

Практически все полные люди страдают гипертонией. Они даже не задумываются о том, что лишний вес и повышенное давление тесно связаны между собой, и продолжают при этом много есть и пить таблетки, снижающие... ДАВЛЕНИЕ. А

лишний вес и повышенное давление тесно связаны между собой, и продолжают при этом много есть и пить таблетки, снижающие... ДАВЛЕНИЕ. А ведь достаточно даже 10% прибавки массы тела, чтобы значительно повысился риск возникновения гипертонии. Поэтому, чтобы справиться с болезнью при наличии ожирения любой степени тяжести, необходимо в первую очередь убрать причину, то есть... СНИЗИТЬ ВЕС, даже если речь идет всего лишь о двух лишних килограммах!

УБИРАЕМ ПРИЧИНУ, ЧТОБЫ НЕ ЛЕЧИТЬ СЛЕДСТВИЯ

Если не начать своевременно бороться с полнотой, то, помимо гипертензии, можно будет ожидать таких тяжелых последствий для здоровья, как: инсульт головного мозга; прогрессирующий атеросклероз; сахарный диабет; сердечная недостаточность; инфаркт миокарда; тромбоз; нарушение работы почек; перемежающаяся хромота; деформация и заболевания суставов и опорно-двигательного аппарата, так как из-за веса на них возрастает нагрузка.

Все эти болезни серьезно осложняют жизнь гипертоника. К тому же лишний вес является еще источником нервных переживаний и комплексов многих людей. А нарушение работы нервной системы, частые стрессы, тревоги и волнения могут спровоцировать ска-чок АД.

Чтобы не допустить всех этих рисков, необходимо убрать причину заболевания, а не лечить в итоге следствия. Поэтому независимо от возраста нужно

НЕЗАВИСИМО ОТ ВОЗ-РАСТА НУЖНО КОНТРО-ЛИРОВАТЬ СВОЙ ВЕС И НЕ ДОПУСКАТЬ ЛИШНИХ КГ. НО ЕСЛИ ВСЕ-ТАКИ СЛУЧИЛСЯ ПЕРЕКОС В СТОРОНУ УВЕЛИЧЕНИЯ МАССЫ ТЕЛА, ТО НЕ СТО-ИТ РЕЗКО ОТКАЗЫВАТЬ-СЯ ОТ ЕДЫ, СИДЕТЬ НА СТРОГОЙ ДИЕТЕ ИЛИ ЖЕ ПИТЬ ТОЛЬКО ВОДУ

контролировать свой вес и не допускать лишних кг. Но если все-таки случился перекос в сторону увеличения массы тела, то не стоит резко отказываться от еды, сидеть на строгой

лиете или же пить только воду. Так вы нанесете себе больше вреда, чем пользы: организм испытает стресс, ослабнет, в результате чего обострятся хронические заболевания, а потерянные с таким усилием килограммы довольно быстро вернутся. К тому же стоит знать, что не только употребление калорийной пищи приводит к ожирению, но и нарушение обмена веществ, недостаток витаминов и питательных элементов. Поэтому худеть нужно постепенно, безопасно и правильно.

Безопасные методы борьбы с лишним весом при гипертонии

1 Следует набирать в сутки определенное количество калорий, которое будет полностью израсходовано (при этом дни не должны отличаться: нужно регулярно проводить такую схему набора и сжигания калорий).

Принимать пищу только в то время, когда это понадобится организму.

Ужинать не позднее 18 часов и включить в режим дня занятия спортом.

В сутки нужно пить не менее 2 л жидкости, которая способствует очищению и выведению вредоносных веществ из организма. В качестве питья подойдет кипяченая и минеральная вода, овощные соки, морсы из ягод, зеленый и травяные чаи (отвар ромашки, шиповника, мелиссы и пр.).

Если чувство голода одолевает в течение всего дня, то нужно питаться 6 раз в сутки небольшими порциями. Или подключить к рациону питания норвежский нутрицевтик БЛОК С.



Как БЛОК С влияет на лишний вес и АД?

Во-первых, БЛОК С способствует расщеплению жира, уменьшает чувство голода и контролирует аппетит, что влияет на снижение веса.

Во-вторых, данный нутрицевтик восстанавливает тонус кровеносных сосудов, блокирует процесс образования жирных кислот и холестерина, нормализует работу органов мочевыделительной и эндокринной систем, снижает сахар.

И в-третьих, что также немаловажно, БЛОК С производится в Норвегии и имеет сертификат GMP, означающий высокое качество препарата и его гарантированную эффективность.

При включении БЛОК С в рацион питания происходит «уничтожение» солей; усвоению важных минералов, витаминов. Полезные свойства инулина обуславливают и входящие в него аминокислоты: лейцин и изолейцин помогают вырабатывать инсулин, восстанавливать уровень сахара; метионин, аргинин, треонин предотвращают развитие жировой дистрофии печени; фенилаланин и триптофан уменьшают аппетит.

«Помощниками» инулина цикория, входящими в состав БЛОК С, являются экстракт белой фасоли (phaseolus vulgaris) и гарциния камбоджийская (garcinia cambogia fructus). Все эти компоненты уменьшают аппетит, быстро сжигают калории, снижают способность организма продуцировать жиры и способствуют похудению.

☑ Восстанавливает баланс микрофлоры кишечника — способствует выведению аллергенов и токсинов.

- ☑ Улучшает усвоение витаминов и микроэлементов.
- ✓ Оказывает умеренное антиоксидантное и иммунотропное действия.
- ✓ Облегчает симптомы изжоги и дискомфорта при изжоге, эрозии и язвах желудка и пищевода.

Как лечебно-профилактический и диетический продукт БЛОК С рекомендуют при следующих заболеваниях:

сахарный диабет 1 и II типа, ожирение, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, почечнокаменная и желчнокаменная болезни, запоры, иммунодефициты, контакт с радионуклидами.

Принимать следует по 2-3 таблетки в день перед едой, запивая стаканом воды, 3 раза в день. Рекомендуемый курс — 2-3 месяца.

Телефоны для справок «Магазин здоровья»: +7 727 394 76 15, 269 71 62.

Заказы в другие города Казахстана отправляются Казпочтой наложенным платежом. Оформить заявку можно по телефону +7 701 760 9063 или на сайте vitashop.kz, в инстаграме @vitashopkz.

ПРИ ВКЛЮЧЕНИИ БЛОК С В РАЦИОН ПИТАНИЯ ПРОИСХОДИТ «УНИЧТОЖЕНИЕ» АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕ-СКИХ ОТЛОЖЕНИЙ, ВОССТАНАВЛИВАЕТСЯ ТОНУС СОСУДИСТОЙ СЕТКИ – ЭТО БЛАГОТВОРНО ВЛИЯЕТ НА АД, СНИЖАЯ ЕГО ПОКАЗАТЕЛИ.

атеросклеротических отложений, восстанавливается тонус сосудистой сетки — это благотворно влияет на АД, снижая его показатели. При этом препарат не вызывает побочных эффектов: ингредиенты БЛОК С растительного происхождения с минимальной дозировкой микроэлементов (хром, йод).

В качестве основного действующего вещества выступает инулин. Он замещает глюкозу, когда она перестает усваиваться, благотворно сказывается на кишечной флоре, помогая развиваться бактерии бифидус, способствует: выведению из организма токсинов, шлаков, радионуклидов,

Таким образом БЛОК С:

- ☑ Способствует коррекции метаболических нарушений и эффективно снижает вес.
- ☑ Облегчает симптомы болезни при диабете II типа, снижает сахар.
- ☑ Блокирует процессы расщепления и всасывания углеводов в кишечнике (блокатор альфа-амилазы) и образования жирных кислот и холестерина (блокатор липазы).
- ☑ Снижает факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний.
- ☑ Снижает аппетит (блокирует функции гормона голода лептина).

-10 КГ ЗА З МЕСЯЦА!



