



2

6 КЛИМАКС ПОД КОНТРОЛЕМ

Фемивелл Менопауза День-Ночь

Таблетка «День» способствует сокращению приливов, поддерживает спокойствие и энергию в течение дня. Таблетка «Ночь» способствует улучшению сна.



3



4

3 ДЛЯ ПОЛНОГО ОЧИЩЕНИЯ КИШЕЧНИКА

Неопурген

Новое послабляющее средство необходимо перед любой диетой и лечебным голоданием, при запорах и отравлениях. Удобно в применении: одного саше хватает на неделю очищения. Потеря веса составляет 2-4 кг.

4 ОТ ГАЗОВ В КИШЕЧНИКЕ

Симетикон с фенхелем

Способствует снижению газообразования, облегчению состояния при вздутии живота и функциональных коликах.

Выгодная цена — в 2,4 раза¹ дешевле аналога!

5 ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ ПРОСТУД

Витамин С шипучие таблетки

«Эвалар» представляет линию шипучих таблеток Витамин С в различной дозировке: 1200 (максимум²), 1000, 900 и 250 мг аскорбиновой кислоты в 1 таблетке. Выберите свой напиток с сочным цитрусовым вкусом.



6



7



5

8 ЗДОРОВАЯ МИКРОФЛОРА КИШЕЧНИКА

Мультифлора

Синбиотик нового поколения (пробиотик + пребиотик) для поддержания и сохранения правильного баланса микробиома кишечника. В его составе важные виды живых бактерий, которые способствуют восстановлению сияния и красоты кожи, предупреждению морщин и замедлению скорости старения (Anti-Age эффекту)³. Способствует восстановлению микрофлоры кишечника, в том числе после приема антибиотиков, улучшению пищеварения, укреплению иммунитета и выведению токсинов³.



8

¹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group) (средневзвешенная розничная цена за минимальный суточный прием) по итогам I квартала 2018 г. Аналог выбран по действующему веществу и форме выпуска. Цены в конкретных аптеках могут отличаться. ² В ассортименте ЗАО «Эвалар». ³ Подтверждено сертификатом № МГ RU.001.П3687 Системы добровольной сертификации «Марка года» («Мультифлора»). ⁴ По показаниям, согласно инструкции по медицинскому применению. Лечение детей до 3 лет под наблюдением врача. ⁵ Подтверждено СоР № KZ.16.01.98.003. E.000914.09.16 от 15.09.2016 г. («Липотропный фактор»). ⁶ По действующим компонентам. ⁷ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group) по итогам I квартала 2018 года БАД «Плюс при кашле Эвалар» является первой и единственной монокомпонентной БАД, содержащей в составе только экстракт плюща как активное вещество и выпускаемой в форме таблеток для приема внутрь среди лекарственных препаратов и БАД, реализуемых через аптечные учреждения РФ. ⁸ Заявлено на основании аналитического отчета Федерального научно-клинического центра спортивной медицины (ФГБУ ФНКСМ ФМБА России) о проведении пилотного исследования по оценке эффективности применения препарата (Москва, 2017 г.). ⁹ 100% соответствие составу подтверждено Протоколами испытаний № 739, 740, 741, 742 от 29.12.2016 г. ФГБУ ФНКСМ ФМБА России. Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов продуктов. ¹⁰ Сертификат GMP №С0170 889-05, NSF International (США).

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



9

10

9 ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ

Эссенциальные фосфолипиды
Максимум² эссенциальных фосфолипидов в 1 капсуле способствуют естественному восстановлению клеток печени, защите печени от ожирения, снижению уровня холестерина.

10 ЛЕКАРСТВО ДЛЯ ЭНЕРГИИ

Левокарнил*
Сжигает жиры с образованием энергии, повышает работоспособность и выносливость, снижает утомляемость. Улучшает обмен веществ и уменьшает накопление жиров, тем самым помогая снизить вес. Для взрослых и детей с первых дней жизни⁴.

11 УСКОРЯЕТ ЖИРОВОЙ ОБМЕН

Липотропный фактор
Источник трех важнейших для организма липотропных веществ — холина, инозитола и метионина, которые способствуют предотвращению накопления жиров в организме, удалению жиров из печени, ускорению (стимуляции) жирового обмена, процесса сжигания жиров (что важно для похудения и поддержания в норме уровня холестерина), выведению токсинов, образующихся при сжигании жиров⁵. Липотропный фактор можно применять для детоксикации организма, а также в программах похудения и снижения уровня холестерина.



12

11

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34-35

11 УСКОРЯЕТ ЖИРОВОЙ ОБМЕН

Липотропный фактор
Источник трех важнейших для организма липотропных веществ — холина, инозитола и метионина, которые способствуют предотвращению накопления жиров в организме, удалению жиров из печени, ускорению (стимуляции) жирового обмена, процесса сжигания жиров (что важно для похудения и поддержания в норме уровня холестерина), выведению токсинов, образующихся при сжигании жиров⁵. Липотропный фактор можно применять для детоксикации организма, а также в программах похудения и снижения уровня холестерина.

12 ПРИ СУХОМ И ВЛАЖНОМ КАШЛЕ

Плющ при кашле Эвалар (сироп и таблетки)
Натуральное⁶ отхаркивающее средство на основе плюща. При любом кашле способствует:
• разжижению и выведению мокроты
• смягчению кашля и облегчению дыхания
• уменьшению частоты приступов кашля
• ускорению выздоровления при кашле
Удобная форма приема! Таблетки Плющ Эвалар — первое⁷ растительное средство в форме таблеток.

13 АКТИВАТОР КАЛЬЦИЯ

Натуральный витамин K₂
Дополнительный источник витамина K₂ для нормализации кальциевого обмена, полноценного и безопасного усвоения кальция. Направляет кальций в кости, препятствуя его отложению в суставах, почках и сосудах, снижает риск переломов. Способствует улучшению усвоения кальция из пищи или кальцийсодержащих препаратов, формированию и поддержанию плотной структуры костей, сохранению эластичности сосудов, предотвращению кальцификации тканей, а значит снижению скорости старения.

14 ДЛЯ ЭФФЕКТИВНЫХ ТРЕНИРОВОК

Линия спортивного питания SportExpert для профессиональных спортсменов и любителей
В 2017 году продукты линии SportExpert успешно прошли испытания и доказали результативность на спортсменах первой категории⁸. Вся линия SportExpert выпускается в условиях фармацевтического производства по международному стандарту качества GMP из ингредиентов от ведущих мировых поставщиков из США и Западной Европы.
• Эффективность и безопасность, подтвержденные исследованиями⁹
• Стандарт качества¹⁰
• Официальное спортивное питание ФГБУ ФНКЦСМ ФМБА России



* ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Помощь кишечнику при геморрое

Расширенные геморроидальные узлы препятствуют опорожнению кишечника, чем усиливают болезненные ощущения, вызывают запор, зуд, жжение и кровотечение.

Как выбрать самый подходящий слабительный препарат? Наиболее рациональным вариантом в этой ситуации будет выбор слабительного средства с **растворимыми пищевыми волокнами**.

За рубежом в качестве их источника чаще всего применяют оболочки семян подорожника: они размягчают стул, обладают противовоспалительным действием, снижают риск кровотечения, эффективны в отношении боли и зуда*.

Семена подорожника примерно на 45% состоят из слизи, благодаря которой оболочки семян обладают лечебными свойствами. Слизь плотно обволакивает поверхность мягких тканей, с которыми соприкасается, защищает, заживляет и успокаивает их.

Растворимые волокна, попадая в пищеварительный тракт, впитывают воду, набухают и превращаются в слизистый гель. Они размягчают уплотненное кишечное содержимое и действуют как «смазка». Благодаря этому освобождение кишечника происходит комфортно — без боли и спазмов.

В отличие от многих средств препараты на основе оболочек семян подорожника не вызывают привыкания.

В аптеках вы можете найти лекарства, содержащие оболочки семян подорожника. Одно из них — лекарственное средство **Фибралакс** от компании «Эвалар». Фибралакс воздействует на кишечник очень бережно — он не только облегчает симптомы геморроя, но и восстанавливает регулярную работу кишечника. Фибралакс помогает избавиться от запоров и создает благоприятные условия для роста полезной микрофлоры. Лекарство выпускается в виде порошка для приготовления суспензии с приятным апельсиновым вкусом.

Показания к применению:

- хронический запор
- геморрой и анальные трещины
- запоры при беременности и после родов*
- послеоперационный период

Добавьте Фибралакс в лечение геморроя!

evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок) **apteka.ru**
piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)

* По назначению врача. Реклама



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

* Alonso-Coello P et al. Fiber for the treatment of hemorrhoids complications: a systematic review and meta-analysis. Am J Gastroenterol. 2006 Jan; 101 (1):181–8.

ФИТОДОКТОР отвечает на вопросы

читателей и посетителей сайта evalar.ru и fitomarket.ru

Знаю, что при повышенных умственных нагрузках полезно принимать глицин. Какой глицин лучше выбрать?

Анна Е.,
г. Владимир



Попробуйте **Глицин Форте Эвалар***. Он отличается высоким содержанием глицина — 300 мг. Его действие усилено витаминами для мозга В₁, В₆, В₁₂. Таблетки удобны в применении: легко рассасываются, что способствует быстрому достижению эффекта — уменьшению нервного и умственного напряжения, повышению умственной работоспособности и улучшению сна.

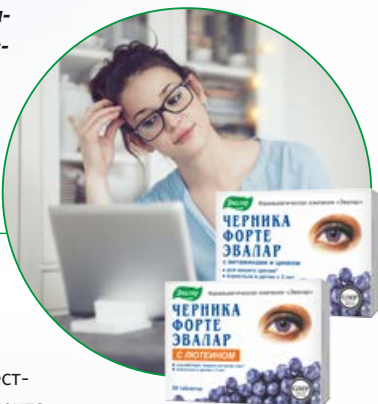


Целый день работаю за компьютером и к концу дня чувствую в глазах усталость и напряжение. Как подержать зрение?

Сергей К.,
г. Смоленск



Чтобы снять напряжение глаз, важно, чтобы в организм дополнительно поступали антиоксиданты в виде антоцианов черники совместно с витаминами и микроэлементами, а для защиты глаз от излучения монитора — лютеин. **Черника Форте с витаминами и цинком*** и **Черника Форте с лютеином*** производства компании «Эвалар» содержат антоцианы черники (самой полезной для глаз ягоды), цинк, лютеин, а также витамины: С, Р, В₁, В₂, В₆. Черника Форте способствует снятию напряжения глаз, сохранению зрения, защите глаз от усталости и раздражения, укреплению стенок кровеносных сосудов, а также улучшению адаптации зрения в темноте.



У меня повышенный холестерин. Прочитала, что при приеме синтетических препаратов могут появиться побочные действия. Посоветуйте, пожалуйста, натуральное лекарство.

Евгения П., г. Чита



Действительно, большинство синтетических лекарств имеют множество побочных действий: головные, мышечные боли, хроническая усталость, бессонница, проблемы с пищеварением, аллергия и т. д. Наиболее предпочтительным вариантом в этом случае будет натуральное лекарственное средство **Атероклефит****. Препарат выводит «плохой» холестерин из организма и препятствует его отложению на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек.



Подскажите, есть ли натуральная замена синтетическим препаратам для повышения тестостерона, чтобы избежать побочных эффектов?

Александр Т., г. Тамбов



Обратите внимание на **ЭФФЕКС Трибулус**** от компании «Эвалар». Это 100% натуральное лекарство, которое способствует повышению выработки собственного тестостерона¹, а это значит усилению потенции и повышению либидо. Кроме того, ЭФФЕКС Трибулус лечит нарушения эрекции и удлиняет ее время; увеличивает количество и качество сперматозоидов. И, что очень важно, как натуральное лекарство, оно снижает уровень холестерина и повышает иммунитет.

¹ Согласно ИМП, рег. №ЛП-004200. Эндокринология: национальное руководство (под ред. И. И. Дедова, Г. А. Мельниченко). М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009; 61.



* НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ
** ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Чай «Эвалар БИО» – природная сила Алтая!



Замените свой обычный черный чай на ароматные чаи «Эвалар БИО» из целебных алтайских трав.

«Эвалар БИО» – это:

- 100 % натуральный состав из экологически чистых трав Алтая
- Специальная упаковка фильтр-пакета, сохраняющая всю пользу растений
- Приятный вкус и аромат, которые доставят истинное удовольствие

«Эвалар БИО» – сила алтайских трав для вашего здоровья!

Эвалар – гарантия качества, чистоты и эффективности!

Спрашивайте в аптеках города!

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (для справок)

apteka.ru • piluli.ru (доставка по Москве и Московской области)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



25 чаев
различных
направлений

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама