



# КАК ПОБЕДИТЬ ОСТЕОПОРОЗ?

Наверное, трудно сегодня найти человека, который ничего не слышал о такой проблеме, как остеопороз. Это заболевание, которое характеризуется снижением костной ткани и нарушением ее качества, что приводит к хрупкости костей и частым переломам.

Кость производит впечатлительные ткани, которая на протяжении всей жизни сохраняет неизменную структуру. Но это далеко не так. Как и в любой другой ткани человеческого тела, в костях постоянно, на протяжении всей жизни, идут процессы обновления клеток. На смену старым, отжившим свой срок костным клеткам приходят молодые, которые встраиваются в структуру кости, уплотняя ее и выполняя свою главную опорную функцию.

В образовании новой костной клетки основное значение имеет макроэлемент **кальций**. По сути, кальций является тем строительным материалом, той глиной, из которой организм готовит новые кирпичики костных клеток. Поэтому при нехватке кальция для строительства новых клеток структура кости становится хрупкой и теряет свою прочность. Под воздействием минимальной нагрузки кости могут ломаться, иногда даже просто вследствие сокращения мышц. К сожалению, чаще всего состояние остеопороза распознают, когда процесс становится необратимым. Поэтому очень важно своевременное его выявление и регулярная профилактика.

На первый взгляд, все очень просто: хочешь заранее позаботиться о здоровье своих костей – принимай кальций! Однако простого приема кальция недостаточно для профилактики остеопороза.

В развитии этой патологии очень важную роль играет не только дефицит кальция. Процессы костеобразования в большой мере зависят от наличия в организме должного количества магния, цинка, витамина К и, конечно же, витамина D3.

При дисбалансе данных макро-, микроэлементов и витаминов нарушается равновесие между процессами образования и разрушения костной ткани. И, как результат, возникает остеопороз.

Данное заболевание принято считать преимущественно женской проблемой, так как повышенная потеря кальция происходит у женщин в климактерический период, после 40 лет, однако в группу риска входят и мужчины, особенно спортсмены и те, чья профессиональная деятельность связана с тяжелым физическим трудом и постоянным психоэмоциональным напряжением. Также ему подвержены люди пожилого и старческого возраста. Развитие остеопороза возможно и у

пациентов обоего пола после перелома кости, в период образования костной мозоли.

Для лечения и профилактики остеопороза необходимо принимать препараты, укрепляющие костную ткань и восстанавливающие баланс кальция и витамина D3 в организме. Но при выборе того или иного средства нужно внимательно отнестись к его составу, в котором должны, помимо кальция, присутствовать также нужные макро- и микроэлементы, витамины.

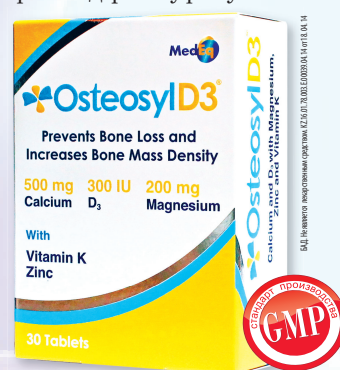
**В норвежском нутрицевтике ОСТЕОСИЛ D3 собраны все необходимые элементы для увеличения плотности костей и восполнения дефицита кальция и витамина D3, что отличает его от других источников кальция.**

В состав **ОСТЕОСИЛА D3** входят кальций, магний, цинк, витамины D3 и К. Композиция этого продукта подобрана таким образом, что каждый компонент, во-первых, обладает своей точкой приложения в профилактике данного обменного нарушения, а, во-вторых, каждая составляющая способна усиливать – и усиливает! – действие других компонентов. Поэтому **ОСТЕОСИЛ D3** можно с полной уверенностью назвать препаратом первой линии среди всего многообразия средств,

предлагаемых на сегодняшний день для профилактики остеопороза и дефицита кальция и витамина D в организме.

**ОСТЕОСИЛ D3** также облегчает симптомы остеопении и артрита (различной этиологии), улучшает функции мышечной ткани и сосудов, способствует укреплению зубов и ногтей.

Принимая по 1-2 таблетки **ОСТЕОСИЛ D3** в день в качестве профилактики, вы оградите себя от дефицита кальция и витамина D3 (особенно в зимний период), суставных заболеваний, переломов либо ускорите процесс заживления уже имеющейся травмы, способствуя таким образом здоровому росту костей.



Спрашивайте в аптеках вашего города и аптеках «Магазина здоровья»: +7 727 394 76 15, 269 71 62. Заказать можно на сайте [www.vitashop.kz](http://www.vitashop.kz) либо на странице в Instagram [@vitashopkz](https://www.instagram.com/vitashopkz)