



Клюква и малина вместо аспирина

Т.П. Газина, ген. директор «Биоритм», Л.П. Дьяконов, профессор.

Зима - наиболее тяжелый период для жителей средней полосы России, Сибири, Северных регионов. В это время ощущается дефицит витаминов, микроэлементов, нарастает хроническая зимняя усталость.

Человек становится восприимчив к различным заболеваниям, часто обостряются хронические болезни, особенно легких, почек, печени, желудочно-кишечного тракта. В этом году по данным Института гриппа пик заболевания гриппом придется на конец февраля - марта, однако, в ряде регионов число заболевших уже достигло эпидемического уровня. В большей мере, как предполагается, к вирусу гриппа будут восприимчивы дети. Поэтому важно использовать рекомендации врачей по профилактике заболеваний верхних дыхательных путей и гриппа, в частности применять общеукрепляющие средства, дибазол и другие, не переохлаждаться.

Однако с возникновением заболевания необходимо принимать препараты, назначаемые врачом и строго соблюдать режим. Директор НИИ гриппа РАМН О. Киселев настоятельно рекомендует делать каждый год профилактическую прививку против гриппа. В целях профилактики главный «грипполог» рекомендует ингаляции парами мяты, либо пихтового масла после посещения мест скопления людей в сезон гриппа, прием настойки элеутерококка, эхинацеи, аралии, женьшеня для поддержания иммунитета. Пихтовое масло, добавленное в ванну, обладает противовирусным действием, как и прием в целях профилактики и лечения гриппа альгирема (детский ремантадин), который назначают детям старше 1 года, антигриппина, ремантадина, арбитола. Нельзя забывать чеснок - 2 зубчика, можно в куриный бульон. Обязателен прием витамина С по 0,5-1,0 грамму 2-3 раза в день. Грипп и ОРЗ, как правило, сопровождаются повышением температуры тела (лихорадкой), иногда достаточно высокой, особенно у детей, до 38-40°C. Весьма важно в этой связи применение жаропонижающих средств, хотя не всегда резкое снижение температуры бывает эффективным, т.к. температурная реакция во многих случаях носит защитный характер. Многие вирусы и бактерии гибнут при повышенной температуре, выработка гамма-интерферона усиливается при t выше 38°C и как следствие стимулируется синтез антител-иммуноглобулинов, т.е. усиливается иммунный ответ.

Необходимо вспомнить о замечательных жаропонижающих и антиоксидантных свойствах малины, клюквы, лимона, сельдерея, петрушки, крапивы и других уникальных растительных препаратах. Замечательным лечебно-профилактическим действием обладают соки красной столовой свеклы, капусты, клюквы и другие.

Выпускаемые фирмой «Биоритм» соки и другие продукты лиофильной сушки (сублимированные) - вот источник витаминов, микроэлементов, пектинов и

других веществ, крайне необходимых для поддержания здоровья и лечения в случае заболевания гриппом и другими острыми респираторными вирусными инфекциями.

Рекомендуемые дозы применения детям и взрослым:

- ♦ сок красной столовой свеклы (1-2 чайные ложки порошка залить стаканом теплой воды) 2-3 раза в день;
- ♦ сок свеклы (залить 1 чайную ложку стаканом воды) с соком лимона, апельсина, яблочным и другими - по потребности;
- ♦ сок клюквы (1-2 чайные ложки порошка залить стаканом теплой воды) 2-3 раза в день или по желанию больного 4-5 раз в день;
- ♦ кисель свекольно-клюквенный по 1 стакану 3-5 раз в день;
- ♦ сок свеклы с соком клюквы, петрушкой, укропом 3-5 раз в день;
- ♦ сок свеклы с сельдереем, капустой, крапивой, петрушкой, укропом вместе или сок свеклы отдельно с каждым из этих продуктов, или с 2-3 компонентами из них;
- ♦ сок свеклы с малиной, протертой с сахаром, с вареньем малины и соком лимона по вкусу;
- ♦ таблетки соков крапивы, клюквы, свеклы и другие по 3-5 штук 3-5 раз в день. Можно сочетать с любыми готовыми соками, которые есть в продаже.

Пейте соки из сублимированных «солнечных» растений и будьте здоровы!

НОУ-ХАУ ЖИЗНИ ПЛАНЕТЫ

Газина Тамара Петровна, руководитель проекта

Известно, что в настоящее время мировое производство продуктов питания не удовлетворяет биологические потребности населения нашей планеты.

По данным ООН - 800 млн. человек на планете хронически недоедают, а 50 млн. людей умирают от голода в связи со стихийными бедствиями. В развивающихся странах более 40 % женщин весят меньше нормы и страдают различного рода заболеваниями, что влечет за собой трудности во время родов, смертельные исходы и появление неполноценного потомства. Главными жертвами недоедания и несбалансированного питания являются дети, беременные и кормящие женщины. Белковый и калорийный недостаток испытывает 200 млн. детей, особенно в первые 5 лет жизни. Из-за него ежедневно в мире умирают 11000 детей, а у 1/3 детей наблюдается отставание в умственном и физическом развитии.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения только дефицит пищевого белка в мире соста-

вляет 8-11 млн. тонн и ежегодно возрастает из-за увеличения численности населения на планете и неполноценности растительных белков по аминокислотному составу. Вследствие недоедания, несбалансированного и неполноценного питания у людей возникают различного рода заболевания, происходит ухудшение потенциального генофонда, работоспособности, сокращаются продолжительность жизни и численность населения, особенно в развивающихся странах.

В последние годы по данным Российского государственного медицинского университета резко ухудшилось общее и репродуктивное состояние здоровья России. По прогнозам через 15-20 лет количество детородных женщин в России составит не более 9 млн. человек, а численность населения резко сократится.

Принципиально новая технология, разработанная в России, позволяет получать натуральные биологически активные пищевые вещества, оптимально сбалансированные по природной формуле, что исключает их негативное влияние на организм человека, животных и растения.

