

ХРОНИЧЕСКИЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЛОВОЙ СФЕРЫ У ЖЕНЩИН.

Что провоцирует обострение?

Ослабление иммунитета, дисбактериоз, кандидоз, запоры, стрессы, гормональные перестройки, курение, алкоголь. На что из возможных причин мы можем влиять? Отказаться от курения и алкоголя, нормализовать режим питания, влиять диетой и БАДами как минимум на две системы — пищеварительную и иммунную.

Что Вы можете сделать для себя сами?

Прежде всего — навести порядок с пищеварением; качество питания, состояние всей системы пищеварения в общем и кишечника в частности неизбежно сказываются на иммунитете.

Оздоровление кишечника — это очень важная задача, ее можно поделить на две части — детоксикация (Хлорофилл, Локло и Каскара Саграда) и насаждение полезной микрофлоры (Бифидофилус Флора Форс). Оздоровление кишечника обычно начинают с диеты, она напоминает диету при кандидозе (исключают все продукты, содержащие или провоцирующие рост грибов. Это пиво, квашеные продукты, свежая выпечка, вино, сыры, сладости).

Иммунитет — питательная и противомикробная поддержка, периодическая стимуляция (если нет противопоказаний). Питание иммунной системы — это все поливитаминные и антиоксидантные БАДы, в первую очередь — Защитная Формула.

Противомикробные БАДы — Чеснок, По дАрко, Моринда, Сок Нони, Коллоидное Серебро.

Стимуляция — это Кошачий Коготь и Эхинацея.

Какие еще БАДы можно применять?

Для поддержки женской репродуктивной системы и улучшения местной защиты, — «женские» БАДы (Эф Си Донг Ква, Дикий Ямс), Омега-3, Витамин Е, Витамин С, Цинк пастилки.

Современным и очень перспективным методом во всем мире считается СЭ — системная энзимотерапия (Протеаза Плюс, Фуд Энзим);

Кордицепс издревле ценится за восстановление, питание и защиту иммунной и эндокринной систем.

Защитой от стрессов могут стать 5-НТР, Восьмерка, НутриКалм, ЭйчВиПи.

Таблица «**Прием БАД при хронических воспалительных заболеваниях половой сферы у женщин.**».

БАД	Прием БАД	Цель приема БАД
Хлорофилл	По 1 ч.л. 2 раза до еды на 200 г воды	Детоксикация, антиоксидантная защита, восстановление красной крови и поддержка иммунной системы, подавление роста вредных грибов, патогенных бактерий на слизистых оболочках, в кишечнике, в мочеполовой системе
Каскара Саграда	2-3 к. на ужин 1-2 р в неделю.	Очищение кишечника, ускорение выведения токсинов и патогенной микрофлоры. Не для постоянного приема — для улучшения опорожнения кишечника постепенно «переключайтесь» с приема Каскары на прием Локло.
Локло	1 ст.л. на 350 г воды, через 2 часа после еды	Очищение кишечника, удаление токсинов и патогенной микрофлоры, оздоровление лимфы, крови, сосудов, печени, мочеполовой сферы. Первичная онкопрофилактика.
По дАрко	1-2 кап. 2-3 раза с едой	Противовирусная, противогрибковая и противобактериальная защита, питательная поддержка иммунной системы, красной крови. Восстановление иммунной защиты, оздоровление слизистых оболочек и кожи.
Чеснок в таблетках	1 таб. 2-3 раза с едой	Чеснок помогает активизировать борьбу с инфекционными агентами, усиливает защитные силы организма. Начинать прием Чеснока лучше после 3-4 недель приема Хлорофилла, Локло, По дАрко.
Защитная Формула	1 кап. 1-2 раза после еды	Ценные питательные вещества для иммунной и эндокринной системы, уникальный антиоксидантный комплекс и противомикробные вещества в этой БАД помогают активизировать защитные реакции организма, устранить причину воспалительного процесса и защитить все системы организма от свободных радикалов и токсинов.
Кошачий Коготь (или Эхинацея)	1к.1р. в день, 10-15 дней в мес. (Эхинацея 1 к. 2 р, 10 дней в мес),3-6 мес.	Иммуностимулирующие БАДы, помогают быстро активизировать иммунный ответ. Начинать их прием лучше после 1 месяца приема детоксикантов (Хлорофилл, Локло), антиоксидантов (Защитная Формула, Грeпайн, ВитС, Суперкомплекс) и противомикробных (по дАрко, Чеснок).
Бифид Флора Форс	1к. 1-3р. в день,с едой, 1-2 к. после ужина	«Подселение» полезной микрофлоры помогает созданию местного иммунитета, сопротивления патогенной микрофлоре и стимуляции всей иммунной системы
Сок Нони	1 дес.л. 1-3 р. до еды	Питательная поддержка, защита и укрепление иммунной, эндокринной, нервной систем.
Грeпайн (Витамин С)	1 таб. обеих БАД 1 раз в день с едой	Антиоксидантная защита, усиление иммунной системы, питательная поддержка и защита клеток всех систем и органов, в том числе мочеполовой сферы
Супер- комплекс	1 таб. 1 раз с едой	Поливитамино-минеральная поддержка — питание, восстановление, защита, нормализация регуляции всех систем организма.

БАД	Прием БАД	Цель приема БАД
Омега-3	1 кап. 2 р. с едой	Очень важное вещество для синтеза гормонов, иммунных комплексов, Омеге-3 присущи мягкий противовоспалительный и противоболевой эффекты.
Витамин Е	1 кап. 1-2 р. с едой	Смесь натуральных токоферолов (витамин Е) способствуют восстановлению гормонального баланса, антиоксидантной защите, питательной поддержке женской половой сферы.
Кордицепс	по 1-2 капсулы 2-3 раза в день	Способствует поддержке жизненного тонуса организма, повышению выносливости, работоспособности, питает, восстанавливает и укрепляет основные системы организма — иммунную, эндокринную, сердечно-сосудистую, дыхательную. Усиливает потенцию у мужчин и сексуальную энергию у женщин.

ПОДГОТОВКА К ЗАЧАТИЮ. ПОДДЕРЖКА БАДАМИ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ БЕСПЛОДИЯ.

Женщинам.

В мире каждый шестой брак — бесплодный, и более 65% причин связано с женским бесплодием. Конкретные причины — от инфекционных до иммунологических — помогает установить специальное обследование, план лечения (консервативные, возможно хирургические методы) выбирает специалист.

Изменение стереотипа питания при планировании зачатия, с исключением вредных веществ и с акцентом на повышающие шансы на зачатие вещества необходимо, так как питание — это очень важный фактор! Достаточно привести такой пример: существует научно обоснованная концепция регулирования пола будущего ребенка изменением рациона питания обоих партнеров.

Что повышает шансы зачатия?

Полноценное обследование — для того, чтобы выяснить причину бесплодия, и для того, чтобы разобраться со своими возможными проблемами в здоровье. Когда Вы уже станете мамой, у Вас может вовсе не быть времени для того, чтобы заниматься собственным здоровьем. Например, визит к стоматологу должен быть своевременным, санировать ротовую полость всегда лучше до наступления беременности. Во время беременности и кормления грудью процедуры, требующие обезболивания, нежелательны, как и наличие больших зубов или десен. То же самое касается всех Ваших органов и систем — наведите порядок своевременно, и не забывайте про посильные физические нагрузки. Крепкий позвоночник и сильные мышцы Вам очень помогут пройти школу молодой мамы!

Какие **провоцирующие факторы** выявляются наиболее часто? Обычно женщины, клинически здоровые, но неспособные зачать ребенка, страдают *дефицитом железа, кальция, дефицитом витамина Е, витаминов группы В*