

# ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ С ПОМОЩЬЮ ПРОДУКЦИИ КОРПОРАЦИИ «СИБИРСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»

## ПЕТРОВА Е.А. (ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ)

### Профилактика гриппа и простуды

#### 1 вариант:

«Эпам-7» или «Эпам-900» - по 3 капли 3 раза в день (по 5 капель 2 раза в день) в течение 2-3 месяцев подряд. На 2-х-месячный профилактический курс - 1 флакон. Курсовая стоимость на 2 месяца - 180 рублей (2 рубля в день).

Эпам - высоко эффективен в качестве профилактического средства во время эпидемии гриппа, снижает продолжительность заболевания у уже заболевших, предотвращает осложнения гриппа.

По данным клинических испытаний в г.Новосибирске все люди, принимавшие Эпам с профилактической целью накануне прогнозируемой эпидемии гриппа, не заболели вообще. У 90% людей, начавших принимать Эпам в разгар эпидемии после контакта с заболевшим болезнь не развивалась, у 10% заболевших грипп протекал в легкой форме со средней продолжительностью заболевания 2-3 дня. Ни у одного, пострадавшего от гриппа осложнений не выявлено, если применялся Эпам. (Медико-фармацевтический сибирский журнал «Консилиум» № 6, 1999 год, стр.71).

#### 2 вариант:

«Серебряный бальзам» из серии «Сибирский прополис» - прополис, структурированный ионами серебра, усиленный богатейшим комплексом экстрактов сибирских трав.

#### Свойства:

- антибактериальное и противовирусное действие (содержит природные растительные антибиотики и антисептики, в том числе, направленные на возбудителя туберкулеза);
- выраженное противовоспалительное;
- иммуностимулирующее;
- бронхорасширяющее;
- отхаркивающее;
- уросептическое;

С целью профилактики: по 1 ч.л. 2 раза в день за 30 минут до еды.

Профилактический курс - 1 месяц. Курсы проводить 2 раза в год в предэпидемический период. Стоимость профилактики - 2,3 руб/день.

#### 3 вариант:

«Адаптовит» - взрослым по 1 капле 2 раза в день за 30 минут до завтрака и обеда в 1 чайной ложке воды или на кусочке сахара. Детям до 12 лет применять адаптовит можно по нашему опыту - по 1 капле 1 раз в день утром. Курс 2-4 недели (1-2 упаковки). Профилактические курсы 2-4 раза в год. Курсовая стоимость на 1 месяц - 132 рубля. Учитывая, что таких курсов 4 в году, стоимость профилактики в пересчете на год - 1,25 рубля в день.

Наблюдения за школьниками 6-х классов Линевской общеобразовательной школы №3 Искитимского района Новосибирской области, получавшими профилактическими курсами Адаптовит 3 раза в год

наглядно подтвердило его общеукрепляющее действие. Все дети переносили Адаптовит хорошо, отмечали улучшение настроения, уравновешенность, хороший сон. Побочные реакции отсутствовали. Частота простудных заболеваний и их продолжительность снизились в 1,5-2 раза по сравнению с другими классами, где Адаптовит не использовался. (Медико-фармацевтический сибирский журнал «Консилиум» № 6, 1999 год, стр.84).

#### 4 вариант:

Сироп «ВитаМама» для здорового иммунитета - по 1 чайной ложке 1-2 раза в день в течение 1-2 месяцев подряд. Применим как у детей, так и у взрослых. Сироп «ВитаМама» положительно влияет на все звенья иммунной системы, высоко эффективен для профилактики и лечения простудных заболеваний. При использовании по 1 чайной ложке в день рекомендуется с профилактической целью не менее 2 упаковок «ВитаМамы» (курсовая стоимость на 40 дней - 352 рубля). Профилактические курсы рекомендуется проводить 3-4 раза в год. Стоимость профилактики в пересчете на год при 4-кратных курсах - 3,8 руб/день.

#### 5 вариант:

«Апивит» - по 1 чайной ложке 2-3 раза в день - 10-14 дней (две 150-граммовых упаковки). Профилактические курсы - 3-4 раза в год. Курсовая стоимость на 14 дней - 264 рубля. Учитывая, что таких курсов 4 в году, стоимость профилактики в пересчете на год - 2,9 рубля в день. Кроме профилактического действия Апивит оказывает хорошее влияние на пищеварение, нервную и сердечно-сосудистую систему, является природным антисептиком, кладезь витаминов и микроэлементов, применяется при анемии.

#### 6 вариант:

Драже «ВитаМама-Топивит» - в составе порошок топинамбура, обогащенный инулином и витамином С. Помогает осуществлять коррекцию дисбактериоза кишечника, а следовательно, и повышать общий иммунитет. Способ приема: детям от 2 до 6 драже в день, взрослым - 10 -20 драже в день в 1-3 приема, запивая теплой водой. Профилактические курсы, в среднем, по месяцу - 4 раза в год. Стоимость профилактики для детей -от 2 до 4 руб/день, для взрослых - 6 до 12 руб/день.

#### 7 вариант:

«Природный инулиновый концентрат» («ПИК») - 1 кофейная ложка утром за 30 минут до завтрака, запить 0,5 стакана воды. Ослабленным рекомендуется 3 курса по 20 дней с 10-дневным перерывом, далее - один 20-дневный курс в квартал, здоровым - один курс в квартал. Стоимость профилактики для ослабленных (5-6 курсов в год) - 3,1 рубля в день, для здоровых - 2,1 рубля в день.

#### 8 вариант:

«Эммос» или «Геммос»- с профилактической целью рекомендуется провести не менее 3-х курсов по 10 дней с 5-дневным перерывом (1-2 раза в год). Эммос - по 1 чайной ложке 2 раза в день за 30 минут до еды, Геммос - по 1 капсуле 1 раз в день за 30 минут до еды. Стоимость профилактики Эммосом - 9,6 рубля в день, Геммосом - 10,5 рублей в день. 1 капсула Геммоса соответствует 3-4 чайным ложкам Эммоса. Препараты этой группы уникальны своим богатейшим составом (17 из 20 аминокислот, в том числе 7 незаменимых, 27 микроэлементов - **усваиваемость - 100%!**, антиоксиданты, проферменты).

#### 9 вариант:

«Истоки чистоты» - уникальный 3-х-компонентный очищающий комплекс.

1-я формула - внеклеточное очищение,

2-я формула - внутриклеточное очищение,

3-я формула - тройная антиоксидантная защита (защита клетки от токсического повреждения).

По результатам клинических испытаний у больных с хроническими заболеваниями органов дыхания при использовании 1-й формулы «Истоков чистоты» значительно улучшились функции органов дыхания, наблюдались признаки очищения бронхиальной жидкости, выявлено отчетливое уменьшение воспалительных явлений в легких, повышение адаптационных резервов организма и показателей иммунитета. Стоимость месячного курса - 594 рубля. Профилактические курсы - 3-4 раза в год. Профилактика на год - 6,5 руб/день.

#### 10 вариант:

«Лимфосан базовый» (обогащенный).

Для профилактики простудных заболеваний актуальны следующие свойства «Лимфосана базового» (обогащенного):

- иммуностимулирующее;
- противовоспалительное;
- антибактериальное;
- антиаллергическое

Способ приема: 1 десертную ложку залить на 1/2 стакана горячей водой, настоять 5 минут под крышкой, затем долить остуженной кипяченой водой до стакана. Принимать вместе с осадком утром за 30 минут до завтрака. Курс-15 дней. Курсовая стоимость - 154 рубля. Профилактические курсы - 4 раза в год. Профилактика на год - 1,7 руб/день.

#### 11 вариант:

«Ритмы здоровья» - витаминно-минеральный комплекс с эффектом восстановления суточных биоритмов. Содержит полный набор витаминов, микроэлементов природного происхождения, 10 витаминоидов (биологически активных веществ) в составе растений. По результатам клинических испытаний у больных с хроническими заболеваниями лор-органов и органов дыхания, получавших параллельно с основным лечением «Ритмы здоровья», наблюдалось более быстрое уменьшение кашля и улучшение состояния органов дыхания по сравнению с больными, получавшими только основное лечение. Кроме этого, у большинства этих больных нормализовался сон. Рекомендуется 4 профилактических курса в год. Курсовая стоимость - 391 рубль на 1 месяц. Профилактика на год стоит 4,3 руб/день

#### 12 вариант:

«Алгитин» - мелкодисперсный порошок из композиции сибирских трав. Уникален своим широким спектром действия: противовирусное и антибактериальное, антитоксическое, антиаллергическое, противовоспалительное, бронхорасширяющее, отхаркивающее, иммуномодулирующее, кровоочищающее, стимулирует работу кишечника. 1 десертную ложку заварить горячей водой на полстакана, настоять 5 минут под крышкой, долить остуженной водой до стакана, принимать за 30 минут до завтрака 1 раз в день. Курс - 15 дней. Профилактика -4 раза в год. Курсовая стоимость 215 рублей, в пересчете на год- 2,4 рубля в день, при насморке -с целью уменьшения заложенности носа. Кроме того, бальзам «Звезда» показано втирать в область груди и спины при бронхите, можно делать паровые ингаляции, добавляя небольшое количество бальзама в воду для ингаляций.

#### 13 вариант:

Аппарат «Геска-МАГ» - воздействие инфракрасным и красным спектром излучения в сочетании с магнитной насадкой на иммуно-активные зоны: область гайморовых и лобных пазух, воротниковой

зоны, подчелюстных областей, верхней трети грудины. Длительность облучения с магнитной насадкой - 2-3 минуты над каждым полем. Число процедур - 10 (1-2 раза в день)

#### 14 вариант:

Бальзам «Звезда» - в эпидемический период смазывать бальзамом крылья носа перед выходом на улицу. Бактерицидные вещества, содержащиеся в эфирных маслах бальзама «Звезда» надежно защитят Ваш организм от проникновения вирусов и бактерий. При насморке смазывают крылья носа с целью уменьшения заложенности носа. Кроме того, бальзам «Звезда» показано втирать в область груди и спины при бронхите, можно делать паровые ингаляции, добавляя небольшое количество бальзама в воду для ингаляций.

#### 15 вариант:

Бальзам «Секрет лекаря» - Промыть носовые ходы соленой водой (1 чайная ложка на стакан воды) или минеральной водой без газа, затем смазать слизистую носа бальзамом «Секрет лекаря». Процедуру применять 1-2 раза в день. Бальзам можно использовать и чаще - при выходе на улицу.

#### 16 вариант:

«Панторал» - мощнейший адаптоген животного и растительного происхождения. Содержит в себе продукт нового поколения - плазматический пантогематоген, выделенный из наиболее активной части маральных пантов - плазмы. Еще одна уникальная природная субстанция «Панторала» - автолизат дрожжей шампанских вин богатейший источник аминокислот, витаминов группы В, витаминов А и Е, железа, цинка, магния и многих других микроэлементов. Усиливает иммуностимулирующие и антиоксидантные свойства пантогематогена витамин С. Состав этого препарата дополнен растительными адаптогенами - экстрактом корней элеутерококка и красного корня.

С целью профилактики возможно применение вышеуказанных вариантов изолированно, так и в комплексе. **Сочетанное применение БАД эффективней!**

**Нежелательные сочетания:** «Геммос» + «Геска, т.к. может быть падение артериального давления.

**Другие варианты профилактики** предусматривают прием таких БАД, как Лимфосан антиаллергический(2,4), «Витэл» (1,9), «Эйколен» (3,9), Каровертин(3,5), Амарантовое масло (11,1), Кедровое масло (6,2), чай «Чистое озеро» (2).

**Примечание:** В скобках обозначена суточная стоимость профилактики данными БАД в рублях при наличии четырех профилактических курсов в год.

#### При высокой температуре:

1. «Эпам 7, Эпам 900»:
  - 1-й день - 10 капель каждый час под язык,
  - 2-й день - 10 капель каждые 3 часа
  - 3-й день по 10 капель 3 раза в день до нормализации температуры тела, далее в течение недели - по 5 капель 3 раза в день, затем - по 3 капли 3 раза в день - 2-3 месяца подряд.
2. Бальзам «Серебряный» - по 1 ч.л. 4-5 раз в день.
3. Обтирания бальзамом «Лес», «Корень», «Исток» с последующим укутыванием.
4. Чай «Курильский», «Чистое озеро» с 1-2 ч.л. «Апивита».

Общее количество выпитой жидкости должно быть не менее 2 литров в сутки. Людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, о допустимом объеме выпиваемой жидкости следует проконсультироваться с врачом.

Сочетанное применение п. 1,2,3,4 эффективней.

#### **При боли в горле:**

1. Орошения зева бальзамом «Лес» (1 столовая ложка на 1 стакан воды) каждые 30 минут до улучшения. Можно в стакан с разведенным бальзамом добавить Эпам 900 (10 капель)
2. Смазывание миндалин бальзамом «Корень» (детям - в разведении 1:2 - 1:4)
3. Бальзам «Серебряный» - по 1 ч.л. 4-5 раз в день + орошения зева бальзамом перед проглатыванием.
4. «Геска» - облучение миндалин, подчелюстной области (если нет гнойных налетов).
5. Эпам-900 - по 10 капель-3-5 раз в день.

Рекомендуется использовать совместно пункты 1,2,3,4.

#### **Насморк**

1. Закапывать в нос Эпам -7 или 900 - по 3-4 капли 5-6 раз в день в разведении 1:2 — 1:4 (можно без разведения).
2. Бальзам «Лес», «Корень» - выветрить в течение 2 часов на блюде, перелить в темный флакон. Закапывать в нос 5-6 раз в день до улучшения. Детям развести водой 1:4.
3. «Геска» - облучение зон лобных и гайморовых пазух.
4. Промывание носовых ходов минеральной водой без газа с последующим смазыванием слизистой носа бальзамом «Секрет лекаря» - частота проведения процедуры - 1-2 раза в день.
5. Смазывание крыльев носа бальзамом «Звезда» - уменьшает заложенность в носу.

Рекомендуется сочетать пункты 1,3,4,5; 2,3,4,5.

#### **При кашле:**

1. Эпам 900:
  - 1-й день - 10 капель каждый час под язык,
  - 2-й день - 10 капель каждые 3 часа
  - 3-й день по 10 капель 3 раза в день до улучшения самочувствия, далее - по 3 капли 3 раза в день - 2-3 месяца подряд, либо последние 2-3 месяца приема заменить на Эпам «Возрождение -3» в тех же дозировках.
2. Натирание грудной клетки бальзамом «Корень», «Исток», «Лес», «Звезда» с последующим укутыванием, компрессы с бальзамом на подошвы на 30-40 минут.
3. «Апивит» - по 2 чайные ложки на стакан теплого чая - 4-5 раз в день, при сухом кашле 1 ч.л. 4-5 раз в день - рассасывать.
4. Бальзам «Серебряный» - по 1 ч.л. 4-5 раза в день.
5. Облучение «Геской» области грудины и межлопаточной области.

6. «Алгитин», «Лимфосан базовый» (обогащенный), «Лимфосан антиаллергический» (что-то одно). «Алгитин» уместно применять 2- 3 раза в день;
7. Паровые ингаляции с добавлением небольшого количества бальзама «Звезда» - 1-2 раза в день (если нет высокой температуры).
8. Чай «Курильский» или «Чистое озеро» - по 2-3 пакетика в день.

Сочетанное применение изложенного в п. 1,2,3,4,5,6,7,8 эффективнее.

**Важно!**

На фоне любого простудного заболевания рекомендуется использовать «Фитобаланс-А», как гипосенсибилизирующее средство.

Перед использованием препаратов обязательно уточнить, есть ли аллергия на их компоненты.

Не рекомендуется, например, использовать Лимфосан или Алгитин, если четко установлена аллергия на злаковые, «Секрет лекаря», если есть аллергия на пихтовое масло, «Эпам» или бальзамы «Сибирский прополис», если аллергия на прополис и т.п.

Если есть аллергическая предрасположенность, но Вы не знаете на что, рекомендуется провести аллергопробу: на внутреннюю часть предплечья нанести препарат (если это сухой порошок, то заварить небольшое количество горячей водой и настоем нанести на предплечье), оценить кожную реакцию через 30 минут. Если нет покраснения, отека, зуда - препарат применять можно. Далее рекомендую начинать прием препарата внутрь, но с уменьшенной в 2-3 раза дозировки - в течение 3-х дней. Если за это время аллергия не проявилась, можете дозу увеличить до необходимой.