

ФИТОДОКТОР

№2 (52) ОСЕНЬ 2019

Возьмите журнал
БЕСПЛАТНО!

Прямая линия

Жить долго, быть здоровым,
оставаться молодым! **6**

Осень простудная

Боремся с простудой и гриппом **14**

Здоровые правила

Как выбрать лучшую омега-3? **16**



Гость номера Ирина Безрукова:

Возраст – это всего лишь иллюзия



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).



СПОКОЙСТВИЕ



ДАВЛЕНИЕ



РИТМ СЕРДЦА



Пустырник Форте Эвалар содержит именно тот сорт пустырника сердечного, который произрастает на Алтае и обладает одним из самых высоких показателей седативности¹. Кроме того, только в Пустырнике Форте Эвалар высокая суточная дозировка пустырника (100 мг)² усилена «элементами спокойствия» магнием и витамином В₆ (патент РФ № 2361599).

Пустырников много, а Пустырник Форте Эвалар один!³

Произведено Эвалар: высокое качество по стандарту GMP.

¹ Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г. ² Согласно инструкции по медицинскому применению препарата Пустырник Форте Эвалар при рекомендации максимальных дозировок. ³ Патент РФ №2361599. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Время заботы о себе

Осень — особое время, когда на первый план выходят неспешные домашние разговоры с чашкой травяного чая в руках, который, казалось бы, хранит тепло летнего солнца. Осень — время заботы о себе и о своих близких. Воспользуйтесь советами нашего осеннего выпуска, чтобы стать здоровее и моложе.

Гостем этого номера стала актриса театра и кино, телеведущая Ирина Безрукова, которая поделилась с читателями «Фитодоктора» своими секретами молодости, здоровья и красоты. В их основе — безукоризненное и четкое соблюдение принципов питания, здоровый образ жизни и женская мудрость.

Если вы мечтаете стать моложе, бодрее и здоровее, следуйте нашим рекомендациям приема препаратов anti-age линии для каждого возраста.

Особое внимание мы уделили актуальной осенней теме — простуде. В этом номере вы найдете советы, как грамотно вылечить ОРВИ и грипп.

А еще вы узнаете об уникальных свойствах куркумы. Чем полезна эта пряность — подробнее поговорим на страницах «Фитодоктора».

Осень — это яркая и удивительная пора, а вовсе не время для обострения болезней и проявления неприятных симптомов. Осень — это самый лучший повод чувствовать, жить, мечтать! Не откажите себе в таком удовольствии вместе с новым выпуском журнала «Фитодоктор»!

Лариса Прокопьева,
генеральный директор
фармацевтического холдинга
«Эвалар»



- 4 ПУСТЬ ПИЩА БУДЕТ ЛЕКАРСТВОМ
- 5 НОВОСТИ КОМПАНИИ
- 6 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ
Жить долго, быть здоровым, оставаться молодым!
- 8 ГОСТЬ НОМЕРА. Интервью с Ириной Безруковой
- 10 КАЧЕСТВО ЖИЗНИ. Целебная куркума
- 11 МИРОВОЙ ТРЕНД. Обязательно ли нам стареть?
- 14 ОСЕНЬ ПРОСТУДНАЯ. Боремся с простудой и гриппом эффективно и без переплат!
- 15 ОСЕНЬ ПРОСТУДНАЯ. Бережное лечение насморка
- 16 ЗДОРОВЫЕ ПРАВИЛА. Как выбрать лучшую омега-3?
- 17 РЕШАЕМ ПРОБЛЕМУ. Осенняя радость
- 18 СЕЗОННАЯ ПРОБЛЕМА. Цистит: удар ниже пояса
- 19 В ГАРМОНИИ С ПРИРОДОЙ
- 20 ЛИЧНЫЙ ОПЫТ. Как сохранить сердце здоровым?
- 22 СИЛА ПРИРОДЫ. Что важно знать о холестерине?
- 23 ПРОФИЛАКТИКА.
Осенний марафон: как помочь своим суставам?
- 24 ВЫБОР СЕЗОНА
- 26 КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ. Вне зоны возраста
- 28 НОВИНКИ
- 30 МУЖСКОЙ РАЗГОВОР. Задача — стать суперменом!
- 31 ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ. Опасные «клешни» рака груди
- 32 ФИТОТЕРАПИЯ.
Геморрой + хронический запор: в поисках выхода
- 33 ВОПРОС – ОТВЕТ
- 34 ГДЕ КУПИТЬ?

ФИТОДОКТОР №2 (52) ОСЕНЬ 2019

Учредитель и издатель: ООО «Фармавест».
Соучредители: ФГБОУ «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. Мякишева.

Подготовка номера: редакция ООО «Фармавест».

Верстка: Павел Дегтярев.

Фотоматериалы: www.depositphotos.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: 7 818 000 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: 01.09.2019 г.

Сравнение цен в журнале приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ», ООО «Проксима Рисерч», «Альбус», ООО «Аптечная сеть Эвалар», сервиса artekka.ru за 2018–2019 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 №C0170889-173GMPMF-1, NSF International (США), Заключением № GMP 0099-000 314/18 (РФ).

Пусть пища будет лекарством

L-теанин из зеленого чая

Заваривая чай, мы не задумываемся, что в нем содержится целый комплекс питательных веществ. В 1949 году ученые выделили из листьев зеленого чая природную аминокислоту — L-теанин. Исследования показали, что L-теанин вполне может стать верным помощником, когда мы испытываем стресс — его успокаивающее действие проявляется через 30 минут после приема. Он помогает нормализовать давление, способствует сохранению высокой концентрации внимания и умственной работоспособности.

Чем еще полезен теанин? Эта аминокислота обладает способностью оказывать защитное действие на клетки мозга, препятствовать их повреждению и гибели, уменьшать вырженность неврологических



расстройств, содействовать более быстрому восстановлению нарушенных речевых функций и памяти после инсульта, снижать риск развития старческого склероза.

Однако недостаточно употреблять обычный чай, чтобы почувствовать весь спектр действия L-теанина. Намного эффективней принимать препараты с его содержанием. Препарат с L-теанином в оптимальной дозировке — 500 мг — уже выпускается и в России (см. стр.28, № 1).

Холин — на защите вашей печени

Желток куриного яйца содержит множество веществ, полезных для здоровья человека. Одно из них — холин. Он обеспечивает работу мозга и нервной системы, участвует в метаболических процессах организма, благотворно влияет на работу кишечника и других органов. Но его особая роль связана с печенью — холин один из лучших гепатопротекторов, незаменимый участник липидного обмена. Он расщепляет жиры и препятствует избыточному накоплению жира в печени, развитию цирроза, дистрофии печени, предупреждает жировое перерождение (гепатоз). Благодаря холину клетки печени быстрее восстанавливаются после токсического воздействия алкоголя, лекарств и вирусов.



Дефицит холина в организме может привести к сердечно-сосудистым заболеваниям, избыточной массе тела, диабету и почечным недомоганиям. Тем, кому не рекомендован частый прием яиц из-за повышенного холестерина, стоит принимать специальные добавки, содержащие холин (см. стр. 7, *Липотропный фактор*).

Названы самые чистые регионы России

Общероссийская общественная организация «Зеленый патруль» опубликовала результаты «Экологического рейтинга субъектов РФ». По итогам весны 2019 года лидерами остаются Тамбовская область, Алтайский край и Республика Алтай.

Алтайский край входит в тройку самых чистых регионов России с 2016 г. Осенью 2018 года благодаря активной и эффективной природоохранной де-

ятельности Алтайский край переместился в экорейтинге с третьего места на второе, обогнав Республику Алтай. Председатель Правления «Зеленого патруля» Андрей Нагибин отметил, что, несмотря на то, что рейтинг по-прежнему возглавляет Тамбовская область, Алтайский край активно прогрессирует и очень близок к первой позиции. В Сибирском Федеральном округе Алтайский край — на первом месте в списке наиболее экологически безопасных регионов.

Алтай — уникальная природная зона, которая позволяет растениям наполняться всем многообразием биологически активных веществ. Именно здесь на тысячах гектаров расположены плантации компании «Эвалар», на которых выращиваются лекарственные травы — без химических удобрений, без отрыва от естественной среды обитания и без вреда природе. Выращенные растения собираются на пике их биологической активности — именно в тот момент, когда накопленная ими сила максимальна.



Лекарство «Эвалар» вызвало интерес врачебного сообщества

Компания «Эвалар» представила новый лекарственный препарат для лечения эректильной дисфункции ЭФФЕКС Трибулус на заседании по медицинскому туризму в Алтайском крае в городе-курорте Белокуриха. Участниками заседания были ведущие ученые-урологи из краевых клинических центров.

Поскольку сегодня тема эректильной дисфункции имеет особую актуальность в андрологии, появление на рынке отечественного натурального препарата ЭФФЕКС Трибулус вызвало боль-

шой интерес врачей, готовых применять его в клинической практике уже сегодня.

Доклад о натуральном лекарственном препарате ЭФФЕКС Трибулус Эвалар, представленный на заседании, познакомил урологов Алтая с результатами открытого клинического исследования, которое подтвердило высокую эффективность лекарства ЭФФЕКС Трибулус в коррекции нарушений эректильной функции при курсовой комплексной терапии.

ЭФФЕКС Трибулус интересен тем, что, являясь 100% натуральным растительным средством, он способствует повышению выработки тестостерона, восстановлению

эрекции и увеличению ее продолжительности (лечит эректильную дисфункцию), способствует усилению либидо и повышению количества и качества сперматозоидов. А кроме того, ЭФФЕКС Трибулус снижает уровень общего холестерина и повышает иммунитет.

По итогам заседания экспертный совет рассмотрел вопрос о включении лекарственных препаратов линии ЭФФЕКС компании «Эвалар» в протокол лечения урологических больных.



Жить долго, быть здоровым, оставаться молодым!

Наши читатели часто интересуются вопросом, как продлить молодость и годы активной жизни, как отодвинуть старость, а с ней и возрастные болезни. Что делать, чтобы спустя много лет нашу голову занимал список гостей на 100-й юбилей, а не список лекарств.



Лариса Александровна
Прокопьева

Физическая активность и здоровое питание по-прежнему остаются главными условиями долгой жизни. Однако эксперты все больше рекомендуют дополнительно принимать биологически активные добавки от надежного производителя.

Одним из надежных производителей натуральных средств для укрепления здоровья и лидером в этой области является фармацевтическая компания «Эвалар».

Поэтому сегодня на вопросы читателей отвечает руководитель компании «Эвалар» **Лариса Александровна Прокопьева.**

Сегодня «Эвалар» на собственном примере доказывает, что российский продукт может быть безупречного качества. Компания «Эвалар» поставляет свою продукцию в 25 стран мира, в том числе во Францию, Кипр, Словакию. При этом продукт для экспорта выпускается на тех же линиях, что и препараты для российского рынка. Например, тот же самый Куркумин «Эвалар» из премиальной линии ANTI-AGE¹ продается как в российских аптеках, так и в аптеках Парижа и Братиславы.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Энергия для сердца — коэнзим Q10

? Выглядеть молодо — это хорошо, а есть ли средства от старения сердечной мышцы?

Нина Анатольевна Исаенко, г. Бийск
— К таким средствам можно отнести коэнзим Q10. На сегодняшний день он является одним из самых востребованных продуктов ведущих геронтологических центров мира. В организме он содержится абсолютно во всех тканях и органах. Но в первую очередь, коэнзим Q10 чрезвычайно важен для сердца. Кроме того, в Европе его применяют для уменьшения побочных действий статинов.

¹ ANTI-AGE — («АНТИ-ЭЙДЖ») в переводе с английского — антивозрастной. ² Название по СоП: «Коэнзим Q10 100 мг». ³ Подтверждено СоП № KZ.16.01.95.003. E.000173.03.17 от 18.03.2017 г. («Коэнзим Q10 100 мг»).
⁴ Геропротектор — средство, замедляющее старение. ⁵ В ассортименте ЗАО «Эвалар».

8-800-200-52-52

www.evalar.ru

www.apteka.ru

www.fitomarket.ru

Капсулы **Коэнзим Q10*** от компании «Эвалар»² — это источник легко усваиваемого коэнзима Q10 (в мицеллярной форме). Он способствует укреплению сердечной мышцы, замедлению процессов старения и уменьшению побочных действий статинов³.

Как геропротектор⁴ коэнзим Q10 работает только в высоких дозировках (не менее 100 мг) и в легко усваиваемой форме. Именно поэтому в капсулах Коэнзим Q10 «Эвалар» представлена максимальная⁵ дозировка легко усваиваемого коэнзима Q10 — 100 мг.

Липотропный фактор против накопления жиров в организме

? Хочется стройности и легкости. Подскажите что-нибудь новое для борьбы с лишним жиром и токсинами.

Л. Воинова, г. Москва

— Попробуйте применить таблетки

Липотропный фактор*. Они содержат три липотропных компонента, которые стимулируют расщепление жиров и способствуют предотвращению их накопления в организме⁶. Это холин, инозитол и метионин — все они являются естественными веществами для организма.

Липотропный фактор «Эвалар» способен удалять жиры из печени, ускорять про-

цесс сжигания жиров, что важно для снижения уровня холестерина⁶. Одновременно он способствует удалению токсинов, образующихся во время сжигания жиров⁶. Это имеет очень большое значение, поскольку если токсины не будут удалены, то сжигание жиров ослабится.

Липотропный фактор «Эвалар» можно применять в программах похудения и снижения уровня холестерина.

Уменьшение риска инфарктов и инсультов⁷

? Подскажите, какие натуральные вещества, разжижающие кровь, можно принимать для снижения рисков инфарктов и инсультов? Ацетилсалициловая кислота мне противопоказана.

Ольга Сытник, г. Омск

— Экстракт листьев гинкго билоба. На его основе выпускается лекарственное средство **Гинкоум****. В отличие от обычных лекарств, снижающих вязкость крови, прием лекарства Гинкоум не только защищает от инфарктов и инсультов, препятствуя образованию тромбов, но и улучшает кровоснабжение мозга, память, внимание и умственную активность, может избавить от головной боли, в том числе у метеозависимых людей⁷. Он подходит для тех, кто опасается за здоровье слизистой же-

лудка при приеме таких синтетических лекарств, как ацетилсалициловая кислота.

Климакс — не повод для плохого самочувствия

? Как можно поддержать здоровье с наступлением климакса? Начинают беспокоить приливы. Хочется дольше сохранить красоту, замедлить появление морщин. Синтетику принимать не хочется. Что посоветуете?

Валентина С., г. Москва

— Можно принимать **Ци-Клим**** — натуральное лекарство, которое лечит симптомы климакса и позволяет жить насыщенной жизнью, полной сил, энергии и отличного настроения, долгое время сохраняя молодость и красоту.

В серию Ци-Клим входит несколько препаратов и кремы.

Используйте **кремы Ци-Клим** совместно с **таблетками Ци-Клим**. Вместе они замедляют старение кожи, снижают количество морщин, повышают эластичность и увлажненность кожи⁸.

Если сильно беспокоят приливы жара, рекомендуем совместный прием Ци-Клим и **Ци-Клим Аланин****. Их совместный прием в 2 раза быстрее устраняет приливы⁹.

Препараты серии Ци-Клим выгоднее по цене¹⁰.



Качество Эвалар

Сегодня «Эвалар» — одна из немногих в стране компаний, выпускающая и лекарственные средства, и БАД по стандарту качества GMP. Это подтверждено сертификатом GMP международной контролирующей компании NSF

International (США)¹, сертификатом GMP Минпромторга Российской Федерации².

Благодаря высокому качеству марка «Эвалар» была неоднократно признана «Маркой № 1 в России»³.

¹ Сертификат GMP №С0170889-173GMPMF-1 (США). ² Заключение № GMP 0099-000314/18 (РФ). ³ По результатам общенационального голосования «Народная марка» в категории «Натуральные препараты для укрепления здоровья и повышения качества жизни» за 2009, 2011 и 2013 гг.

⁴ Подтверждено СоГР №КZ.16.01.98.003. Е.000914.09.16 от 15.09.2016 г. («Липотропный фактор»). ⁷ Если это вызвано нарушением кровообращения и повышенной вязкостью крови. ⁸ «Результаты пилотного мониторингового исследования лекарственного средства Ци-Клим при системном и местном применении на структурно-функциональные показатели кожи у женщин старше 40 лет», 2013–2014 гг., под рук. профессора Я. А. Юцковской. ⁹ По сравнению с терапией только таблетками «Ци-Клим», по данным отчета «Оценка эффективности альтернативных методов лечения менопаузальных симптомов у женщин в постменопаузе», С. В. Юренева, Е. И. Ермакова, ФГБУ «НЦАГиП им. акад. В. И. Кулакова» Минздрава России. ¹⁰ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за 2018 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Ирина Безрукова: «Возраст — это иллюзия»

— Ирина, вас часто приводят в пример как человека, который ведет здоровый образ жизни. Каких принципов вы придерживаетесь?

— Мои главные принципы: отказ от вредных привычек и сбалансированное питание. Кроме того, я слежу за балансом физических нагрузок, принимаю необходимые витамины и микроэлементы, пью много воды без газа.

— В начале этого года вы участвовали в проекте «Последний герой». Вы сознательно шли на такой эксперимент — с целью эмоциональной перезагрузки?

— На самом деле я не сразу отважилась на этот проект. Согласилась только в третий или четвертый раз, потому что догадывалась — это будет непросто физически и морально. Но все-таки решилась проверить себя. И очень рада, что согласилась — подобный опыт я бы не смогла получить ни в каких других условиях. И, думаю, в целом мне удалось справиться. Конечно, я понимала, что в хорошем смысле проект совершенно меня перезагрузит. Так и произошло.

— Вы писали в Инстаграме, что на проекте похудели на 7 кг. Понятно, что это стрессовое похудение, но вы всегда выглядите идеально подтянуто. У вас есть какие-то секретные диеты?

— Секрет простой: разумный подход к питанию. Мне, например, очень подходит раздельное питание — белки отдельно от углеводов. То есть я не ем мясо с гарнирами вроде картофельного пюре или макарон.

Я много лет дружу с диетологом и академиком Анатолием Волковым. Он уверен, что ограничивающие диеты вредны для здоровья, потому что набрать после них сброшенные килограммы обратно, даже больше, очень легко.

Я уже говорила, что для меня главное, чтобы питание было сбалансированным. Но из современных продуктов невозможно получить все, что нужно организму. Я регулярно сдаю анализы, в том числе делаю анализ волос, чтобы определить, какие микроэлементы мне нужны, а какие принимать не стоит, чтобы не перегружать организм. Например, я знаю, что мне, как и многим, необходимо дополнительно принимать препараты с омега-3, потому что с ежедневным питанием мы такие кислоты недополучаем. А что такое омега-3 для нашего орга-

низма? Это здоровье сердца и сосудов, нормальный холестерин, это красивые кожа, волосы и ногти. Только при выборе комплексов с омега-3 я бы советовала обращать внимание на чистоту сырья и дозировку.

Для себя я выбрала Тройную Омега-3 от компании «Эвалар». Она производится из рыбьего жира высочайшего качества и чистоты. Одна капсула содержит высокую концентрацию жирных кислот — 950 мг — очень удобно принимать!
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

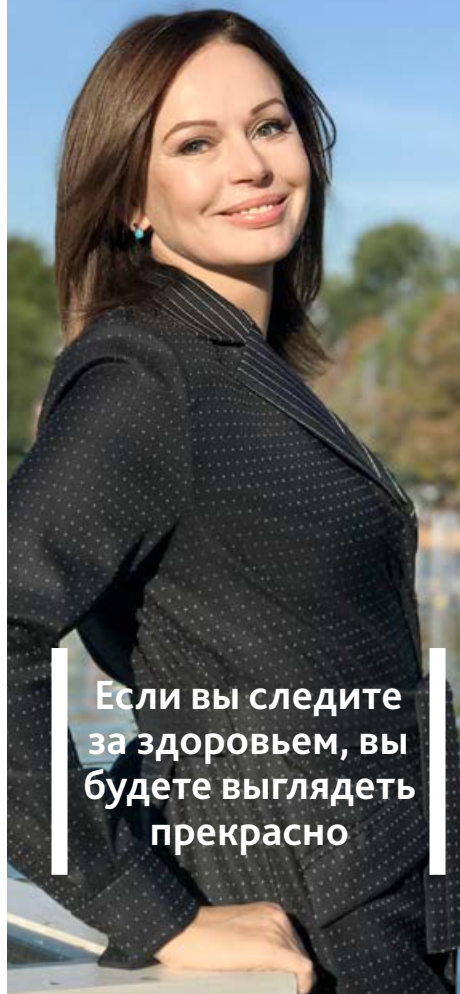
— Как-то в одном из интервью вы говорили, что здоровье, молодость и красота зависят от нашего образа жизни и мыслей. Насколько это вообще важно — работать над своим душевным равновесием?

— Очень важно, хоть и сложно сохранить равновесие, живя в социуме. У меня достаточно насыщенный образ жизни, но я обычный человек, и у меня тоже бывает разное настроение, разные эмоции. Но я стараюсь привести себя к состоянию равновесия. Очень помогает чтение — я люблю читать. Люблю слушать лекции. Например, сейчас слушаю ведические лекции по семейной психологии — очень интересные знания с многовековой историей.

Самое важное для баланса — прислушиваться к себе. Внутри, в каком-то сокровенном месте, где находится душа, мы всегда знаем, когда поступаем правильно, а когда — нет, и какой путь верный именно для нас. А еще очень важно, чтобы в окружении были люди, которые нас любят и искренне поддерживают. Пусть их будет немного, но только их мнение должно для нас что-то значить.

— Ирина, вам невозможно дать ваш официальный возраст. А что вообще значит возраст для женщины? Его стоит принять? Или надо всеми силами бороться, привлекать ЗОЖ, нутрицевтики, спорт, косметологов, пластику?

— Если честно, у меня были метания по этому поводу. Празднуешь очередной день рождения и думаешь: «Сколько-сколько?». Но так или иначе человек живет, доживает до определенного возраста, а потом живет дальше. Мне кажется, сейчас возрасту придается чересчур много значения, а ведь он — просто иллюзия.



Фотограф Лара Бардина

Если вы следите за здоровьем, вы будете выглядеть прекрасно

Чтобы выглядеть хорошо, нужно всего лишь делать то, что полезно именно для вас. Не бросаться в крайности, не паниковать — просто следить за своим здоровьем. Биодобавки сейчас играют важную роль, медицина не стоит на месте — и это замечательно. В России это направление пока только начинает развиваться, а вот за рубежом добавки давно популярны, особенно геропротекторы. На сегодняшний день самый известный науке омолаживающий компонент — это дипептид L-карнозин. Открытие его свойств стало настоящей сенсацией — карнозин умеет буквально «переключать» клетки на омоложение.

Я принимаю Карнозин от «Эвалар» — это пока первый и единственный в России препарат карнозина с оптимальной дозировкой. Он борется с окислительным стрессом, защищая организм от свободных радикалов, способствует улучшению работы сердца и мозга, сохранению высокой работоспособности и физической активности.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— **Говорят, что женщине всегда важно высыпаться. Как правило, у артистов ритм жизни очень быстрый — как вам удается соблюдать режим сна и бодрствования?**

— Это сложно. Иногда я ложусь спать в три часа ночи. Спектакль или концерт могут закончиться поздно, и пока я доеду домой, пока сниму грим, приготовлюсь ко сну... Но при любой возможности наверстываю. Пусть просплю завтрак в отеле, но сон — это святое. Хотя, когда я высыпаюсь, как правило, уже подают обед (смеется).

Я знаю, конечно, что мелатонин вырабатывается именно до полуночи, но работа, к сожалению, не дает засыпать раньше. Стараюсь помочь себе — повесила в спальне шторы блэкаут, не пропускающие свет. А еще знакомые посоветовали попробовать препараты с триптофаном, слышала про него и раньше, а недавно убедилась в его эффективности. Он нужен тогда, когда обычные успокаивающие средства могут не дать ожидаемого результата. Именно эта аминокислота помогает нашему организму вырабатывать серотонин — тот самый «гормон счастья». Ночью она помогает организму вырабатывать мелатонин — «гормон сна», а днем обеспечивает нам хорошее настроение.

Я принимаю Триптофан от компании «Эвалар» — мне нравится его оптимальная дозировка, и то, что для большего эффекта можно принимать до четырех капсул в день.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— **Вы говорили как-то: «Чтобы чувствовать себя красивой, достаточно быть ухоженной». Скажите, что это значит для вас лично? У вас есть свои ежедневные бьюти-ритуалы?**

— На самом деле быть ухоженной — это не значит тратить грандиозные деньги. В первую очередь, это обычная гигиена. Утром и вечером — обязательно водные процедуры. Если я не тороплюсь, перед душем всегда делаю массаж тела щеткой с натуральной щетиной.

Для меня важен утренний и вечерний трехэтапный уход за лицом — очищение, тонизирование и увлажнение. Если на улице солнце или ветер, использую также средство с солнцезащитным фактором. Честно, у меня нет огромного количества средств для ухода. Мне их регулярно дарят, но не все мне подходят — ведь у всех свои особенности кожи.

Мне кажется, самый лучший уход — незамысловатый. Французенки, к примеру, никогда не наносят много косметики. Иногда вечером они используют красную помаду и считают, что свежеемытая голова — это уже прическа. Ухоженное лицо — это здоровое

лицо. Если вы следите за здоровьем, вы будете выглядеть прекрасно. А если вас окружают любящие люди, вы улыбаетесь, то просто нет вариантов не понравиться всем вокруг.

— **Обычно после активного лета осенью у многих меняется ритм жизни. А с каким настроением вы встречаете эту осень?**

— Мой ритм жизни, в общем-то, остается таким же. Я работаю в театре, посещаю светские мероприятия, участвую в съемках на телевидении. Но, несмотря на плотный график, осень для меня — это такой приятный выдох. Лето — прекрасная пора, но все-таки это часто жара, духота, дискомфорт. Кажется, все отдыхают у моря, только ты один работаешь в раскаленном городе. А осень — это как будто заканчивается день, и наступает приятный период отдыха.

Мне нравится, как меняется природа. Золотые листья на березках мне напоминают монетки, которые сыплются под ноги. Мне нравится прийти в парк и пошуршать листьями, как в детстве. Взять листочек, рассмотреть его. Это приятное состояние. Красивое, другое, несколько неспешное. Возникают философские мысли: жизнь идет — плавно, естественно. И мне кажется, что она никогда не заканчивается.

— **Поделитесь вашим хит-листом витаминов и нутрицевтиков. Есть ли какие-то новинки, которые вы могли бы рекомендовать читателям?**

— Сейчас много говорят о полезных свойствах куркумы и очень хвалят препараты с куркумином. И я убедилась, что это действительно универсальный нутрицевтик с широким спектром действия: он помогает укреплять иммунитет, имеет мощные антиоксидантные свойства, защищает организм от вирусов и бактерий, уменьшает воспалительные процессы.

Также я часто заменяю свой обычный зеленый или черный чай на натуральные — травяные. Люблю алтайские чаи — они очень полезны для здоровья.

Для того, чтобы не болеть в сезон простуд, поддерживаю организм, принимая витамин С. Сейчас выпускаются витамины в удобной форме — в виде шипучих таблеток, которые можно пить как вкусный напиток. Я принимаю витамин С в самой высокой дозировке.

Помимо традиционных косметических процедур выбираю и специальные добавки, хорошо влияющие на состояние кожи — например, принимаю внутрь капсулы с гиалуроновой кислотой.

Топ-5 продуктов для красоты и здоровья от Ирины Безруковой

КУРКУМИН ЭВАЛАР

Способствует укреплению иммунитета, борется с вирусами и бактериями, поддерживает здоровье печени и суставов.



КАРНОЗИН ЭВАЛАР

Обладает мощным антиоксидантным действием, борется с окислительным стрессом, улучшает работу сердца и мозга.

ГИАЛУРОНОВАЯ КИСЛОТА ЭВАЛАР

Капсулы для приема внутрь содержат максимум (150 мг) гиалуроновой кислоты швейцарского производства для глубокого увлажнения кожи, улучшения ее тонуса и упругости.



ВИТАМИН С 1200 ЭВАЛАР

Шипучие таблетки с витамином С от «Эвалар» — это витамин С в максимальной¹ дозировке — 1200 мг.

ЧАЙ ЭВАЛАР БИО

Чай с различными вкусами: для сердца и сосудов, успокаивающий вечерний, с ромашкой. Специальная упаковка сохраняет всю пользу алтайских растений.



evalar.ru apteka.ru

8-800-200-52-52 (где купить)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru

¹ в ассортименте «Эвалар»

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама



Целебная куркума

Куркума на протяжении 2500 лет считается одним из самых мощных натуральных целебных средств. Современные ученые доказали лечебные свойства куркумы: многочисленные исследования подтвердили, что она крайне полезна в лечении целого ряда серьезных заболеваний — от рака до болезни Альцгеймера.

Куркума против раковых клеток

Экстракт куркумы содержит активное вещество куркумин — именно он придает специи желтый оттенок, и именно ему куркума обязана своими целебными свойствами. Как показали многочисленные лабораторные опыты, этот компонент способен убивать раковые клетки и останавливать их рост за счет того, что подавляет развитие новых кровеносных сосудов в опухолях. Что особенно важно, стимулируя самоуничтожение злокачественных клеток, куркума не оказывает никакого цитотоксического воздействия на здоровые клетки и не повреждает их. Выяснилось, что куркума способна предотвратить рак простаты, приостановить опухоли предстательной железы, предотвратить развитие рака молочной железы, может стать профилактикой меланомы и в состоянии уничтожать уже образовавшиеся раковые клетки. Куркума снижает риск развития лейкемии у детей, усиливает эффекты химиотерапии

и уменьшает побочные действия применяемых медикаментов.

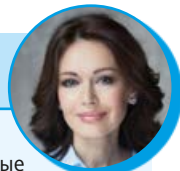
Куркума относится к мощным природным антибиотикам и является сильным антибактериальным средством. Исследования подтвердили: она справляется со многими болезнями лучше, чем синтетические препараты, и, в отличие от последних, не имеет внушительного ряда побочных эффектов. Куркума способна снимать воспаления, обладает детоксикационными и желчегонными действиями и считается мощным антиоксидантом. Кроме того, она выводит шлаки и токсины из организма и помогает при отравлениях химикатами. Антибактериальные свойства куркумы сильны настолько, что она в состоянии сдерживать развитие туберкулеза.

Куркума укрепляет сердечную мышцу, помогает нормализовать артериальное давление, благотворно сказывается на состоянии кровеносных сосудов. При гипертрофии миокарда она не только останавливает развитие патологического процесса, но и способствует восстановлению уже пораженных клеток.

Для правильной работы мозга

Куркума заметно улучшает состав крови: она оказывает стимулирующее воздействие на образование эритроцитов, уменьшает склеивание тромбоцитов между собой, тем самым предотвращая образование тромбов и закупоривание сосудов. Куркума пагубно действует на молекулы, разрушаю-

Ирина Безрукова,
актриса, телеведущая:



Не всегда успеваю следить за трендами, но про полезные свойства куркумы невозможно не услышать. Так и с Куркумином — это открытие для меня. Уникальная добавка, которая широко известна и применяется во всем мире. Теперь такая есть и в России. Мне нравится Куркумин от компании «Эвалар». Это отличное общеукрепляющее средство, которое также позволяет постоянно поддерживать и укреплять иммунитет.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

щие здоровые клетки, и стимулирует работу мозга. Куркума также способна удалять отложения бляшек в сосудах головного мозга, благодаря чему предотвращает и замедляет прогрессирование болезни Альцгеймера. Кроме того, по результатам некоторых исследований, куркума перспективна в замедлении прогрессирования рассеянного склероза.

Однако основное действующее вещество куркумы — куркумин — 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** — первый¹ в России легко усваиваемый Куркумин.

Прием Куркумина Эвалар способствует:

- укреплению иммунитета
- защите и очищению печени
- уменьшению воспалительных процессов и снижению боли в суставах².

В 2 раза выгоднее по цене³.

¹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» за 2017 год БАД «Куркумин» в форме капсул №30 производства компании «Эвалар» является первой реализуемой в России через аптечные учреждения добавкой куркумина. ² Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.98.003.Е.000908.09.16 от 15.09.2016 г. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам 2018 года средневзвешенная цена за упаковку биологически активной добавки «Куркумин» в форме капсул №30 производства компании «Эвалар» в 3,4 раза ниже, чем у аналогичного средства по действующим веществам, форме выпуска.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35



ФИТОМАРКЕТ
миллион здоровых жизней
www.fitomarket.ru



evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

Обязательно ли нам стареть?

Составляем собственный план сохранения молодости

Стремление постичь тайну вечной молодости волновало людей, начиная с древних времен. В XX веке ученые всерьез занялись этой проблемой, и сегодня результаты их работы уже нашли практическое применение в Anti-age-медицине (с англ.: «против возраста»). Суть антивозрастной медицины — сохранение молодости, здоровья и продление активного долголетия.

Мы составили для каждого возраста подробный перечень добавок-геропротекторов из премиальной линии **ANTI-AGE** от компании «Эвалар», которые просто необходимы в качестве профилактики старения¹. Следуйте нашим рекомендациям и вы будете не только выглядеть, но и чувствовать себя моложе.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

35–45 лет

Многие замечают первые признаки возрастных изменений. Уже не получается, как в 20 лет, проведя бессонную ночь, быть свежим и бодрым. Мы больше устаем, требуется больше времени на отдых. При этом на нас ложится больше ответственности — за детей, за пожилых родителей. Начинает меняться гормональный фон, изменения отражаются как на внешности, так и на внутренних органах: могут появляться хронические недомогания или даже заболевания. Нередко прибавляются лишние килограммы. Вы начинаете больше уставать, требуется больше времени на отдых. Сейчас вам нужен магний — он помогает справиться со стрессами и наладить здоровый сон; кальций — для сохранения накопленного запаса прочности костей и зубов. А еще обратите внимание на куркумин — как на противовоспалительное средство. Кроме того, поддержите нормальную работу печени и микрофлоры вашего кишечника.

Рекомендованное количество таблеток/капсул в день (35-45 лет)

ТРОЙНАЯ ОМЕГА-3 	АЛЬФА-ЛИПОНОВАЯ КИСЛОТА 
КОЭНЗИМ Q ₁₀ 	АНТИ-ОКСИДАНТНАЯ ФОРМУЛА 
КУРКУМИН 	МАГНИЙ ХЕЛАТ 
КАРНОЗИН 	КАЛЬЦИЙ ХЕЛАТ 
МУЛЬТИ-ФЛОРА 	ОМЕГА 3-6-9 

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

45–55 лет

Подумайте о здоровье сердца — сердечно-сосудистые заболевания в это десятилетие выходят на первый план, могут начаться скачки давления. Для женщин это период вступления в менопаузу. Из-за снижения уровня эстрогенов начинается интенсивная потеря кальция, кожа теряет эластичность и упругость; резко возрастает риск образования желчных камней. Мужчины замечают признаки ослабления потенции. Пора завести привычку следить за уровнем холестерина и сахара в крови. Очень важно постоянно принимать не только кальций, чтобы избежать его дефицита, но и витамин K2 (активатор кальция), чтобы этот ценнейший микроэлемент наиболее полно усваивался. Сейчас вам необходима комплексная защита и поддержка организма, что называется, «по всем фронтам».

Рекомендованное количество таблеток/капсул в день (45-55 лет)

ТРОЙНАЯ ОМЕГА-3 	АЛЬФА-ЛИПОНОВАЯ КИСЛОТА 
КАРНОЗИН 	АНТИ-ОКСИДАНТНАЯ ФОРМУЛА 
КУРКУМИН 	КОЭНЗИМ Q ₁₀ 
МУЛЬТИ-ФЛОРА 	АКТИВАТОР КАЛЬЦИЯ 
МАГНИЙ ХЕЛАТ 	ОМЕГА 3-6-9 
КАЛЬЦИЙ ХЕЛАТ 	

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

25–35 лет

Это довольно интенсивный период в жизни: активная работа, начало карьеры — организм подвергается большой нагрузке. Кроме того, немало женщин в этом возрасте становятся мамами. А после беременности и родов организм у женщин теряет нужные вещества: страдают волосы, зубы; могут появляться и первые морщины — самое время предупредить возникновение дефицита нутриентов и скомпенсировать уже имеющиеся потери.

Рекомендованное количество таблеток/капсул в день (25-35 лет)

ДВОЙНАЯ ОМЕГА-3 	МУЛЬТИ-ФЛОРА 
ОМЕГА 3-6-9 	МАГНИЙ ХЕЛАТ 
АНТИ-ОКСИДАНТНАЯ ФОРМУЛА 	КАЛЬЦИЙ ХЕЛАТ 

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

Реклама



Премиальная линия

ANTI-AGE*

для управления возрастом



Мощные антивозрастные комплексы с антиоксидантными свойствами

- Защищают от старения, сохраняя молодость
- Снижают риск развития возрастных заболеваний
- Высокая биодоступность активных компонентов
- Высококачественное сырье от ведущих мировых производителей Германии, Норвегии, Японии, Швейцарии
- Выгодные цены¹

Управляй возрастом с ANTI-AGE!

Спрашивайте в аптеках города!
evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



*Антивозрастная. ¹ По сравнению с импортными средствами, содержащими аналогичные дозировки аналогичных действующих веществ. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. 123100, г. Москва, ул. Пресненская набережная, 12, комната А2, ООО «Фитомаркет», ОГРН 1177746302931

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

55+

Для женщин это начало менопаузы, мужчины нередко уже имеют в багаже инфаркты. Метаболизм замедляется, что ведет к лишнему весу, дополнительной нагрузке на внутренние органы, суставы и сердце. Из-за интенсивной потери кальция стремительно развивается остеопороз — обязательно принимайте препараты с кальцием и витамином D. Жирные кислоты омега-3 также крайне важны — прежде всего для защиты сердца, мозга и зрения. Добавьте с куркумином позволяйте вам снизить уровень воспаления в организме, сохранить подвижность суставов и защитить печень.

Рекомендованное количество таблеток/капсул в день (55+)

ДВОЙНАЯ ОМЕГА-3	АЛЬФА-ЛИПОНОВАЯ КИСЛОТА
КАРНОЗИН	АНТИ-ОКСИДАНТНАЯ ФОРМУЛА
КУРКУМИН	КОЭНЗИМ Q10
МУЛЬТИ-ФЛОРА	ОМЕГА 3-6-9
МАГНИЙ ХЕЛАТ	АКТИВАТОР КАЛЬЦИЯ
КАЛЬЦИЙ ХЕЛАТ	

ГДЕ КУПИТЬ? Смотрите на стр. 34–35

Важный момент! Препараты премиальной линии ANTI-AGE

от «Эвалар» могут приниматься в свободной последовательности, а для усиления эффекта рекомендуется принимать одновременно несколько средств разного направления. В таблице для вашего возраста **указано рекомендованное количество капсул/таблеток в день.**

Независимо от возраста можно принимать:

ВИТАМИН D3 600 МЕ	Не менее половины населения европейских стран и 80% россиян испытывают недостаточность или дефицит витамина D. Хроническая сонливость, слабость мышц, упадок сил, частые простудные заболевания, боли в ногах, спине и шее — все это признаки его нехватки в организме. От витамина D зависит усвоение кальция, сохранение плотности костей, память, внимание, скорость реакций и даже образование половых гормонов! Согласно последним научным сведениям, витамин D необходим для обеспечения деятельности практически всех органов и систем человеческого организма. Оптимальная дозировка Витамина D3 Эвалар позволяет принимать его ежедневно круглый год.
ТЕАНИН	Экзамены? Сессия? Постоянные стрессы на работе? Если аврал, цейтнот и стресс — ваши постоянные спутники, вам просто необходим Теанин Эвалар . Теанин работает как активатор мозговой деятельности, не вызывая перевозбуждения нервной системы. Напротив — он позволяет сохранять спокойствие и ясность ума, а также нормализует давление, поднимает настроение из-за стресса. Оптимальная суточная дозировка L-теанина японского производства — 500 мг — способствует повышению интеллекта, концентрации внимания, деловой активности и творческой энергии; уменьшению стресса, чувства тревоги и раздражительности, не вызывая сонливости и привыкания.
ЖЕЛЕЗО ХЕЛАТ	В отличие от обычных минеральных комплексов с железом, усваивающихся на 5–40%, биодоступность хелатной формы железа достигает 98% и обладает хорошей переносимостью — без побочных явлений со стороны ЖКТ! 1 таблетка Железо Хелат Эвалар в день обеспечивает 100% суточной нормы потребления железа, способствует поддержанию в норме гемоглобина, снижению риска развития анемии, повышению работоспособности.
ЛИПОТРОПНЫЙ ФАКТОР	Стараетесь держать вес и холестерин в норме? Не забудьте про Липотропный фактор Эвалар ! Он содержит три липотропных компонента — холин, инозитол и метионин — которые стимулируют расщепление жиров и способствуют предотвращению их накопления в организме. Способствует ускорению процесса сжигания жиров, выведению токсинов, образующихся при сжигании жиров, удалению жиров из печени, снижению уровня холестерина. Рекомендуется включать Липотропный фактор в программы похудения и снижения уровня холестерина. При производстве используется сырье от ведущего производителя Германии.
ЛИКОПИН	Ликопин — самый сильный растительный антиоксидант, защищающий сразу от двух главных врагов молодости: свободных радикалов и воспаления. Ликопин Эвалар — единственный монопрепарат с ликопином швейцарского производства в российских аптеках. Он замедляет старение, поддерживает молодость кожи; защищает сердце и сосуды, снижая риск развития атеросклероза и инсультов, поддерживая в норме уровень холестерина и вязкость крови; способствует сохранению здоровья предстательной железы.



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru
8-800-200-52-52 (где купить)

* Данные рекомендации являются базовыми и могут быть скорректированы в зависимости от индивидуальных потребностей, предпочтений, образа жизни и рекомендаций вашего врача. Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Боремся с простудой и гриппом эффективно и без переplat!

Осень — это не только пора золотых листопадов, но и зачастую переменчивая погода с морозящими дождями и промозглым ветром. Как правило, именно в это время возрастает опасность проявлений симптомов ОРВИ и гриппа: температура, кашель, затяжной насморк. Для многих борьба с ними может оказаться серьезным испытанием для бюджета. Компания «Эвалар» представляет средства для комплексного воздействия на симптомы ОРВИ и гриппа по самым выгодным ценам по сравнению с аналогами!

Устраняем симптомы простуды и гриппа

Температура, озноб, головная боль, боли в мышцах и суставах — все это первые признаки того, что в организм попал вирус. Но нельзя спешить при выборе лекарства, ведь многие средства в виде напитков содержат вещества, повышающие давление. Чтобы устранить симптомы простуды, не повышая давления, выбирайте лекарство **ОРВИС Флю*** от компании «Эвалар».

В отличие от многих лекарств¹, ОРВИС Флю не вызывает побочного повышения давления, поэтому подходит всем и особенно гипертоникам. ОРВИС Флю снимает все 5 симптомов простуды и гриппа: повышенную температуру, озноб, головную боль, заложенность носа, чихание². Хорошая новость: ОРВИС Флю с имбирем и лимоном приятен на вкус и **в 2 раза выгоднее по цене³**.



Когда кашель одолел...

Кашель — частое проявление острых и хронических респираторных заболеваний дыхательных путей. Чтобы ускорить выздоровление и избавиться от кашля, попробуйте **ОРВИС Бронхо Амбросол*** — раствор для приема внутрь и ингаляций.

Ингаляции с применением Орвис Бронхо Амбросол можно делать взрослым и детям с первого года жизни. Показан при остром и хроническом бронхите, пневмонии, ХОБЛ, бронхиальной астме и др^{2,4}.

В 2,5 раза выгоднее по цене⁵.



Для эффективного выведения мокроты дополнительно принимайте сироп **ОРВИС Бронхо Тимьян***.

Растительное лекарство для взрослых и детей с 1 года. Оказывает отхаркивающее и противомикробное действие, разжижает мокроту. Показан при бронхите, трахеите, коклюше².

На 80% выгоднее по цене⁶.



ОРВИС Лизоцим** — чтобы горло оставалось здоровым!

Выбирайте **ОРВИС Лизоцим⁷** от компании «Эвалар». Это средство в форме таблеток для рассасывания, которое удобно брать с собой. Подходит взрослым и детям с 3 лет. Орвис Лизоцим естественно регулирует местный иммунитет, чтобы горло оставалось здоровым в сезон простуд.

В 2 раза выгоднее по цене⁸.



8-800-200-52-52 (где купить)

¹ Содержащих в составе фенилэфрина гидрохлорид. ² В комплексной терапии. 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 В рамках инструкции по применению. ⁵ 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. ⁶ По данным ООО «Проксима Ресерч», по итогам I полугодия 2018 года средневзвешенная розничная цена на территории Российской Федерации за одну упаковку лекарственного средства (прежнее название «Бронхоплант») по сравнению с аналогичным лекарственным препаратом. ⁷ Полное название БАД «Лизоцим для горла» ⁸ По данным ООО «Аптечная сеть Эвалар», на 16 мая 2019 года цена за 1 таблетку БАД «Лизоцим для горла» производства компании «Эвалар» в 2 раза ниже аналогичного препарата. Аналог для сравнения выбран по действующим веществам, форме выпуска.

Реклама

Бережное лечение насморка

Чем опасны обычные капли в нос?

Первое, к чему прибегают для лечения насморка — сосудосуживающие капли. Они быстро уменьшают отек кровеносных сосудов и восстанавливают дыхание. Однако такие капли помогают лишь временно уменьшить симптом, но никак не способствуют устранению причины насморка и синусита.

После того, как действие сосудосуживающих капель заканчивается, отек слизистой носа появляется снова, но уже в более выраженной форме, чем до их применения. И с каждым разом сосуды расширяются все сильнее и хуже сокращаются. Со временем слизистая носа перестает вообще реагировать на медикаменты, появляются жжение в носу, сухость, кровотечение. Ко всему прочему, эти капли действуют на сосуды всего организма, что может обернуться нарушением сердечного ритма, повышенным артериальным давлением, головокружением, нервозностью, тахикардией.

Но если не лечить насморк, то микробы и бактерии проникают глубже и может возникнуть осложнение — гайморит. Поэтому лечить насморк надо, и лучше — бережно.



Как бережно лечить насморк?

Для эффективного и бережного лечения насморка воспользуйтесь современным и натуральным лекарственным препаратом от известной компании «Эвалар» — Орвис Рино, выпускаемым в форме растительных таблеток и капель для приема внутрь.

ОРВИС Рино очищает носовые пазухи, уменьшает отек, облегчает дыхание, оказывает противовоспалительное и противовирусное действие, а также снижает риск возникновения осложнений¹, таких, как гайморит.

Орвис Рино рекомендован как для взрослых, так и для детей с 2 лет² при острых и хронических синуситах.

Лечебные действия Орвис Рино обусловлены биологически активными веществами, входящими в состав 5 лекарственных трав:



Первоцвет

усиливает секреторную деятельность слизистой оболочки носа и ускоряет отток слизи из придаточных пазух носа.



Горечавка

оказывает противовирусное действие, способствует снятию воспаления слизистой носа и облегчению отхождения слизи.



Щавель

обладает противовоспалительными, заживляющими свойствами, оказывает противовоспалительное действие.



Бузина

нормализует состояние слизистой носа и восстанавливает ее естественные функции, обладает общеукрепляющим действием.



Вербена

обладает противовоспалительным, противомикробным, бактерицидным, антисептическим действиями.



Капли для приема внутрь

Таблетки

Одновременно с приемом таблеток или капель Орвис Рино промывайте нос морской водой в форме спрея. Самый выгодный по цене спрей выпускает компания «Эвалар» — **Аквастер**. В отличие от обычных спреев его не надо покупать каждый раз как вы заболели. Купите только один раз и пользуйтесь им постоянно, вновь заполняя флакон раствором морской соли, приготовленным в домашних условиях. Аквастер имеет съемную немецкую насадку-распылитель, удобную для промывания носа у взрослых и детей с 1 года¹ и очень экономичную для вашего семейного бюджета.



Лечите насморк бережно, чтобы не допустить осложнений!



8-800-200-52-52 (где купить)

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

¹ В комплексной терапии. ² Капли Орвис Рино.

Как выбрать лучшую омега-3?

Сегодня каждый знает, как важна омега-3 для работы сердца и сосудов, поддержания в норме уровня холестерина, здоровых суставов, хорошего зрения, для красоты кожи, волос, ногтей и в целом — для сохранения молодости и здоровья. Однако не все знают, как определиться с выбором препарата в том изобилии, которое представлено сегодня на рынке.

Чистота сырья — главное условие

В советское время вкус рыбьего жира знал каждый. Тогда его можно было потреблять без особых опасений, так как он был достаточно чистым и безопасным. Но постепенно, с развитием промышленности, повысилась загрязненность водоемов. Сегодня все чаще наблюдается заражение рыбы потенциально опасными продуктами, такими как соли тяжелых металлов, диоксины, ртуть и др. Попадание в организм солей тяжелых металлов может привести к нарушению функции центральной нервной системы. Кроме того, в неочищенном рыбьем жире могут присутствовать пестициды.

Поэтому рекомендуется использовать высокоочищенную омега-3. Для этого выбирайте омега-3 от производителей, которые работают с известными мировыми поставщиками рыбьего жира. Одними из лучших в этой сфере считаются компании Норвегии и Германии.

Так, например, высокоочищенное сырье премиум-класса содержат все капсулы Омега-3 от компании «Эвалар». В составе этих капсул — рыбий жир из тела сардин, хамсы и скумбрии высочайшего качества из Германии и Норвегии от компании с мировым именем BASF с высокой степенью очистки, превышающей требования даже европейской фармакопеи.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Дозировка имеет значение

Рекомендации НИИ питания РФ предусматривают ежедневное употребление в пищу 800–1600 мг омега-3 жирных кислот. Поэтому оптимальным вариантом будет выбор препарата с высокой дозировкой.

Тройная Омега-3¹ от «Эвалар» содержит самую высокую² дозировку омега-3 — 950 мг в одной капсуле, что в три раза больше, чем в обычных³. Это идеально подходит всем, кто ценит качество и удобство приема.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Что важно знать о содержании ЭПК и ДГК

Омега-3 — это группа полиненасыщенных жирных кислот, в которую входят 11 разновидностей. Самые важные из них — эйкозапентаеновая (ЭПК) и докозагексаеновая (ДГК) кислоты, так как, в отличие от других, они являются незаменимыми, то есть

не воспроизводятся в организме в нужном объеме. Необходимо обеспечивать их поступление извне.

Именно поэтому при покупке препарата обращайте внимание, содержит ли он эти кислоты. На этикетке они обозначаются так: ЭПК (или EPA) и ДГК (или DHA). Другие разновидности не обязательны, а вот эти должны быть непременно. Поэтому выбирайте препараты, на которых указано наличие этих кислот: так вы будете уверены, что действительно получаете именно то, что нужно. В сумме их дозировка должна составлять не менее 700 мг в сутки.

Тройная Омега-3 от «Эвалар» содержит в одной капсуле (в суточном приеме): ЭПК — 550 мг, ДГК — 230 мг.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Стандарт качества GMP

Как определить, что все, указанное на упаковке, соответствует действительности?

Для этого обращайте внимание, чтобы на упаковке стоял знак качества GMP. Международный стандарт GMP (Good Manufacturing Practice) является гарантией качества и означает, что производитель действительно соблюдает самые высокие стандарты производства.

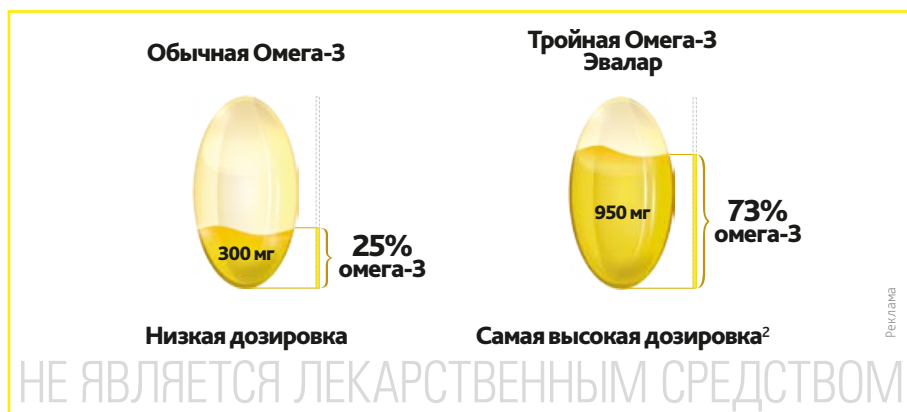
Вопрос цены

Если рассматривать вопрос цены препарата с описанными выше характеристиками, то самая выгодная по цене Омега-3 с максимальной дозировкой² 950 мг в одной капсуле — это Тройная Омега-3 от компании «Эвалар». Она на 50% выгоднее по цене по сравнению с аналогичными⁴.

Тройная Омега-3 «Эвалар» — это безупречное качество без переплат!



ГДЕ КУПИТЬ? Смотрите на стр. 34–35



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



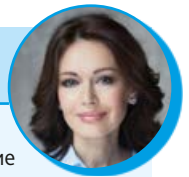
ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru
8-800-200-52-52 (где купить)

¹ Название по СоГР: «Тройная Омега 3 950 мг». ² В ассортименте ЗАО «Эвалар». ³ Сравнение произведено с БАД с самой распространенной на аптечном рынке дозировкой омега-3 — 300 мг в 1 капсуле (по данным ЗАО «Группа ДСМ» за первое полугодие 2018 года). ⁴ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group) за 2018 год средневзвешенная розничная цена за 1 капсулу биологически активной добавки «Тройная Омега 3 950» производства компании «Эвалар» выгоднее, чем у аналога в 1,6 раза (на 50%). Аналог для сравнения выбран по действующему веществу и дозировке. Цены в конкретных аптеках могут различаться. На иллюстрации представлено сравнение капсул весом 1,2 г (300 мг Омега-3) и 1,3 г (950 мг Омега-3), процент Омега-3 подсчитан от общего веса каждой капсулы.

Ирина Безрукова,
актриса, телеведущая:



Триптофан не просто помогает улучшить настроение и наладить сон, он помогает восстанавливать наши биоритмы. Поэтому он будет полезен не только в период осенней хандры, но и при перелетах. При резкой смене часовых поясов триптофан помогает организму быстрее и комфортнее перевести стрелки внутренних часов на новый режим дня и ночи. Это позволяет мне оставаться бодрой и полной сил, не терять время на адаптацию и не испытывать особых проблем со сном, несмотря на смену часового пояса.

вающие, но если в организме низкий уровень L-триптофана и серотонина, то успокаивающие могут не дать ожидаемого результата.

Для нормального усвоения L-триптофана нужны витамины B5 и B6. В сочетании с ними L-триптофан обладает высокой эффективностью и помогает существенно повысить качество жизни.

Человеку в день нужно около 1000 мг L-триптофана.

Именно такую оптимальную дозировку¹ L-триптофана содержат капсулы **Формула спокойствия Триптофан** от компании «Эвалар» для естественной выработки серотонина и мелатонина. Капсулы усилены необходимыми витаминами B5 и B6.

Формула спокойствия Триптофан способствует улучшению настроения, появлению ощущения счастья, эмоционального подъема и спокойствия днем. А ночью — помогает обеспечить хорошее качество сна, позволяя выспаться и отдохнуть за более короткое время.

Формула спокойствия Триптофан — отличное настроение днем и крепкий сон ночью в любое время года.
Произведено «Эвалар»: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.

¹ В суточной дозировке (4 капсулы).



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34-35

Реклама

Осенняя ~~грусть!~~ радость!

Что общего между офисными работниками, мамами в декрете и пенсионерами? Осенью из-за уменьшения светового дня у всех снижается уровень серотонина — «гормона счастья». И как результат — грусть, уныние, усталость, снижение активности и проблемы со сном.

Как вернуть радость?

Преодолеть эти нежелательные явления вполне возможно. Поможет такая незаменимая аминокислота как L-триптофан. Она является предшественником важнейших регуляторов наших биоритмов — серотонина и мелатонина. Днем L-триптофан участвует в выработке серотонина, которому мы обязаны ощущением хорошего настроения, эмоционального комфорта и спокойствием, что также устраняет чувство грусти и уныния в осеннюю непогоду. А с наступлением темного времени суток из L-триптофана образуется мелатонин, который регулирует фазы сна, их продолжительность и качество.

В США L-триптофан пользуется огромным спросом, поскольку успешно помогает решать многие проблемы современного человека. Растет его популярность и в России.

Почему стоит выбрать L-триптофан

Выбирая L-триптофан, вы помогаете своему организму наиболее естественным образом, что позволит вам чувствовать себя комфортно.

Важная особенность L-триптофана, в отличие от его метаболитов (производных), которые сегодня тоже широко используются, заключается в том, что L-триптофан, в отличие от них, способствует именно естественной выработке серотонина и мелатонина. Он не замещает никаких гормонов, а просто служит строительным материалом, как пища, которую мы потребляем ежедневно. Поэтому на нашу гормональную систему он не оказывает воздействия.

Отличие L-триптофана от обычных успокаивающих средств также очевидна. У них совершенно различные механизмы действия. Можно сколько угодно принимать успокаивающие,

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ЦИСТИТ: удар ниже пояса

Американский медицинский журнал (American Journal of medicine) приводит шокирующую статистику: до 24 лет каждая третья, а в течение жизни — каждая вторая женщина хотя бы раз переболеет циститом. В течение одного года только в США по поводу цистита к врачам обратится 7 000 000 человек, не менее 100 000 из них потребуются срочная госпитализация. Вовремя не вылеченный цистит спровоцирует осложнения у многих беременных женщин, в том числе недоношенность и выкидыши. В России положение дел немногим лучше.

Откуда он взялся?!

В организме любого человека находятся не только полезные, но и болезнетворные бактерии — стафилококки, стрептококки, кишечная палочка и др. Все они не страшны здоровому человеку, но как только защитные силы организма слабеют, бактерии начинают бурно размножаться и расселяться по организму. В первую очередь — в органы, имеющие связь с внешней средой, поэтому мочевыводящие пути особенно уязвимы.

Осеннему обострению цистита прежде всего способствует погода: холод, сырость, пронизывающий ветер ослабляют привыкший к комфортному летнему теплу организм, чем тотчас же пытаются воспользоваться дремавшие до поры инфекции.

Что делать?

Прежде всего постарайтесь не допустить возникновения цистита и соблюдайте несколько простых правил:

- закаляйтесь, ведите активный образ жизни — это повысит ваш иммунитет
- не переохлаждайтесь, позаботьтесь о том, чтобы вам всегда было тепло, особенно в уязвимой зоне
- выбирайте натуральное удобное белье (и никаких стрингов — их покроем облегчает попадание кишечной палочки в мочевой пузырь)
- следите за питанием: в рационе должны быть фрукты и овощи — благодаря содержанию в них витаминов и органических кислот повышается сопротивляемость организма инфекциям
- пейте больше жидкости — вода ускоряет обмен веществ и быстрее выводит токсины из организма.

Если уберечься все же не удалось, не следуйте бездумно советам подруг и интернета, не занимайтесь самолечением, а обратитесь к врачу. Без правильно подобранной, грамотной схемы лечения цистит перейдет в хроническую форму с постоянными рецидивами и осложнениями — от пиелонефрита до бесплодия.



Цистит? Пиелонефрит?

НЕФРОСТЕН®

лекарственный растительный препарат



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите
на стр. 34-35



• Таблетки

• Капли

100 % натуральное¹ лекарство

Для лечения хронических инфекций почек и мочевого пузыря² у взрослых и детей с 1 года

- ✓ Оказывает мочегонное, спазмолитическое, противовоспалительное, противомикробное действие
- ✓ Уменьшает количество повторных обострений
- ✓ Препятствует образованию мочевых камней



Розмарин



Любисток



Золототысячник

evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить) • apteka.ru

¹ По действующим веществам. ² В комплексной терапии. Реклама

Имеется противопоказание. Проконсультируйтесь со специалистом

Чай «Эвалар БИО» – природная сила Алтая!

Замените свой обычный чай на ароматный чай «Эвалар БИО» из целебных трав Алтая!

В коллекцию «Эвалар БИО» входит более 20 травяных чаев различных направлений.

В чаях «Эвалар БИО» вся природная сила Алтая для вашего здоровья!

Попробуйте чай «Эвалар БИО Для почек»

В составе:



Листья толокнянки

обладают мочегонным, противовоспалительным и противомикробным действиями. Способствуют усилению диуреза и оказывают антисептическое действие.



Трава горца птичьего

оказывает диуретическое, анальгезирующее, противовоспалительное действия. Способствует снижению риска образования мочевых камней.



Плодоножки вишни

используются в качестве мочегонного средства. Способствуют снижению воспаления мочевыделительного тракта, устранению лишней жидкости из организма.

«Чай Эвалар Био Для почек» рекомендуется в качестве биологически активной добавки к пище – источника флавоноидов и арбутина.

Состав: трава горца птичьего, листья толокнянки, листья березы, плодоножки вишни, листья земляники, черный чай, листья смородины, листья мяты перечной, ароматизатор натуральный «Черная смородина».

2 фильтр-пакета в день обеспечивают не менее 12 мг флавоноидов в пересчете на рутин и не менее 3 мг арбутина, что составляет 40 % и 38 % от адекватного уровня потребления соответственно.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Не является лекарством. Хранить при температуре не выше 25 °С (25 °С аспайтын температурада сактаныз).

Свидетельство о государственной регистрации № КЗ.16.01.78.003.Е.000652.05.14 от 19.05.2014 г.

Изготовитель/организация, принимающая претензии:

ЗАО «Эвалар», Россия, 659332, Алтайский край, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6.

Срок годности – 3 года (Жарамдылык мерзімі – 3 жыл).

Дата изготовления (Дайындау күні) – июль 2019 г.



Эвалар – гарантия качества, чистоты и эффективности!



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35



ФИТОМАРКЕТ
наследие здоровой жизни
www.fitomarket.ru



evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Как сохранить сердце здоровым?

Даже после 40 лет не поздно менять привычки и образ жизни — особенно, если перемены помогают сохранить здоровье, и, в первую очередь, здоровье сердца. История нашей читательницы — тому подтверждение.

Елена Ивановна, 43 года:

Точка невозврата

Я всегда считала себя здоровым человеком — не было даже повода жаловаться на самочувствие. Но однажды вечером в зеркале я увидела жутко отекшее лицо, а утром — с трудом поднялась на 4 этаж. В рабочем кресле я приземлилась с невероятной одышкой, сердце бешено колотилось, а в груди защемило. К вечеру у меня просто уже не было сил. И так продолжалось почти неделю. Признаться, я сильно испугалась, поэтому надеяться на «авось пройдет» и затягивать с визитом к врачу не стала.

Отрезвляющий шок

Врачи, анализы, обследования — я ожидала, что мне просто посоветуют больше отдыхать и дышать свежим воздухом. Но нет. Повышенное давление, неважная кардиограмма, холестерин и сахар в крови на верхней границе нормы — вердикт специалистов поверг меня в шок. Страх, отчаяние, обида на себя и злость — за то, что никогда особо и не уделяла внимания своему здоровью и, к огромному стыду, никогда не следила за такими важными показателями. На руках у меня был длинный список различных препаратов. Долго сомневалась — покупать их или нет. Настораживающие симптомы мешали активно

жить и работать, поэтому я все-таки купила таблетки. Но когда выпивала целую горсть, думала, что травлю свой организм химией и приглушаю лишь симптомы, не устраняя причину своих проблем.

Слушать свой организм

Я поняла, что лучше найти причину проблемы и не запускать ее, не допуская трагедии. Я стала изучать информацию, искать возможность обойтись без химии и радикальных вмешательств в организм. И все оказалось намного проще, чем я думала.

Первым делом я перестала баловать себя вредными вкусностями, убрала все жирное и жареное, заменив любимые чаепития с печеньками на легкий перекус овощами или фруктами. После работы я не запрыгивала в автобус, а прогуливалась пешком до дома. Уже на этом этапе перемены самочувствие мое значительно улучшилось. Я стала бодрее, сон — глубже, а давление начало приходить в норму.

Дальше я начала разбираться, недостаток каких веществ приводит к сбоям в работе сердечно-сосудистой системы и что помогает сердцу оставаться здоровым.

Универсальный помощник — таурин

Настоящим открытием для меня стала аминокислота таурин. Зацепило меня то, что его называют «самой сердечной аминокислотой». Оказывается, именно недостаток таурина может приводить к серьезным нарушениям работы сердечно-сосудистой системы, а с возрастом содержание таурина в организме падает. Кроме того, таурин можно применять не только для профилактики заболеваний, но и для их лечения, подтверж-

дение чему я нашла в многочисленных исследованиях. Таурин принимают при болезнях сердца, артериальной гипертонии и даже при сахарном диабете. Он умеренно снижает давление (при этом только до нормальных показателей), улучшает кровообращение и обменные процессы в сердце. Таурин снижает уровни холестерина и сахара в крови, если они повышены, и также — только до нормальных показателей. Он помогает стабилизировать сердечный ритм, снижает отеки и одышку и способствует исчезновению болей в области сердца — как раз то, что мне было необходимо.

А так как таурин — это родственная нашему организму аминокислота — он практически не имеет побочных действий, и его совсем не страшно принимать.

Зачем нужна омега-3?

Второе, что я включила в список препаратов для себя — это омега-3. Во-первых, я ем непросто мало рыбы, во-вторых, я сильно сомневаюсь в ее качестве и высоком содержании в ней важных полиненасыщенных жирных кислот. А ведь ежедневное употребление этих кислот оказывает влияние на уровни хорошего и плохого холестерина. Все довольно просто: плохой холестерин они понижают, а хороший — повышают. А это, в свою очередь, благоприятно сказывается на работе сердца и снижает риск образования тромбов и развития атеросклероза.

Для себя я нашла качественную омега-3 — в линейке КардиоАктив, которую производит известная мне компания «Эвалар» из сырья немецкой фирмы с мировым именем — BASF.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Что еще полезно для сердца?

Боярышник — в любом виде и постоянно. Это, пожалуй, самое известное и доступное растительное средство для поддержания работы сердца. Вещества, которые в нем содержатся, поддерживают ритм работы сердца и делают его более выносливым.

Ну, и конечно же, витамины. Теперь я с ними на всю жизнь — и почему я раньше никогда их не принимала? Для себя выбрала именно те, которые поддерживают работу сердца: коэнзим Q₁₀, калий и магний.

В достаточном количестве они содержатся в комплексе КардиоАктив витамины для сердца. Их я и стала принимать.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Ежедневная порция здоровья

Прошел год с того случая. Теперь каждый мой день начинается с пробежки, полезно завтрака и приема биологически активных добавок и натуральных лекарств. Каждое утро изо дня в день я стала заботиться о здоровье своего сердца и организма в целом, о своей красоте, самочувствии, настроении — и это работает! Стиль жизни изменился в лучшую сторону, окружающие делают комплименты моей «легкости», а сама я себя чувствую лучше, чем в 20 лет! Так что я могу с уверенностью сказать — менять привычки и образ жизни никогда не поздно! А быть здоровым и чувствовать себя молодой — безумно приятно.

Мнение эксперта:

Олеся Пронина,
нутрициолог:



Действительно, все перечисленные выше вещества станут отличной профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний и помощью в их лечении, поэтому важно сбалансировать свой рацион питания так, чтобы в нем было как можно больше продуктов, в которых они содержатся. Но сегодня это довольно проблематично, учитывая количество калорий, которого нам нужно придерживаться, чтобы не набрать лишний вес. Поэтому намного проще дополнительно принимать их в виде таблеток, выбирая качественные препараты проверенного производителя.

Обратите внимание на линию препаратов КардиоАктив от фармацевтической компании «Эвалар», которая содержит все, что нужно для здоровья вашего сердца. Препараты линии отлично сочетаются между собой и дополняют действие друг друга при совместном приеме. Их можно принимать как все вместе для большего эффекта, так и отдельно, выбрав комбинацию, которая подходит именно вам:

1 Лекарственное средство КардиоАктив Таурин*

применяется в комплексном лечении сердечно-сосудистых заболеваний, а также сахарного диабета 1 и 2 типа. КардиоАктив Таурин позволяет умеренно снижать артериальное давление, уровень сахара, холестерина и триглицеридов в крови, он улучшает работу сердечной мышцы и повышает работоспособность. При этом принимать его можно как самостоятельно, так и включая в стандартное лечение многих заболеваний.



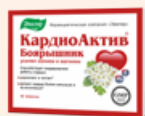
2 КардиоАктив Омега-3**

содержит 1000 мг жира морских рыб в каждой капсуле. Он способствует поддержанию в норме уровня холестерина, сохранению тонуса и эластичности сосудов, снижению риска развития атеросклероза.



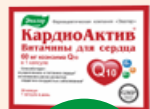
3 КардиоАктив Боярышник**

от «Эвалар» содержит экстракт и цветков, и листьев боярышника в высокой суточной дозировке (800 мг). Состав усилен «питанием для сердца» — калием и магнием. КардиоАктив Боярышник способствует поддержанию работы сердечной мышцы, усиленно питает и укрепляет ее, делая сердце более сильным и выносливым.



4 КардиоАктив витамины для сердца**

содержат целый комплекс витаминов и самый главный для сердца — коэнзим Q₁₀ (60 мг). Этот комплекс дает энергию для работы сердца, способствует снижению риска развития сердечно-сосудистых заболеваний.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

Рекомендации совместного приема препаратов КардиоАктив

Беспокоит сердце:

- 1 КардиоАктив Таурин +
- 2 КардиоАктив Омега-3 +
- 3 КардиоАктив Боярышник +
- 4 КардиоАктив витамины для сердца

Повышено давление:

- 1 КардиоАктив Таурин +
- 2 КардиоАктив Омега-3 +
- 4 КардиоАктив витамины для сердца

Повышен холестерин:

- 1 КардиоАктив Таурин +
- 2 КардиоАктив Омега-3

Повышен сахар в крови:

- 1 КардиоАктив Таурин



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru
8-800-200-52-52 (где купить)

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

Реклама



Что важно знать о холестерине?

У меня повышенный холестерин. Насколько это опасно? Боюсь, что это отразится на сердце. Не хочу прибегать к синтетическим лекарствам, так как знаю, что они имеют много побочных эффектов. Подскажите, есть ли натуральные средства, которые помогают контролировать уровень холестерина?

А. Шеина, г. Горно-Алтайск

Когда повышен холестерин

О том, что «зашкаливает» уровень холестерина, мы часто узнаем случайно: во время диспансеризации, например. Или, что гораздо хуже, когда появляются проблемы с сосудами и сердцем, начинается «скакать» давление. Ведь холестерин «не болит», но постепенно убивает, являясь одним из основных факторов развития атеросклероза.

Именно поэтому важно контролировать и поддерживать уровень холестерина в норме.

При обращении к специалисту вы, скорее всего, получите рецепт на прием синтетических препаратов. Но они имеют много

побочных действий: головные и мышечные боли, хроническая усталость с бессонницей, проблемы с пищеварением (тошнота, рвота) и регулярные аллергические реакции.

Поэтому, прежде чем начать принимать синтетические препараты, обратите внимание на натуральные средства, которые помогают поддерживать уровень холестерина в норме.

Натуральное решение при высоком холестерине

Среди многообразия растений, диоскорея — одно из самых эффективных для снижения уровня холестерина. Она способна очищать стенки сосудов от холестерина, избавляет от симптоматики атеросклероза, улучшает постинфарктное состояние, смягчает последствия инсульта, повышенного артериального давления, ревматоидного артрита. Диоскорея усиливает кровоснабжение, расширяет сосуды, насыщая клетки кислородом и питая полезными веществами, что способствует снижению риска возникновения тахикардии и стенокардии.

Именно **экстракт диоскореи** содержится в улучшенном составе капсул **Атероклефит БИО** от компании «Эвалар».

Прием 2 капсул утром и 2 капсул вечером способствует выведению холестерина из организма и снижению риска возникновения атеросклеротических изменений сосудов, а также поддержанию артериального давления в норме¹. Хорошей новостью является то, что Атероклефит БИО переводит «плохой» холестерин (низкой плотности) в «хороший» (высокой плотности)¹, который жизненно необходим человеку для правильного функционирования головного мозга и производства гормонов, таких как тестостерон и эстроген.

Принимайте 100% натуральное² средство Атероклефит БИО, чтобы сосуды оставались чистыми, а сердце — здоровым!

А совместный прием капсул Атероклефит БИО и **Тройной Омега-3 Эвалар** позволит усилить эффект поддержания уровня холестерина в норме длительное время. Вы легко в этом убедитесь, если сдадите анализ крови на холестерин до и после совместного курса приема Атероклефит БИО и Тройной Омега-3 Эвалар.

¹ Информация подтверждена Co/P №KZ.16.01.95.003. E.000531.06.18

² По действующим компонентам.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35



ФИТОМАРКЕТ
НАЛИЧИЕ ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Осенний марафон: как помочь своим суставам?

Зависимость самочувствия человека от времени года уже давно доказана специалистами. И если у вас есть проблемы с суставами, то осенью нужно особенно внимательно следить за здоровьем, ведь обострение болезней суставов в эту пору — закономерно.

Часто «пасмурное» осеннее настроение усугубляет дискомфорт и чувство скованности в суставах по утрам, а причин этому немало: слишком активное лето, подвижки на дачном участке и наступление холодов с резкими перепадами температур.

Чтобы избежать осеннего обострения, придерживайтесь нескольких простых правил:

1. Снижайте нагрузку. Вы продуктивно провели лето, сделав все, что запланировали — теперь самое время дать и себе, и суставам немного отдохнуть и снизить нагрузку. Не изнуряйте себя тяжелым физическим трудом, не поднимайте тяжести, не делайте резких движений.

2. Занимайтесь спортом. Но не переходите в другую крайность — не прописывайте себе постельный режим. При малоподвижном образе жизни мышцы, которые поддерживают суставы и снимают с него часть нагрузки, ослабевают. Из-за этого даже ежедневные привычные дела могут привести к микротравмам суставного хряща. Если позволяет погода, не отказывайтесь от продолжитель-

ных прогулок по улице. Полезны занятия скандинавской ходьбой. Также хорошей профилактикой станет посещение бассейна.

3. Не допускайте переохлаждения.

А вы знали, что холод крайне опасен для суставов? Он вызывает непроизвольный спазм мышц, окружающих сустав, из-за этого резко снижается приток крови к нему, и хрящ не получает питания, необходимого для построения новых клеток, поэтому разрушение сустава ускоряется. В демисезонье, когда погода крайне переменчива и есть риск замерзнуть, старайтесь одеваться теплее, не допускайте переохлаждения.

4. Питайте суставы. Если вы еще не начали принимать хондропротекторы — препараты, которые содержат необходимые для здоровья суставов компоненты, то осень — самое время это сделать. Ведь без должного питания суставов все принятые меры могут не принести ожидаемого результата. При систематическом и длительном применении хондропротекторы улучшают функцию суставов, повышают эластичность и амортизационные свойства хряща, уменьшают боль.

Выбирая хондропротектор, обратите особое внимание на его ингредиенты. Для наилучшего эффекта важно, чтобы в составе присутствовали хондроитин, глюкозамин, коллаген, гиалуроновая кислота и метилсульфонилметан (MSM).

Все перечисленные ингредиенты в оптимальных дозировках собраны в препаратах **серии Хонда** от фармацевтической компании «Эвалар».

Комплекс Хонда¹ обладает хондропротекторными, противовоспалительными² 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
- стимулированию восстановления хрящевой ткани
- защите суставов от возрастных изменений.

Самое сильное средство серии — это напиток **Хонда drink**, в каждой порции которого содержатся максимальные³ дозировки сразу пяти компонентов от ведущих мировых производителей:

- коллаген — 8000 мг (Франция)
- хондроитин — 800 мг и глюкозамин — 1350 мг (Испания)⁴
- гиалуроновая кислота — 50 мг (Швейцария)
- метилсульфонилметан (MSM) — 600 мг (Германия)

На рекомендованный курс — 20 дней — достаточно всего 2 упаковок.



Чтобы закрепить полученный результат, продолжайте регулярно принимать таблетки **Хонда Форте** — не менее 3 месяцев. Они содержат оптимальные дозировки хондроитина и глюкозамина — по 500 мг⁴ — как известные аналоги, но Хонда Форте выгоднее на 50% по цене!⁵



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

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34-35



¹ «Хонда Форте», «Хонда drink». ² «Хонда drink». ³ В серии «Хонда». ⁴ Указаны дозировки хондроитина сульфата и глюкозамина гидрохлорида. ⁵ 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.



ФИТОМАРКЕТ
МАКСИМУМ ЗДОРОВЬЯ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить) Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Гигиена носа

АкваМастер* — это не только готовое лекарство — солевой спрей, но и удобное устройство для промывания носа морской солью со съёмной насадкой. Рекомендован взрослым и детям при: ринитах, гайморитах, аденоидитах, ОРВИ и гриппе. Примите за правило ежедневно промывать нос с помощью устройства АкваМастер Эвалар и наслаждайтесь легким дыханием и свободой от вирусов!



Без сосудистых катастроф

100% натуральное¹ лекарство **Гинкоум*** снижает вязкость крови и препятствует образованию тромбов — основной причины инфарктов и инсультов. Улучшает кровоснабжение мозга и общий кровоток, нормализует тонус артерий и вен, улучшает обменные процессы в нервных клетках, защищает от свободных радикалов.



Лечим суставы, не повреждая желудок

Настойка Сабельника* Эвалар лечит суставы и позвоночник, не повреждая желудок. Препарат оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении суставов и позвоночника.



«Хороший» холестерин необходим

Натуральное¹ лекарственное средство **Атероклефит*** в отличие от обычных переводит «плохой» холестерин в «хороший», который жизненно необходим человеку для правильного функционирования головного мозга и производства гормонов, таких как тестостерон и эстроген, а также препятствует отложению «плохого» холестерина на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

Самое выгодное лекарство для лечения грибка²

В аптеках множество противогрибковых средств, но все дорогие? Попробуйте **Мизол Эвалар*** — раствор для лечения грибка ногтей и кожи. Он до 80% выгоднее самого популярного средства с нафтифином². Мизол Эвалар лечит грибковые инфекции кожи и ногтей, а также устраняет зуд и жжение. Раствор активно проникает в кожу и ногти, создавая устойчивую концентрацию нафтифина, который способствует устранению проявлений воспаления.



Охота на грибок

Антигрибковый гель Мизол Эвалар для защиты от поражения грибком. Устраняет зуд и жжение, легко наносится и быстро впитывается.



Секрет здорового сердца

Для защиты сердца и сосудов может помочь лекарственный препарат **КардиоАктив Таурин***. Он умеренно снижает артериальное давление, стабилизирует сердечный ритм, улучшает кровообращение и обменные процессы в сердце, снижает уровень холестерина в крови. При сахарном диабете может помочь нормализовать сахар и улучшить самочувствие. На 50% выгоднее по цене³.



Энергия для жизни

Левокарнил* Эвалар увеличивает энергетические ресурсы организма, повышает работоспособность и выносливость. Поддерживает работу сердечной мышцы, улучшает когнитивные способности, память, повышает умственную активность. Укрепляет иммунитет и обеспечивает более быстрое восстановление организма после перенесенных заболеваний и при спортивных нагрузках.



¹ По действующим веществам. ² По данным ООО «ПРОКСИМА РИСЕРЧ» за декабрь 2018 г., по сравнению с самым популярным ЛС, содержащим 1% раствор нафтифина. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам 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. ⁴ По свойствам действующего вещества. ⁵ По данным маркетингового агентства ЗАО «Группа ДСМ» по итогам 1 полугодия 2018 г. бренд «Эндокринол» занимает первое место по объему аптечных розничных продаж в стоимостном выражении среди БАД, поддерживающих функциональную активность щитовидной железы. ⁶ За счет сублингвальной формы приема. ⁷ «Food and Chemical Toxicology», 1987, vol.25, pp. 363–368.

* ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Здоровая печень

Для защиты печени от токсинов и ожирения воспользуйтесь препаратами **Гепатрин** и **Гепатрин-Детокс** от компании «Эвалар», которые способствуют естественному восстановлению работы клеток печени, ее детоксикации и защите от ожирения.



Выбираем натуральное

Сегодня на полках аптек вы найдете **Эндокринол** от компании «Эвалар» — самый популярный⁵ в России негормональный натуральный комплекс на основе корней лапчатки белой. Он способствует поддержанию нормальной функции щитовидной железы, ее структуры, размера и баланса гормонов.

Доброе утро!

Послабляющие жевательные таблетки **Фитолакс** мягко решают проблему утром, оказывая естественную помощь кишечнику. Фитолакс эффективно действует уже с первого приема⁴. Таблетки приятны на вкус, не требуют запивания и удобны в любой ситуации.



Какой глицин выбрать?

Высоким содержанием глицина отличается **Глицин Форте Эвалар**. Действие глицина усилено витаминами для мозга — В1, В6, В12. Способствует быстрому достижению эффекта⁶ — уменьшению нервного и умственного напряжения, повышению умственной работоспособности и улучшению сна.

Голова ясная, память отличная!

Гингко Билоба Эвалар содержит высокоочищенный экстракт гингко билоба и способствует улучшению мозгового кровообращения, повышению умственной работоспособности, улучшению памяти и внимания.



При мастопатии

Мастофит способствует поддержанию здоровья молочной железы и содержит целый комплекс растительных экстрактов: витекса, фукуса и индолов брокколи. Витекс снижает уровень пролактина. Фукус — источник органического йода. Индолы активизируют защиту организма от воздействия канцерогенов. Комплекс природных индолов работает в 80 раз эффективнее⁷, чем искусственно синтезированные индолы.

Иммунитет

Поддержать иммунитет поможет натуральный¹ растительный комплекс **Стимунал Эвалар**. Он содержит кошачий коготь, который способствует нормализации выработки пептидов, координирующих взаимодействие всех звеньев иммунной системы.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

Грибы для долголетия

Шиитаке Эвалар содержит лентинан, который способствует поддержанию иммунной системы, создающей условия для активного долголетия.



Хорошее зрение

Черника-Форте с витаминами и цинком Эвалар способствует снятию напряжения глаз, сохранению зрения, защите глаз от усталости и раздражения, а также улучшению адаптации зрения в темноте. Подходит для всей семьи: взрослым и детям с 3 лет.

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



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



evalar.ru
8-800-200-52-52 (где купить)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Вне зоны возраста

Возраст — абсолютно не помеха тому, чтобы хорошо выглядеть, иметь спортивное тело и отличное самочувствие. Это еще раз доказывает фитнес-эксперт и бренд-амбассадор «Эвалар» Татьяна Еремина. В апреле ей исполнилось 39 лет. Татьяна вошла в команду бренда в конце 2018 года и всем своим образом жизни доказывает, что начать заботиться о себе, своем здоровье и красоте никогда не поздно.

До 34 лет Татьяна не имела никакого отношения к спорту, у нее даже было влюбление от физкультуры в школе. Сегодня она вице-чемпионка России и чемпионка Европы в категории Women Wellness Fitness.

— Татьяна, не каждый решит посвятить себя профессиональному спорту, а уж после 30 и подавно. Расскажите про свой путь — от простой девушки с формами до профессиональной спортсменки? Что послужило стимулом?

— Вообще я считаю, что до уровня профессиональной спортсменки мне далеко, но и назвать свой образ жизни «легким фитнесом» уже тоже не могу: тренировки шесть дней в неделю, соблюдение режима сна и питания, часто в ущерб многим обычным радостям.

Когда-то в 10 классе, когда мы готовили программу для вечера встречи выпускников, мы встречались с теми, кто окончил школу 10–20 лет назад. Я видела тридцати- и сорокалетних людей с лишним весом и уставшим взглядом, и тогда мелькнула мысль: «Я не хочу стареть». Но к 30-ти годам я стала выглядеть примерно так же, и однажды, посмотрев на себя в зеркало, я сказала себе: «Стоп! Это не я». Как-то не готова я была мириться с тем, что после 30–35 ты уже в разряде «тетька» или «женщина, вы не подскажете?..».

— То есть в основе всего был извечный женский страх старости?

— С одной стороны, да — это, конечно, было осознание скоротечности жизни. С другой, когда у тебя появляются дети, возникает чувство ответственности за их жизнь и за свою тоже. Я хочу, чтобы моя дочь гордилась мамой, и в ее будущем я могла стать



Татьяна Еремина

вице-чемпионка России и чемпионка Европы в категории Women Wellness Fitness.

для нее опорой, а не обузой, бунтящей, как трудно жить и какие дорогие лекарства. Дети берут пример с нас, родителей, поэтому позитивное мышление и стремление хорошо выглядеть, быть здоровой и стараться развиваться, учиться новому — это то, что я стараюсь привить и ей.

— Скажите, широкая кость — это миф или все же реальность?

— Вы, наверное, имеете в виду самую популярную отговорку про невозможность похудеть? (Смеется).

Есть такое выражение: «По наследству передается не лишний вес, а тарелка, ложка



ДО



ПОСЛЕ

и образ питания». Даже при широкой кости, а точнее — эндоморфном соматотипе человека — можно «построить» тело, какое мы сами захотим. Всего лишь нужно желание и дисциплина на пути к изменению привычек в питании и образе жизни. И не временно, а навсегда. «Мы то, что мы едим» — отличная фраза, и я заново «училась есть»: составляла рацион, меняла пищевые привычки, отказывалась от «мусора» и «пустых калорий». Это интересный путь — я счастлива, что изучаю его.

— Для тех, кто захочет повторить ваш путь, или просто похудеть, или встать на путь ЗОЖ, какие бы ключевые слагаемые успеха вы назвали?

— Я думаю, слагаемых четыре. Во-первых, это регулярные физические нагрузки. Во-вторых, соблюдение режима питания — я, например, питаюсь дробно, 5 раз в день, и не представляю себя без нутрицевтиков (включая витаминные комплексы, антиэйдж-добавки, отдельные курсы макроэлементов) и спортивного питания SportExpert от «Эвалар».

В-третьих, это соблюдение режима сна. Многие почему-то недооценивают этот пункт, а совершенно зря — ведь отсутствие полноценного сна может разрушить все ваши планы по приведению себя в форму. Если вы хотите быть в форме, то очень важно ложиться спать в 22–23 часа, поскольку в районе часа ночи идет пиковая выработка соматотропина — гормона, ответственного за жиросжигание. Отсутствие нормального ночного сна также нарушает выработку гормонов, контролирующих чувство голода.

И в-четвертых, очень важно мыслить позитивно: замечать хорошее, не накапливать в себе чувство обиды и вины и обязательно — мечтать по-крупному!

— Вы стали бренд-амбассадором SportExpert. Скажите, пожалуйста, есть ли у вас любимые продукты в этой линейке спортпита? Что бы вы, в первую очередь, рекомендовали приобрести тем, кто собрался в спортзал?

— Любимые продукты те, что вкусные и востребованы для моих целей: безумно вкусные протеиновые батончики **SportExpert Protein Bar**, ванильный трехкомпонентный протеин **SportExpert Protein Mix 908 g** и жидкий магниевый **SportExpert Magnesium Liquid** со вкусом яблока и ананаса. Периодически применяю **SportExpert L-карнитин 1800 мг** (персиковый вкус) и **SportExpert Энергия** с гуараной (вкус апельсина). Подборка вкусов действительно на высоте!

За качество я не переживаю: что написано на пачке, то и внутри. Недавно я посетила завод «Эвалар» и меня поразило, насколько строго там соблюдаются правила производства по международным стандартам качества GMP. Продукция проходит 20 ступеней проверки: на этапе закупки сырья, на всех этапах производства, и даже от каждой партии забираются образцы для проверки качества в течение срока годности!

А тем, кто только собрался в спортзал, в первую очередь советую поддерживать свои суставы препаратом **SportExpert Glucosamine Chondroitin**. Я применяю этот препарат регулярно — 2 раза в год по 2 месяца курсом.

Ну а далее, если тренировки выйдут на регулярный уровень, очень пригодятся аминокислоты (**SportExpert BCAA+** или **SportExpert Complex Amino**) для скорейшего восстановления после нагрузки. Принимать можно до и после тренировки (и даже во время) как в тренировочные дни, так и в дни отдыха (восстановления). Отмечу еще **SportExpert Protein Whey** или **Protein Mix** для тех, кто не успевает перекусить перед тренировкой.

— Вам 39, вы выглядите моложе своих лет — это все благодаря спорту? Или есть свои секреты питания, приема препаратов?

— Спорт — основа, но молодость не только в мышцах. Ближе к 40, естественно, начинаешь задумываться о том, чтобы поддержать функциональное состояние организма.

Я постоянно принимаю витаминные комплексы. Принимаю **Тройную Омега-3** от «Эвалар», и мне важно, что для получения этого препарата использован жир диких морских рыб, что гарантирует высокое содержание ценных полиненасыщенных жирных кислот. На этапе подготовки к соревнованиям я принимаю **Омега 3-6-9**. Регулярно в зимний период принимаю **Витамин D3 600 ME**, который помогает мне поддерживать иммунитет.

Плюс в линейке ANTI-AGE «Эвалар» мне очень нравится **Коэнзим Q10 100 мг**, это кофермент, который улучшает клеточный обмен, и я буквально на себе ощутила, что он помогает заметно быстрее восстанавливаться после тренировок.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Нас читает много женщин: они работают, у них есть семьи, мужья, дети — то есть забот хватает. Вы можете дать какой-то совет женщинам после 30? Где найти мотивацию, чтобы выглядеть красиво и молодо? Какой первый шаг им сделать?

— Я женщина под 40: с семьей, заботами о болеющей маме, годовым ремонтом в квартире, ежедневными тренировками и работой в качестве фитнес-эксперта. К тому же, параллельно весеннему сезону соревнований по бодибилдингу я училась на курсах «Фитнес-нутрициолог». Мой ежедневник исписан делами: план на день, неделю, месяц вперед, на полгода... Я не могу жить без цели. Когда все затихает, я чувствую приближение «старости», а с такой активностью она меня не догонит! (Смеется).

Но надо уметь не входить при всем этом в состояние стресса, надо наладить режим питания и сна, активного отдыха, находить время для посещения косметолога, ухаживать за собой дома. И оставаться на позитиве — находить его, даже когда сложно. Это просто любовь к себе, к жизни, осознанность в каждом действии.

Купите ежедневник и планируйте свои мечты! Смело! Широко! Не оглядываясь на возрастную цифру в паспорте!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

Реклама

Управляй возрастом с ANTI-AGE!

1 ДОПИНГ ДЛЯ МОЗГА

Теанин Эвалар

Аминокислота L-теанин, выделенная из листьев зеленого чая — настоящий помощник при стрессах. Теанин от компании «Эвалар» работает как активатор мозговой деятельности, но при этом не вызывает возбудимости нервной системы, а наоборот, позволяет сохранять спокойствие, ясность ума и нормализует давление¹, поднимается из-за стресса. Теанин Эвалар — больше творческой энергии, деловой активности и интеллекта!

2 АКТИВАТОР КАЛЬЦИЯ

Натуральный витамин К2 Эвалар

К2 направляет кальций в кости, препятствуя его отложению в суставах, почках и сосудах. Способствует формированию и поддержанию плотной структуры костей, снижению риска переломов. Витамин К2 замедляет скорость старения, так как способствует сохранению эластичности сосудов, предотвращению их кальцификации.

3 ЛЕГКОУСВОЯЕМЫЙ КОЛЛАГЕН

Коллаген морской Эвалар

Коллаген из морских рыб высочайшего качества из Японии имеет высокую биодоступность и лучше усваивается организмом в отличие от коллагена других видов. Способствует улучшению состояния кожи, разглаживанию мелких морщин, замедлению процессов старения, повышению подвижности суставов, укреплению связок и костной ткани, а также улучшает состояние волос и ногтей.

4 НЕЗАМЕНИМЫЙ ВИТАМИН Д

Витамин Д3 600 МЕ Эвалар

У 80% россиян нехватка витамина Д². Витамин Д3 из серии ANTI-AGE от «Эвалар» не только укрепляет костную ткань, иммунитет, но и способствует снижению риска развития остеопороза. Согласно последним исследованиям, витамин Д3 стимулирует рост нервных клеток, защищает от свободных радикалов, снижает воспаление, контролирует активность кишечных бактерий.



ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

Новинки

5 ПЛОСКИЙ ЖИВОТ

Симетикон Эвалар с фенхелем

Способствует снижению газообразования в кишечнике, облегчению состояния при вздутии живота и функциональных коликах. **Выгодная цена**³.

6 ЭКСПРЕСС ОЧИЩЕНИЕ

Фитолакс Экспресс

Новое послабляющее средство, необходимое при запорах и для более полного очищения перед любой диетой или лечебным голоданием. Комфортное освобождение кишечника без боли, спазмов и вздутия.

7 ЭДЕЛЬВЕЙС ДЛЯ СИЯНИЯ МОЛОДОСТИ

Лора Сыворотка Стволовые клетки Эдельвейса

Первая в России сыворотка со стволовыми клетками Эдельвейса⁴. Уникальная рецептура, разработанная в Швейцарии эксклюзивно для компании «Эвалар». Синергия активных компонентов и стволовых клеток Эдельвейса обновляет каждую клетку, возвращая коже ли-

ца и шеи сияние молодости. Доказанный результат: видимое преображение уже с первых дней применения⁵. Долгосрочный эффект⁵.

8 ВЕС ПОД КОНТРОЛЕМ

Турбослим Активные волокна

Активные пищевые волокна (пребиотик) для тех, кто хочет держать свой вес под контролем. Они способствуют чувству насыщения, предотвращают ожирение. Научно доказано, что употребление пищевых волокон стимулирует потерю веса, снижает выработку гормона голода — грелина.

9 МИНУС ЛИШНИЕ КИЛОГРАММЫ

Турбослим Нейро

Специально для людей, «заедающих» плохое настроение. Турбослим Нейро содержит экстракт растения, которое обеспечивает устранение психологической причины повышенного аппетита и перееданий. Также Турбослим Нейро уменьшает тягу к сладкому и мучному.



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



10 **11** **12** **13** **14** **15** **16** **17**

10 **ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ ПРОСТУД**

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

11 **КЛИМАКС ПОД КОНТРОЛЕМ ДНЕМ И НОЧЬЮ**

Фемивелл Менопауза день-ночь
Инновационный состав способствует облегчению симптомов менопаузы с учетом суточного ритма. Таблетка «День» способствует сокращению приливов, поддерживает спокойствие и энергию в течение дня. Таблетка «Ночь» способствует улучшению сна.

12 **ДЛЯ КРАСОТЫ КОЖИ, ВОЛОС И НОГТЕЙ**

Фемивелл Источник красоты
Растворимый напиток с высоким содержанием пептидов коллагена (7500 мг), гиалуроновой кислоты и органической серы МСМ. Способствует устранению возрастного дефицита коллагена, повышению гладкости и упругости кожи, предотвращению появления морщин, улучшению внешнего вида кожи, волос и ногтей.

13 **ЛЕКАРСТВО ОТ ИЗЖОГИ С ОДНОИМЕННЫМ НАЗВАНИЕМ**

Изжогофф*
Обеспечивает быструю и продолжительную нейтрализацию избыточной соляной кислоты желудочного сока, тем самым оказывая защитное действие на слизистую оболочку желудка. Эффект наступает уже через 3–5 минут благодаря хорошей растворимости таблеток и высокому содержанию кальция. Изжогофф создан на основе веществ, которые существуют в натуральном виде в природе и являются естественными для организма человека. Его можно принимать на протяжении всей бере-

менности и в период грудного вскармливания.
Лучшая цена⁶ среди препаратов от изжоги.

14 **ЛЕЧЕНИЕ БЕССОННИЦЫ**

Мелатонин Эвалар*
Самый выгодный по цене мелатонин⁷.
Качество сна зависит от уровня мелатонина в организме. Если у вас бессонница, а обычные снотворные не дают результата, попробуйте таблетки Мелатонин Эвалар. Они восполняют нехватку мелатонина, что ускоряет засыпание. Мелатонин Эвалар помогает адаптировать организм к быстрой смене часовых поясов, при этом не вызывает привыкания и зависимости.

15 **ВОССТАНОВЛЕНИЕ КЛЕТОК ПЕЧЕНИ**

Эссенциальные фосфолипиды
Максимум⁸ эссенциальных фосфолипидов в 1 капсуле способствуют естественному восстановлению клеток печени, защите ее от ожирения, снижению уровня холестерина.
Выгодная цена⁹.

16 **ДЛЯ ПРОЧНОСТИ КОСТЕЙ**

Кальций D3 Эвалар
Жевательные таблетки Кальций D3 Эвалар с приятным апельсиновым вкусом регулируют обмен кальция и фосфора в организме (в костях, зубах, ногтях, волосах, мышцах), способствуют снижению риска развития остеопороза и восстановлению костной ткани при переломах, восполняют дефицит кальция и витамина D3.

17 **ЧТОБЫ БЫСТРО ЗАСНУТЬ И РАДОСТНО ПРОСНУТЬСЯ**

Формула сна экспресс
Таблетки для рассасывания удобны в применении — не требуют запивания, а также обеспечивают более быстрое наступление эффекта по сравнению с таблетками для приема внутрь. Способствует улучшению сна, ускоряет засыпание, оказывает положительное влияние на продолжительность и глубину сна.

ГДЕ КУПИТЬ?
Смотрите на стр. 34–35

¹ Если повышенное давление не является следствием заболеваний. Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.97.003. Е.000181.01.16 от 25.01.2016 г. ² Российская ассоциация эндокринологов ФГБУ «Эндокринологический научный центр» Министерства РФ. Клинические рекомендации. Дефицит витамина D, диагностика, лечение, профилактика. Российская ассоциация эндокринологов. Москва 2014 г. ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group), по итогам 2018 г. средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Симетикон» производства Эвалар на 22,6% выгоднее аналога. ⁴ По данным исследования аптечного рынка России, 2018 г. ⁵ Исследование свойств экстракта створчатых клеток эдельвейса альпийского, Seidelma, 2015. ⁶ Цены из расчета прайса производителя Альбус от 22.05.2019 г. ⁷ Цены из расчета прайса производителя Альбус от 18.06.2019 (на 1 таблетку по действующему веществу). ⁸ В ассортименте ЗАО «Эвалар». ⁹ По данным ЗАО «Группа ДСМ» (DSM Group), за I квартал 2019 г. средневзвешенная цена за 1 капсулу БАД «Эссенциальные фосфолипиды» в форме капсул №60 производства компании «Эвалар» на 40% ниже аналога.

* ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Задача — стать суперменом!

«Никогда не поздно стать тем человеком, каким ты хочешь стать». Это высказывание Робина Шармы — известного американского специалиста по лидерству — вполне может стать главным лозунгом в жизни мужчины, стремящегося быть успешным во всем. Но чтобы всегда достигать поставленных целей, нужно обладать отменным здоровьем.

Силен тестостерон

Да, именно он делает мужчину мужчиной! Высокий тестостерон — это красивая фигура, жизненная энергия, хорошая работоспособность и, конечно, отличная потенция. Уже в 30–35 лет уровень тестостерона в организме начинает снижаться. Однако его можно поддержать с помощью натуральных препаратов.

Повышению уровня тестостерона способствует натуральное¹ лекарство **ЭФФЕКС Трибулус** от «Эвалар».

Препарат способствует²:

- восстановлению эрекции и увеличению ее продолжительности
- усилению либидо
- повышению количества и качества сперматозоидов.

Также средство помогает снизить уровень «плохого» холестерина³.



Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Недуг «второго сердца»

К числу самых распространенных урологических заболеваний у представителей сильного пола относится воспаление простаты — «второго сердца» мужчины. Недуг проявляется целым комплексом расстройств, которые нарушают качество жизни и сексуальное здоровье. К счастью, в лечении простатита может помочь сила природы.

На Алтае произрастает удивительное растение — копеечник забытый (красный корень). На основе копеечника и еще одного природного «уролога» — горца птичьего — создано оригинальное³ натуральное¹ лекарство для лечения хронического простатита⁴ — **ЭФФЕКС Красный корень** от «Эвалар».

ЭФФЕКС Красный корень способствует устранению воспаления и отека предстательной железы, уменьшению боли, улучшению мочеиспускания и кровообращения в простате⁵.



Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Долгий секс без «осечки»

Гармония в сексе — важная составляющая уверенности в себе. Снижение потенции, преждевременная эякуляция, потеря яркости ощущений приводят к утрате самого желания близости. Но не стоит досрочно исключать себя из «высшей лиги»! Современные натуральные биокомплексы способствуют поддержанию сексуального статуса-кво.

ЭФФЕКС Нейро от «Эвалар» — комплекс для поддержания мужского здоровья и сексуальной активности. Входящие в его состав аминокислоты (L-аргинин, L-триптофан, L-глутамин), экстракт горянки, витамины В3 и В6, а также цинк способствуют⁶:

- улучшению качества сека
- продлению полового акта
- устранению нейрогенной (психологической) причины преждевременной эякуляции
- улучшению сперматогенеза.



Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

На «зарядку» становись!

Современная жизнь — это постоянные стрессы, истощающие внутренние резервы организма. Ситуация усугубляется при недостатке в рационе витаминов и минералов. Восполнить их дефицит помогают сбалансированные комплексы, разработанные с учетом потребности организма мужчины.

ЭФФЕКС Витамины для мужчин от «Эвалар» — «коктейль» из 12 витаминов и 7 минералов, усиленных экстрактами «мужских» трав — левзеи и горянки!

Препарат способствует⁷:

- поддержанию тонуса организма
- повышению физической выносливости
- улучшению сексуальной функции
- поддержанию здоровья простаты
- нормализации работы сердечно-сосудистой системы.



Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru

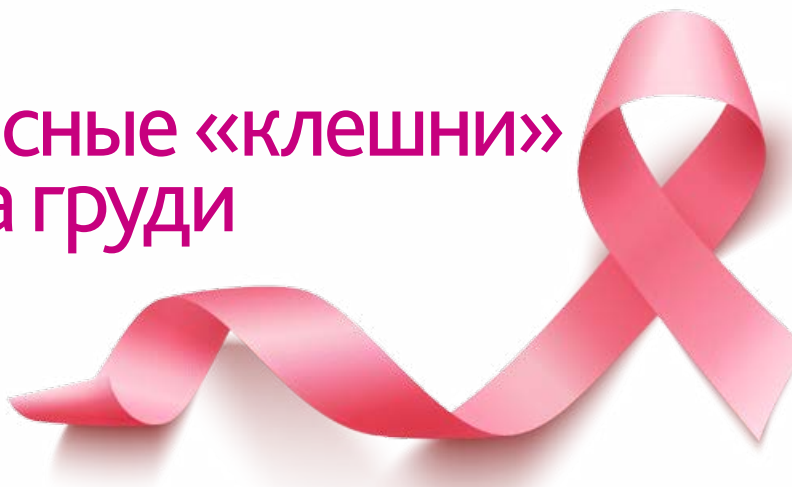


evalar.ru
8-800-200-52-52 (где купить)

¹ По действующим веществам. ² Инструкция по применению, рег. номер: ЛП-004200. ³ Патент № 2259205. ⁴ В составе комплексной терапии.

⁵ Инструкция по применению, рег. номер: ЛП-000717. ⁶ Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.78.003. Е.000648.05.14 от 19.05.2014 г. ⁷ Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.78.003. Е.003022.12.14 от 19.12.2014 г.

Опасные «клешни» рака груди



«Если вам нужна шведская актриса, прекрасно говорящая по-английски, не забывшая свой немецкий, кое-что понимающая по-французски, а по-итальянски знающая только «Тi ато», то я готова приехать, чтобы сделать с вами фильм».

Такое письмо режиссер Роберто Росселлини получил от Ингрид Бергман — напористой и смелой как Жанна Д'Арк, чью роль она блестяще исполнила. Актрисе не сломала череда житейских невзгод, но это удалось сделать раку груди. В свой день рождения...

Первые звоночки

В 2018 году этот недуг лишил жизни более 620 000 представительниц прекрасного пола¹. То есть в среднем каждые 10 минут от рака груди умирали как минимум 12 женщин. А ведь большинство угасших жизней можно было бы сберечь, если бы удалось вовремя заметить первые звоночки беды:

- появление уплотнения в молочной железе
- изменение размера и формы груди, появление неровностей (выбухания или западения)
- втянутость соска, выделения из него
- болезненные ощущения в груди
- изменения кожи молочной железы (покраснение, морщинистость и др.).

Драгоценное внимание

Не пропустить тревожные симптомы поможет самообследование груди. Его рекомендуется проводить ежемесячно после менструации. Согласитесь, даже при сильной занято-

сти можно выкроить несколько минут для такой важной процедуры!

Кроме того, женщинам в возрасте от 20 до 40 лет следует раз в год посещать маммолога и делать УЗИ молочных желез, а женщинам старше 40 лет — маммографию. При этом, конечно же, важно вести здоровый образ жизни.

А еще можно воспользоваться достижениями мировой нутрицевтики — препаратами для поддержания здоровья груди.

Подарок от мадам Брокколи

Да, именно капуста брокколи является рекордсменом по содержанию особого вещества индол-3-карбинола — мощного защитника молочных желез. Не случайно за рубежом препараты на его основе применяются уже более 10 лет.

Одно из самых ценных свойств индол-3-карбинола — противоопухолевое действие. Многочисленными исследованиями доказано, что он оказывает воздействие на тончайшие механизмы регуляции клеточной активности, которая в опухолевых клетках нарушается², стимулирует процесс гибели раковых клеток и тормозит образование кровеносных сосудов в опухолях, способствующее их быстрому росту³. Также индол-3-карбинол благотворно влияет на баланс эстрогенов, способствует уменьшению болевых ощущений при циклической масталгии (она считается одним из индикаторов повышенного риска рака груди), улучшению структуры тканей молочных желез при мастопатии⁴.

Проблема рака груди давно приобрела общемировой масштаб. Неслучайно ВОЗ объявила октябрь месяцем борьбы с этой болезнью — чрезвычайно опасной, но при своевременном выявлении все же не лишаящей человека права на жизнь. Начните заботиться о здоровье своей груди уже сейчас!

Сегодня на полках аптек вы найдете негормональное средство природного происхождения **Индол Форте** от компании «Эвалар».

Препарат способствует поддержанию здоровья молочных желез и баланса женских половых гормонов, снижению риска развития заболеваний груди, болезненности и уплотнений в молочных железах, а также папилломавирусной инфекции¹.

Индол Форте Эвалар — обладатель престижной премии врачебного сообщества Russian Pharma Awards-2018 в номинации «БАД для нормализации гормонального баланса и профилактики пролиферативных процессов у женщин любого возраста».

5 причин выбрать Индол Форте Эвалар:

- оптимальный состав: в каждой капсуле содержится 100 мг высокоочищенного индол-3-карбинола, как в аналоге
- усиленное действие: концентрат брокколи усиливает действие индол-3-карбинола до 80 раз²
- удобная схема приема: по 1 капсуле 1 раз в день во время еды
- привлекательная цена: **в 2,5 раза выгоднее аналога³**
- высокое качество по стандарту GMP.



¹ Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.95.003. Е.000529.06.18 от 29.06.2018 г. ² Food and Chemical Toxicology, 1987; 25: 363–368. ³ Сравнение цен приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ» (средняя аптечная цена за 2018 г.). Аналог для сравнения выбран по действующим компонентам. Цены в конкретных аптеках могут отличаться.



ФИТОМАРКЕТ
наследие здоровой жизни
www.fitomarket.ru



evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

¹ Электронный ресурс: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/cancer> (дата обращения: 25.03.2019 г.). ² Сметник А. А., Родионов В. В., Киселев В. И. Химиопрофилактика рака молочной железы у носительниц мутаций генов BRCA1/2. Medica Mente, 2017; 3 (2): 27–31. ³ Сухарева Е. А., Пономарева Л. А., Козлов С. В. Опыт применения индол-3-карбинола в лечении доброкачественных дисплазий молочных желез. Лечащий врач, 2012; 7: 109–113. ⁴ Сметник А. А., Сметник В. П., Киселев В. И. Опыт применения индол-3-карбинола в лечении заболеваний молочной железы и профилактики рака молочной железы. Акушерство и гинекология, 2017; 2: 106–112.

Геморрой + хронический запор: в поисках выхода

Что может быть хуже геморроя? Только геморрой и запор одновременно! К сожалению, эти две проблемы нередко «ходят парой».

Хронический запор часто провоцирует возникновение и обострение геморроя. Долгие «посиделки» в туалете могут стать причиной застоя крови в прямой кишке. Усилия при дефекации, которые вынужден прилагать человек, страдающий запором, вызывают еще большее напряжение стенок сосудов в области ануса и могут вызвать воспаление. Точно также обострение геморроя запросто может привести к задержке стула. Человек испытывает элементарный страх перед походом в туалет «по-большому» и откладывает посещение «на потом». Чем дольше это продолжается, тем тверже кал и тем труднее в конечном счете будет опорожниться. Твердый кал травмирует кишечник и еще больше усиливает воспаление геморроидальных узлов — получается замкнутый круг, из которого сложно найти выход.

Где выход?

При лечении геморроя на первых двух стадиях используют венотоники и ректальные свечи, помогающие купировать боль и уменьшать воспаление. На последних стадиях помогает только операция, но от хронического запора она не избавит. И если не наладить нормальную работу кишечника и регулярный стул, проблема будет возвращаться вновь и вновь, и решать ее с каждым разом будет все сложнее. Для этого необходим препарат, который не усугубляет симптомы геморроя и помогает мягко и комфортно очистить кишечник.

Природа лечит

При лечении как хронических запоров, так и геморроя, прекрасно зарекомендовали себя растительные средства, содержащие растворимые пищевые волокна. В отличие от грубой клетчатки, которая раздражает стенки кишечника, вызывает спазмы и вздутие живота, растворимые волокна действуют мягко, без боли, спазмов и вздутия. Они увеличивают в объеме и размягчают каловые массы, стимулируя стенки кишечника и облегчая процесс дефекации. Активно впитывая влагу, волокна превращаются в слизистый гель, который защищает стенки кишечника от раздражения, снимает боль и уменьшает воспаление.

Именно такие гидрофильные волокна содержатся в составе лекарства **Фибралакс** «Эвалар». Образовавшийся гель работает как своеобразная смазка и помогает размягчить каловые массы, способствуя комфортному освобождению кишечника. В отличие от обычных слабительных, Фибралакс не просто помогает разово решить проблему запора — он восстанавливает нормальную работу толстого кишечника, запуская механизм естественного освобождения.



Реклама

ИМЕЕТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЕ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Знаете ли вы, что ежедневный прием 15 г растворимых волокон...

- ...на 30% снижает уровень холестерина в крови
- ...замедляет всасывание сахара и поддерживает его уровень в норме
- ...снижает риск развития эстрогензависимых опухолей и колоректального рака, поглощая и выводя токсины, канцерогены и соли тяжелых металлов
- ...создает чувство сытости и помогает управлять весом
- ...повышает популяцию полезных бактерий в кишечнике, которые способствуют улучшению иммунитета, оказывают противовоспалительное действие и даже повышают настроение



8-800-200-52-52 (где купить)

Важно принимать Фибралакс правильно:



1 пакетик Фибралакса высыпать в стакан



Добавить 150 мл воды



Размешать и выпить

или



Выстоять несколько минут до образования геля и съесть

Внимание: обязательно запить стаканом воды!

ФИТОДОКТОР отвечает на вопросы

читателей и посетителей сайтов evalar.ru и fitomarket.ru

Ребенок пошел в детский сад — как облегчить период его адаптации?

Елена Т., г. Брянск



Адаптироваться к детскому саду вашему ребенку могут помочь витамины из серии **Бэби Формула Мишки Эвалар***. Часто все новое вызывает у детей страх, особенно смена обстановки. Для спокойствия ребенка попробуйте Бэби Формула Мишки **Спокойствие***. Витамины оказывают успокаивающее действие, способствуют поддержанию нервной системы ребенка днем и нормализации сна ночью, а также уменьшению возбудимости. Для поддержания иммунитета рекомендуем Бэби Формула Мишки **Иммунидет*** и Бэби Формула Мишки **Витамин С***. А для общего укрепления здоровья детского организма подойдет витаминно-минеральный комплекс Бэби Формула Мишки **Мультивитамины***. Витамины серии Бэби Формула Мишки компания «Эвалар» производит по современным технологиям и международному стандарту качества GMP.

Как быстро и при этом безопасно очистить печень от токсинов?

Анна Е., г. Челябинск



Обратите внимание 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!

Знаю, что мумие полезно для укрепления костей. Как выбрать качественное мумие?

Андрей М., г. Владивосток



При выборе мумие очень важно обращать внимание на степень его очистки. **Золотое мумие Эвалар*** — 100% алтайское очищенное мумие, изготовленное по оригинальной технологии, которая позволяет максимально сохранить активно действующие вещества: витамины, аминокислоты и более 30 микро- и макроэлементов с высокой степенью усвояемости. Золотое мумие Эвалар⁴ способствует поддержанию нормального состояния костной ткани и повышению защитных сил организма.



Летние дни закончились, и я, вернувшись в привычный ритм жизни, постоянно испытываю нервное напряжение, чувствую усталость. Особенно утомляет городская суэта, пробки и работа в режиме нон-стоп, из-за чего ночью не могу уснуть. Как вернуться в состояние релакса?

Кристина Г., г. Саранск



Чтобы снять повышенное нервное напряжение днем, попробуйте **Релаксозан День***. Благодаря входящим в состав высоким дозировкам природных компонентов, он способствует снятию «синдрома большого города»: беспокойства, состояния психического переутомления, повышенной нервной возбудимости, перепадов настроения, раздражительности и тревоги. При этом не снижает концентрации внимания. А чтобы ночью дневные проблемы не беспокоили, принимайте 1 раз перед сном **Релаксозан Ночь****. Он помогает справиться с бессонницей, возникшей из-за нервного напряжения, которое накопилось в течение дня. Благодаря жидкой форме он лучше усваивается и быстрее действует. Совместный прием Релаксозан День и Релаксозан Ночь вернет вас в состояние комфортного релакса.



¹ Среди препаратов ЗАО «Эвалар». ² Состав БАД «Овесол усиленная формула». ³ По данным ЗАО «Группа ДСМ» БАД «Овесол» производства «Эвалар» является самым продаваемым брендом в группе средств для печени и желчного пузыря за 2018 г. ⁴ Название «ЗОЛОТОЕ МУМИЕ® мумие алтайское очищенное». Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Где купить продукцию, представленную в журнале?

155 аптек «Эвалар» по всей России!
Более 100 городов присутствия.
Возможность интернет-заказа из любой точки России.
22 страны мира.

Справки по телефону **8-800-200-52-52**
 С 3:30 до 20:30 по московскому времени
 (звонок бесплатный)

ИНТЕРНЕТ-ЗАКАЗ ПО РОССИИ

- Эвалар** evalar.ru Доставка почтой по России и курьером по Москве
- ФИТОМАРКЕТ** fitomarket.ru 8-800-551-61-20, доставка во все регионы РФ (курьерская доставка, пункты выдачи заказов, Почта РФ)¹
- apteka.ru** Бесплатная доставка в ближайшую аптеку по России
- здравсити** zdravcity.ru Бесплатная доставка в ближайшую аптеку по России
- ozon.ru** ozon.ru Платная доставка по всей России

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

- utkonos.ru** (495) 777-5-444

МОСКВА

- Аптека Эвалар**
 Зубовский бульвар, 13, стр.1
 (499) 246-36-37
 Капужская площадь, 1
 (499) 230-18-71
 Кармянский переулок, 9
 (499) 241-87-88
 Киевское шоссе, 22-й км, домовл. 4
 (метро Румянцево, поселение Московский) (495) 663-65-55 (доб. 3), 8-968-693-6555
 Ленинградский проспект, 77, к. 2
 (499) 158-72-10
 ул. Зацепинский вал, 14, (495) 953-10-87
 ул. Мясницкая, 24/7, стр. 2
 (495) 623-33-40
 ул. Новослободская, 12
 (499) 973-12-46
 ул. Профсоюзная, 4, (499) 724-24-60
 ул. Тверская, 4, (495) 692-39-11
 ул. Хабарова, д.2, блок 2 (поселение Московский), (968) 965-65-55
 Шоссе Энтузиастов, 13
 (495) 362-44-52
36,6* (495) 797-63-66
Аптеки Столицы (495) 215-52-15
АСНА* (495) 223-34-03
ГорЗдрав* (499) 653-62-77
Диалог (495) 363-22-62
Доктор Столетов* (495) 788-11-00
Здоров.ру (495) 363-35-00
Нео-Фарм (495) 585-55-15
Озерки* (499) 603-00-00
Планета Здоровья* (495) 369-33-00
Ригла* 8-800-777-03-03
Самсон Фарма* 8-800-250-88-00
Советская аптека (499) 990-15-16
ТРИКА (495) 789-6263, 8-800-505-07-15

МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

- АПРЕЛЕВКА**
Аптека Эвалар
 ул. Августовская, 14, 8-962-920-90-03
- КРАСНОГОРСК**
Аптека Эвалар
 ул. 50 лет Октября, 1, (495) 565-14-54
 ул. Вилора Трифонова, 1, пом. XXVI, (495) 545-33-44
 Советская аптека (499) 990-15-16
- НАРО-ФОМИНСК**
Аптека Эвалар
 пл. Свободы, 13а, 8-965-13-15-003
- Аптечная сеть Диалог**
 бесплатная справочная служба (495) 363-22-62 (Москва и Московская область)
- САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**
Аптека Эвалар
 ул. Садовая, 29, литер А
 (812) 570-55-00
 Московский пр-т, 76, (812) 667-81-78

- Аптека Невис** (812) 703-45-30
 КРОНШТАДТ, ул. Ленина, 25/2
 Ланское шоссе, 55
 Пискаревский пр., 16
 ул. Кантемировская, 24
 Шлиссельбургский пр., 3
ЛенОблФарм (812) 922-40-03
Госаптека* (812) 677-19-94, 748-13-19, 8-800-234-78-51
Планета здоровья (812) 454-30-30
ЛекОптТор* (812) 641-01-01
Озерки* (812) 603-00-00
Родник Здоровья* (812) 301-09-29
Радуга/Первая помощь* (812) 450-04-50
Петербургские аптеки* (812) 700-03-03
Ригла* 8-800-777-03-03

- ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ**
Аптека Невис (812) 703-45-30
ВСЕВОЛОЖСК, Всеволожский пр., 55
ВЫБОРГ, пр. Ленина, 6
ИВАНГОРОД, Кингисеппское шоссе, 14а
КИНГИСЕПП, ул. 1-я линия, 5/20а
КИРИШИ, ул. Романтиков, 4
КИРОВСК, ул. Победы, 11
ЛУГА, пр. Кирова, 68
НОВОЕ ДЕВЯТКИНО, Новое Десяткино, 43/1
ПИКАЛЕВО, ул. Советская, 44
ПОДПОЛСКОЕ, пр. Ленина, 13
СЕСТРОРЕЦК, ул. Токарева, 15
СПАНЦЫ, ул. Кирова, 32
СЯСЬСТРОЙ, ул. Петровская, 35
ТЯЖВИН, 1-й м/р, 27
ТОШНО, пр. Ленина, 36
ШУШАРЫ, ул. Окуловская, 4
ЛенОблФарм (812) 922-40-03
ПРИОЗЕРСК, ул. Северяковская, 1
СОСНОВЫЙ БОР, ул. Комсомольская, 18

- АБАКАН**
Аптека Эвалар
 ул. Чкалова, 21, пом. 2Н.
 (3902) 22-43-63

- АРХАНГЕЛЬСК**
Аптека Эвалар
 ул. Тимме, 4, корп. 3
 (8182) 64-34-64, 8-911-553-46-64
Вита-Норд 8-800-100-72-72
Фармация Архангельск (8182) 606-083

- АРХАНГЕЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ**
НОВОДВИНСК
Вита Норд 8 (800) 100-72-72
Фармация Архангельск (8182) 606-083

- КОТЛАС**
Вита Норд 8 (800) 100-72-72
Фармация Архангельск (8182) 606-083

- КОРЯЖМА**
Вита Норд 8 (800) 100-72-72
Фармация Архангельск (8182) 606-083
- СЕВЕРОВИНСК**
Аптека Эвалар
 ул. Мира, 10, (8184) 57-03-56
Вита Норд 8 (800) 100-72-72
Фармация Архангельск (8182) 606-083

- АСТРАХАНЬ**
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Шах (8512) 54-63-83, 51-31-37
На здоровье* (8512) 306-306
Ригла* 8-800-777-03-03
Шах* (8512) 630-630

- БАРНАУЛ**
Аптека Эвалар
Справочная (3852) 55-68-48
 ул. А. Петрова 22д/1
 ул. Балтийская, 23, (3852) 55-68-48
 пр. Ленина, 113, (3852) 55-78-69
 пр. Строителей, 117
 (ТРЦ Галактика) (3852) 57-94-57
 Павловский тракт, 132
 (3852) 47-46-68
 ул. Попова, 40, (3852) 43-16-05
Губернский лекарь* (3852) 450-054, 62-83-14, 77-01-14, 43-08-98, 47-63-03
Первая Помощь 8-800-350-25-50
Фармакопейка 8-800-200-97-07

- АЛТАЙСКИЙ КРАЙ**
БЕЛОКУРИКА
Аптека Эвалар
 ул. Славского, 9 (АО Курорт Белокуриха), (3854) 39-00-39

- БИЙСК**
Аптека Эвалар
Справочная (3854) 39-00-39
 пер. Мопровский, 36, (3854) 32-93-67
 ул. Васильева, 26, (3854) 43-30-20
 ул. Васильева, 34
 (3854) 43-43-78, 43-43-77
 ул. Васильева, 79, (3854) 44-35-39
 ул. Декабристов, 33, (3854) 31-40-66
 ул. Красноармейская, 76
 (3854) 32-68-48
 ул. Ленина, 244, (3854) 32-87-43
 ул. Ленинградская, 78
 (3854) 44-10-60
 ул. Митрофанова, 10, (3854) 41-76-63
 ул. Мухачева, 200, (3854) 33-00-71
 ул. Мухачева, 226/1, (3854) 33-17-63
 ул. Советская, 33, (3854) 32-72-87
 ул. Советская, 216, (3854) 36-22-59
 ул. Сопренная, 3, (3854) 32-81-54
 ул. Пушкина, 188/1, (3854) 37-51-28

- НОВОАЛТАЙСК**
Доктор Бэл (38 532) 4-77-18
- БЕЛГОРОД**
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001

- Таблеточка** (4722) 205-400
Аптечный дом (4722) 26-38-38
Мир лекарств* (4722) 55-25-79

- БЛАГОВЕЩЕНСК**
Вербена (4162) 514-300, 365-365
Амурфармация* (4162) 51-33-33
Госаптека* 8-800-100-000-3
Семейная аптека* 8-800-100-000-3
Социальная аптека* 8-800-100-000-3

- БРЯНСК**
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Надежда-Фарм 8 800 100 8 063
Народная аптека (4832) 51-07-41

- БРЯНСКАЯ ОБЛАСТЬ**
КЛИНЦЫ
Витафарм (48336) 4-43-06

- ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД**
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Калина Фарм 8-800-550-03-21

- НОВГОРОДСКАЯ ОБЛАСТЬ**
Аптека Невис (812) 703-45-30
МАЛАЯ ВИШЕРА ул. Московская, 15
ОКУЛОВА, ул. Ленина, 40а
СТАРАЯ РУССА, ул. Санкт-Петербургская, 1/1
ЧУДОВО ул. Некрасова, 11
Калина Фарм 8-800-550-03-21

- ВЛАДИВОСТОК**
Аптека Эвалар
 ул. 50 лет ВЛКСМ, 25, (423) 225-57-41
 ул. Жигура, 26д, (423) 272-89-09
 ул. Русская, 96, (423) 246-71-39, 246-71-59
Моя аптека (423) 242-85-90
МОНАСТЫРЬ.рф 8-800-707-77-33
Аптека экономных людей* 8-800-500-06-03
OVita.ru* (423) 240-44-04
Госаптека* (423) 222-45-13
Социальная аптека* 8-800-100-000-3

- ПРИМОРСКИЙ КРАЙ**
УССУРИЙСК
Аптека Фарм* (4234) 26-19-84

- ВЛАДИМИР**
Алоэ* 8-800-550-13-07
Медилон-Фармимекс (4922) 55-13-03
Ригла* 8-800-777-03-03
Сеть аптек Максавит* www.maksavit.ru
Твой доктор 8-800-775-87-03

- ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ**
КИРЖАЧ
Аптека Эвалар
 ул. 40 лет Октября, 36
 (492) 372-44-03

- ВОЛГОГРАД**
Аптека Эвалар
 ул. Краснополянская, 14
 (8442) 59-39-03
 пр. Ленина, 47, (8442) 59-59-50
 ул. Маршала Еременко, 100
 (8442) 59-99-53
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Ребус (8442) 49-14-22
Волгофарм* 8-800-707-07-88
Надежда-Фарм 8 800 100 8 063
 8-800-100-01-03, (8442) 26-94-48
Эль-Фарма (8442) 59-92-49

- ВОЛГОДА**
Аптека Антей (8172) 74-74-75
- ВОЛОГОДСКАЯ ОБЛАСТЬ**
ЧЕРЕПОВЕЦ
Аптека Эвалар
 ул. Мамлеева, 19, (8202) 57-04-39
ИП Горбин (8202) 24-19-19

- ВОРОНЕЖ**
Аптека Эвалар
 ул. Депутатская, 11, (473) 228-74-38
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Забота (473) 227-16-27, (473) 258-62-01
Здоровый город (473) 2-428-428
Алоэ* 8-800-550-13-07
Надежда-Фарм 8 800 100 8 063
Ригла* 8-800-777-03-03
Социальная аптека* 8-800-100-01-03
Химфарм (473) 249-66-49, 2-400-777

- ЕКАТЕРИНБУРГ**
Аптека Эвалар
 Академика Бардина, 48
 (343) 267-57-47
 ул. Братская, 18, (343) 297-00-22
 ул. Опалихинская, 27, (343) 311-13-22
 ул. Инженерная, 31, (343) 221-62-96
 ул. Кировогордская, 70
 (343) 330-60-05
Алоэ* 8-800-550-13-07
Аптека Классика* (343) 288-77-77
Аптечный Стандарт* (343) 256-36-99, 287-12-13
ГУП СО Фармация* (343) 344-92-02
Живика* (343) 216-16-16
Новая Больница* (343) 234-73-74
Планета Здоровья* (343) 289-00-00
Фармленд* 8-800-550-03-93

- КАЗАНЬ**
Апрель 8 800 200 90 01, с.моб. *9001
Планета здоровья* (843) 211-20-02
Сакура* (843) 554-54-54
Саулык (843) 251-05-35
Фармленд* 8-800-550-03-93

- КАЛИНИНГРАД**
Аптека Эвалар
 ул. 9 Апреля, 52/58, (4012) 36-07-01
 ул. Октябрьская, 29а, (4012) 36-02-01
Аптека для Бережливых* 8-800-234-78-51
Бюджетная аптека (4012) 64-37-37
Ригла* 8-800-777-03-03
Формула здоровья* (4012) 777-003

- КАЛУГА**
Твой доктор 8-800-775-87-03

- КЕМЕРОВО**
Аптека Эвалар
 пр. Ленина, 2, (3842) 758-759
 пр. Ленина, 114, (3842) 54-93-22
 ул. 40 лет Октября, 10,
 (3842) 25-37-06
 ул. Космическая, 37, (3842) 65-72-77
 ул. Металлистов, 12, (3842) 61-31-28
Соната (3842) 56-06-00
Эдельвейс (3842) 36-14-71
Мир Медицины* (3842) 57-54-14, 37-52-37

Айболит* (3842) 66-01-70, 35-10-20, 66-01-60, 31-66-55, 66-01-40, 35-99-90
Фармакопейка 8-800-200-97-07

КЕМЕРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

БЕЛОВО

Аптека Эвалар
ул. Советская, 49, (38452) 2-68-69
Мир Медицины Ц*
(38452) 2-14-57, 6-12-49

БЕРЕЗОВСКИЙ

Аптека Эвалар
пр. Ленина, 24, (38445) 32-889
Мир Медицины Ц* (38445) 5-60-97

ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКИЙ

Аптека Эвалар
пр. Ленина, 41, (38456) 3-03-00
Мир Медицины Ц*
(38456) 7-61-00, 5-32-48
Жить Здорово
пр. Кирова, 71, (38456) 7-58-12

МЕЖДУРЕЧЕНСК

Аптека Эвалар
бульвар Строителей, 41
(38475) 6-10-10
Мир Медицины Ц*
(38475) 5-10-10

МЫСКИ

Аптека (38474) 2-05-94
Мир Медицины Ю*
(38474) 2-63-99, 4-36-94

НОВОКУЗНЕЦК

Аптека Эвалар
ул. Авиаторов, 73, (3843) 20-07-51
ул. Д03, 10а, (3843) 20-07-41
ул. Зорге, 17, (3843) 20-01-35
ул. Разведчиков, 50, (3843) 20-09-82
Крона (3843) 31-89-71
Мир Медицины Ю*
(3843) 31-39-42, 53-28-61

ОСИННИКИ

Мир Медицины Ю* (38471) 4-40-44

КАЛТАН

Мир Медицины Ю* (38472) 3-37-30

ПРОКОПЬЕВСК

Аптека Эвалар
ул. Гагарина, 37а
(3846) 66-79-49, 8-960-901-22-92
пр. Шахтеров, 29
(3846) 61-34-00, 8-961-712-94-44
ул. Шиншина, 12
(3846) 66-73-22, 8-905-918-00-31

ТОПКИ

Аптека Эвалар
ул. Луначарского, 7, (38454) 3-16-37
ул. Революции, 2, (38454) 4-55-56
ул. Революции, 19, (38454) 4-73-21

ЮРГА

Аптека Эвалар
ул. Машиностроителей, 49в
(38451) 4-44-05

КИРОВ

Аптеки-Вятки (8332) 35-10-05
Витал (8332) 52-37-37
Аптека от склада* (8332) 75-14-11
Планета Здоровья*
(8332) 21-20-00

КОСТРОМА

Медилон-Фармибек
(4922) 55-13-03

КРАСНОДАР

Аптека Эвалар
ул. Им. 40-летия Победы, 125
(861) 292-62-44, 290-19-10
А-Коста (861) 233-38-21
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Витек (861) 277-03-07, 232-00-50
Кварт (861) 222-00-60
Социальная аптека №9
(861) 225-07-17
Здоровье* 8-800-250-55-05
Ригла* 8-800-777-03-03
Социальная аптека*
8-800-100-01-03
Твой доктор 8-800-775-87-03

КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

АНАПА

Аптека Эвалар
ул. Краснозеленых, 5
8-988-349-59-32
ул. Промышленная, 16
8-988-349-59-42

СТ. АНАПСКАЯ

ул. Мирная, 16, 8-989-776-80-35

С. ВИТЯЗЕВО

Аптека Эвалар
ул. Черноморская, 90
8-988-349-59-28

СТ. ГОСТАГЕВСКАЯ

Аптека Эвалар
ул. Октябрьская, 47, 8-988-349-59-46

КРАСНОЯРСК

Аптека Эвалар
Красная площадь, 3а, (391) 221-04-23
пр. Металлургов, 10, пом. 161
(391) 234-34-32
ул. Александра Матросова, 11
(391) 236-12-44
Адонис (391) 299-40-72
Ангизия (391) 223-28-78
Кырдал (391) 277-53-97, 223-90-33
Аптека №1* (391) 265-12-68
Гармония здоровья*
(391) 274-29-79, 213-04-03, 268-46-46
ЕНИСЕЙДЭ проф*
(391) 265-35-33, 253-95-95
Фармация* (391) 291-15-55
Фармакопейка 8-800-200-97-07

РЕСПУБЛИКА КРЫМ

СИМФЕРОПОЛЬ

№1 копейка (978) 202-50-38

КУРГАН

Аптека Эвалар
ул. Пролетарская, 57, (3522) 23-27-62
ул. Коли Мяготина, 83, (3522) 41-11-87

КУРСК

Аптека Эвалар
ул. Карла Маркса, 66/3
(4712) 58-10-50
ул. Победы, 50, (4712) 76-02-06
ул. Союзная, 16а, 8-951-083-89-83
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063

ЛИПЕЦК

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Липецфармация (4742) 34-59-89
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
Пролек (4742) 27-04-27
Алоз* 8-800-550-13-07
Сеть аптек Максавит*
www.maksavit.ru

МУРМАНСК

Аптека Эвалар
пр-т Ленина, 84, (8152) 45-80-80
Алоз* 8-800-550-13-07
Аптека для Бережливых*
8-800-234-78-51
Еврофарма 8-800-777-16-27
Формула Здоровья www.nms.ru

НЕНЕЦКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ

НАРЬЯН-МАР

Фармация Архангельск
(8182) 606-083

НИЖНИЙ НОВГОРОД

Аптека Эвалар
пр. Ленина, 30, корп. 5, (831) 282-55-26
Ваше здоровье (831) 241-67-77
Вита* (831) 282-09-16
Сеть аптек Максавит*
(831) 21-808-21
Фармани* (831) 220-00-09

НОВОСИБИРСК

Аптека Эвалар
ул. Горский микрорайон, 53
(383) 308-13-87
ул. Кавалерийская, 9, (383) 331-40-55
ул. Богдана Хмельницкого, 61
(383) 263-11-61

ул. Крылова, 26, (383) 263-20-82
ул. Ватулина, 27, (383) 248-34-79
ул. Зырянского, 57, (383) 358-05-60
ул. Шевченко, 25, (383) 255-02-52
МОНСТЫРЬЕВ.рф 8-800-707-77-33
Фитоцентр (383) 221-47-57
ФАРМЦЕНТ (383) 347-46-10
Фармакопейка 8-800-200-97-07
Белая аптека*
белаяаптека.рф
Мелодия Здоровья*
www.melzdrav.ru
Моя аптека+* (383) 330-32-86, 332-67-66, 266-27-26
Ноль Боль* (383) 220-99-88

НОВОСИБИРСКАЯ ОБЛАСТЬ

БЕРДСК

Аптека Бердская* (8383) 412-75-86

КРАСНОБСК

Фитоцентр Ромашка
(8383) 308-71-44

ОМСК

ГОСАПТЕКА (3812) 23-83-83
Аптека Семейная* (3812) 21-03-03
Фармакопейка 8-800-200-97-07

ОРЕЛ

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Аптека №2* (4862) 73-53-02
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
ТРИКА 8-800-505-07-15

ОРЕНБУРГ

ДанаФарм (3532) 55-77-76
ОренЛек* (3532) 780-780
Фармлэнд* 8-800-550-03-93

ПЕНЗА

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
Фарм-трейд (8412) 49-28-54
ЮниФарм (8412) 69-98-00

ПЕРМЬ

Аптека Эвалар
Комсомольский проспект, 68
(342) 281-02-85
Аптека от склада* (342) 2-144-748
Планета Здоровья* (342) 219-84-84

ПСКОВ

ЛенОблФарм
Рижский проспект, 16,
(812) 922-40-03
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Калина Фарм 8-800-550-03-21

ПСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

ВЕЛИКИЕ ЛУКИ

Аптека Эвалар
пр. Гагарина, 18/15, (81153) 5-50-45

ПЕТРОЗАВОДСК

Калина Фарм 8-800-550-03-21

РЕСПУБЛИКА КАРЕЛИЯ

Аптека Невис (812) 703-45-30
КОСТОМУКША, бульвар им. Г.Н. Лазарева, 8; Калеваалы, 17
СОСТАВАЛА, ул. Бондарева, 10

РЕСПУБЛИКА КОМИ

СЫКТЫВКАР

Аптека Эвалар
ул. Коммунистическая, 65
8-963-555-74-29

УКТА

Аптека Эвалар
ул. Ленина, 23, (216) 71-07-23

РОСТОВ-НА-ДОНУ

Айболитсервис
(863) 245-42-24
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Дешевая аптека (863) 291-62-71
Социальная аптека
(863) 261-91-10, 273-81-10, 240-58-26
Ваша Аптека (863) 299-49-45
Дешевая аптека* (863) 243-07-02
Ригла* 8-800-777-03-03
Социальная аптека*
8-800-100-01-03

РЯЗАНЬ

Аптека Эвалар
ул. Дзержинского, 15,
(4912) 22-80-56
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Аптека №131 (4912) 27-46-82
Аптека №4 (4912) 92-09-00
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
Ригла* 8-800-777-03-03
Сеть аптек Максавит*
www.maksavit.ru
Спрей* (4912) 96-21-21

САМАРА

Аптека Эвалар
ул. Спортивная, 3-5, пом. Н7
(846) 379-13-47
Аптеки №6 (846) 956-78-28
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Близнецы (846) 201-03-97, 201-08-13
Вита* (846) 270-54-04
Ригла* 8-800-777-03-03

САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ

ТОЛЬЯТТИ

Аптека Фарм-ориент
(8482) 31-03-03
Аптека №207 (8482) 24-47-54
Мед-Сервис (8482) 79-66-90

САРАНСК

Вита* (834) 275-27-53
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
Сеть аптек Максавит*
www.maksavit.ru

САРАТОВ

Алоз* 8-800-550-13-07
Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Вита* (8452) 41-67-07
Витаминный Центр
8-800-200-25-00
Кардио* (8452) 55-23-73
Лекарь (8452) 54-82-28
Мелодия Здоровья
(8452) 23-85-34
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063
Ригла* 8-800-777-03-03

СМОЛЕНСК

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063

СТАВРОПОЛЬ

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Первая аптека
(8652) 77-77-23, 23-93-25
Городская аптека* 8-800-200-07-45

СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЙ

ПЯТИГОРСК

Вита плюс 8-800-555-55-26

СУРГУТ

Аптека от склада* (3462) 98-13-80
Планета здоровья*
(3462) 21-73-33
Ригла* 8-800-777-03-03

ТАМБОВ

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Аптекарский магазин
(4752) 75-14-10
Надежда-Фарм 8-800-100-8-063

ТВЕРЬ

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Калина Фарм 8-800-550-03-21
Планета здоровья*
(4822) 73-44-44
Ригла* 8-800-777-03-03

ТОМСК

Аптека Эвалар
Иркутский тракт, 44, (3822) 71-34-55
ул. Красноармейская, 101а
(3822) 40-02-22
ул. Ленина, 202, (3822) 40-11-18
ул. Мюнхиха, 8, (3822) 47-17-92
ул. Нахимова, 3в, (3822) 41-66-36
ул. Фрунзе, 94, (3822) 44-24-00
Мой доктор (3822) 43-00-44, 56-21-20
Аптека Вита* (3822) 543-999
Мой Доктор*
moiddoctor.tom.ru
Фармакопейка 8-800-200-97-07

ТОМСКАЯ ОБЛАСТЬ

АСИНО

Аптека Эвалар
ул. Ленина, 31

МЕЛЬНИКОВО

Аптека Эвалар
ул. Коммунистическая, 2а

СЕВЕРСК

Аптека Эвалар
пр. Коммунистический, 151
(3823) 77-27-44
ул. Первомайская, 4, (3823) 54-38-96

ТУЛА

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Ригла* 8-800-777-03-03
СПАР* (4872) 34-34-94
Твой доктор 8-800-775-87-03

ТЮМЕНЬ

Аптека Эвалар
ул. Республики, 144
(3452) 49-47-91, 25-25-61
Аптека от склада* (3452) 60-70-16
Ригла* 8-800-777-03-03
Фармлэнд* 8-800-550-03-93
Фармакопейка 8-800-200-97-07

УЛАН-УДЭ

Аптека Эвалар
пр. 50 лет Октября, 6
8-902-166-96-36, (3012) 66-96-36
ул. Балтхинова, 9, (3012) 21-00-79
ул. Гастелло, 12, (3012) 25-00-16
ул. Комсомольская, 6а
(3012) 46-41-74
ул. Ринчино, 2, (3012) 45-76-98
Аптека Центральная
(3012) 21-25-03
АПТЕКА ПЛЮС (3012) 43-26-81

УЛЬЯНОВСК

Апрель 8-800-200-90-01, с.моб. *9001
Вита* 8-800-775-03-03
Фармиэкс (8422) 36-71-01

УФА

Аптека Эвалар
Бульвар Славы, 3, (347) 244-53-36
ул. Академика Королева, 10
(347) 236-38-30
ул. Дагестанская, 10/1
(347) 280-48-03
ул. Братьев Кадомцевых, 8
(347) 282-03-55
ул. Ленина, 122, (347) 273-98-64
ул. Д. Донского, 83, (347) 264-59-21
Аптека от склада* (347) 262-70-10
Башфармация* (347) 246-03-33
Вита* (347) 250-75-36
Ригла* 8-800-777-03-03
Фармлэнд* 8-800-550-03-93

ХАБАРОВСК

Аптека Эвалар
ул. Ворошилова, 28, (4212) 50-40-80
ул. Шелеста, 85, (4212) 56-56-41
ул. Шеронова, 2/3
(4212) 47-55-22, 48-55-22
Аптека ДВГУ (4212) 75-47-96
Биопек (4212) 29-83-11
Фарма-Хабаровск (4212) 74-94-48
Аптека Мишищен* (4212) 450-999
МОНСТЫРЬЕВ.

Эвалар

ANTI-AGE¹

Усваивайте по максимуму!

Только в хелатной форме:

Кальций Магний Железо

ВПЕРВЫЕ
В ЛИНИИ
ANTI-AGE¹

ГАРАНТИЯ
GMP
КАЧЕСТВА



Самой легкодоступной формой² минералов считается хелатная. Не случайно в Европе и США растет ее популярность. Хелатная форма минералов наиболее близка нашему организму. Примером такой формы соединения в организме человека является гемоглобин. Хелаты способны усваиваться на 90-98 %, в то время как обычные формы (карбонат, цитрат и др.) всего на 5-40 %.

Кальций, магний и железо в хелатной форме от Эвалар, в отличие от обычных средств³:

- максимально восполняют дефицит минералов без отложения в почках, суставах и сосудах
- хорошо усваиваются без побочных эффектов со стороны ЖКТ (не вызывают вздутия, запоров и диареи), так как не влияют на уровень кислотности желудка
- разрешены беременным и кормящим женщинам

Для здоровья выбирайте лучшие⁴ препараты Эвалар и без переплат!

Управляйте возрастом с линией ANTI-AGE



Куркумин
Для иммунитета, суставов, печени



Карнозин
Для замедления старения



Тройная Омега-3
Для сердца, сосудов и работы мозга



Коэнзим Q₁₀
Для энергии сердца и продления молодости

Спрашивайте в аптеках города! evalar.ru • 8-800-200-52-52 (где купить)



ФИТОМАРКЕТ
МАГАЗИН ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ
www.fitomarket.ru



659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760, 123100, г. Москва, ул. Пресненская набережная, 12, комната А2, ООО «Фитомаркет», ОГРН 1177746302931
GMP – Сертификат №С0170889-173GMPMF-1. ¹ «ANTI-AGE» – антивозрастной. ² Sarah Cook. Chelated minerals. Addressing Key Challenges in Mineral Supplementation // Natural medicine journal, Research Guide. – 2018. URL: https://www.naturalmedicinejournal.com/sites/default/files/uploads/chelated_minerals.pdf. ³ Средства в форме карбоната, цитрата и других, схожих по усваиваемости. ⁴ В ассортименте ЗАО «Эвалар».

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама