

## МАСТОПАТИЯ.

На что **ОБЯЗАТЕЛЬНО** нужно обратить **особенное внимание**? На регулярные профилактические визиты к врачу — исключение опасного процесса в молочных железах не займет много Вашего времени, однако цена отказа от своевременной консультации и обследования (УЗИ, рентген, возможно — биопсия) может быть непомерно высока!

### **Что помогает?**

Для помощи при мастопатии и первичной профилактики рака молочной железы рекомендованы йодсодержащие продукты (**Келл**), антиоксиданты (**Грепайн**), Витамин Е и полиненасыщенные жирные кислоты (**Омега-3**). Их рекомендуют пить длительными курсами. Периодически нужно проводить выведение избытка натрия, особенно при предменструальном синдроме (**Уролакс**, **Хлорофилл**), принимать БАДы с рассасывающим эффектом (**Келл**, **Протеаза**), с противовоспалительным действием (**Омега-3**, **Е-чай**), антиоксиданты (**Витамины С НСП**, **Замброзу**, **Защитную Формулу**, **Антиоксидант**).

Специально для поддержки и защиты женской груди создана БАД **Брест Комплекс**. Благодаря уникальному комплексу фитоэстрогенов, антиоксидантов и детоксикантов защищает от канцерогенных веществ, способствует оптимизации обменных процессов и противодействует повреждающим факторам. Рак молочной железы стал чрезвычайно частым явлением, и причины его уже достаточно изучены. Есть хорошая новость: в большинстве своем рак груди профилактируем! Есть и не очень хорошая: рак груди статистически достоверно связан с длительным поражением организма малыми дозами радионуклидов (проживанием на загрязненных территориях). Алиментарная профилактика рака груди заслуживает Вашего внимания, — это весь комплекс онкопротекторных БАД (клетчатка, Омега-3, антиоксиданты, кальций, келл, детоксицирующие и гепатопротекторные БАД, и т.д.). Отдельно стоит упомянуть некоторые БАДы: это **Индол-3-карбинол**, **Брест Комплекс** и **Грепайн**.

**Индол-3-карбинол** нейтрализует канцерогенные фракции собственных эстрогенов, активизирует метаболизм потенциальных канцерогенов в печени, блокирует рецепторы клеток, подверженных негативному влиянию провокаторов канцерогенеза. Брест Комплекс уникальна тем, что содержит целый комплекс онкопротекторов, включая глюкрат кальция. Это вещество многопланово влияет на процессы детоксикации, усиливая эффекты всех компонентов **Брест Комплекс**. **Грепайн** по праву назван онкопротектором, это непревзойденная смесь самых современных антиоксидантов и онкопротекторов, синергетически усиливающих друг друга.

**Омега-3 и Лецитин** — чем они помогают? Нейтрализацией ТИЖКов! ТИЖКи — это искаленные молекулы- уродцы, полученные в процессе переработки жиров (гидрогенизации). ТИЖКи способны вторгаться в те места, где должны быть молекулы «настоящих» жирных кислот — а это, ни много ни мало, мембраны клеток! А еще жирами обеспечивается синтез гормо-

нов, и процесс восприятия гормонов клетками. ТИЖКи вездесущи, они способны избирательно накапливаться в некоторых тканях организма, наиболее зависимых от циклического колебания гормонов. Это объясняет тот факт, что удаленная раковая ткань груди «нафарширована» ТИЖКами. Сбитый с толку гормональный баланс, провокация воспалительных процессов, рано постаревшие сосуды (атеросклероз, ишемия) — это вовсе не полный перечень проблем, связанных с наличием ТИЖКов в еде! В какой конкретно еде? В любой, которая содержит жиры (маргарины и растительные масла), ТИЖКи могут быть. А могут и не быть. Некоторые производители декларируют «не из гидрогенизированных масел», — значит, риск пребывания ТИЖКов здесь более низкий. Но ведь на хлебе, печенье, сосисках, колбасе, молочных продуктах мы не всегда можем прочесть, какого рода жиры входят в состав!

Чем Омега-3 и Лецитин помогают? Тем, что они и есть те самые «настоящие» жиры! Необходимые для мембран клеток и синтеза гормонов, мозговой ткани и печени, половых клеток и сосудов, — достаточно всего лишь одной капсулы обеих БАД в день для питательной поддержки клеток!

#### **Что вредит?**

На уровни женских гормонов и пролактина оказывают негативное влияние алкоголь, кофеин (в кофе, чае, прохладительных напитках, шоколаде), теобромин (в чае). Кофеин и теобромин активизируют деятельность желез — в том числе и молочных. Усиленная деятельность желез — это набухание, отек, боль, образование кист и т.д. Уменьшение количества кофеина и теобромина улучшает ситуацию и ускоряет проявление эффекта от БАДов, — однако отказываться от кофе и крепкого чая нужно не менее, чем на 3-4 месяца, чтобы получить и оценить результат.

Таблица «БАДы для поддержки женщины при мастопатии».

БАД	Прием БАД	Цель приема БАД
Келп	1 кап. 2-3 р. с едой — 1 мес., 1 кап. 1-2 р. с едой — от 3 мес.	Келп способствует уменьшению дискомфорта при мастопатии, является признанным средством первичной противораковой профилактики. Помогает вывести избыточный натрий, который удерживает воду в тканях организма и провоцирует отеки, воспаление и болевой синдром.
Уролакс	2 кап. утром — 15 дней, 15 дней перерыв, — 3 мес.	Мочегонное действие Уролакс помогает уменьшить отек тканей, уменьшить болевой синдром, нормализовать водно-минеральный обмен.
Е-чай	1 кап. 3 р. до еды	Противовоспалительное, противоболевое действие
Хлорофилл	1 ч.л. 3 р. до еды на 200 г воды	Детоксикант, цитопротектор, антиоксидант. Усиливает позитивные эффекты других БАД.
Омега-3	1 кап. 2 раза с едой	Противовоспалительное действие, нормализация гормонального баланса
Грепайн	1 таб. 1 раз с едой	Антиоксидант, онкопротектор

БАД	Прием БАД	Цель приема БАД
Протеаза+	1-3 кап. через 1 час после еды, 2-3 раза	Протеаза является уникальным комплексом протеолитических ферментов, нормализующих состояние тканей и органов при острых и хронических воспалительных процессах
Локло	1 ст.л. на 300 г воды, 1-3 раза	Выведение токсинов, избыточного натрия и воды. Источник клетчатки, антиоксидантов, микроэлементов, витаминов и фитострогенов из натурального растительного сырья.
Витамин Е	1 кап. 1-2 раза после еды	Питательная поддержка и нормализация гормонального баланса в женской половой сфере
Дикий Ямс	1 кап. 2-3 раза после еды во 2 фазу цикла	Источник натуральных растительных аналогов женских половых гормонов. Нормализует гормональный баланс, предупреждает гормонально-зависимые болезни у женщин.
Индол-3-карбинол	1 кап. 2 раза с едой	Нормализация гормонального обмена, ускорение утилизации метаболитов женских половых гормонов, первичная онкопрофилактика.
Брест Комплекс	по 1 капсуле 3 раза в день после еды	Благодаря уникальному комплексу фитоэстрогенов, антиоксидантов и детоксикантов защищает от канцерогенных веществ, способствует оптимизации обменных процессов и противодействию повреждающих факторов.

## **ХРОНИЧЕСКИЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЛОВОЙ СФЕРЫ У МУЖЧИН.**

### **Какие пищевые факторы помогают профилактике обострений?**

Цинк, натуральные противовоспалительные факторы (Омега-3, экстракт карликовой пальмы Со Пальметто), добавки для укрепления иммунитета (Защитная Формула, Кошачий Коготь, Эхинацея, По дАрко), детоксицирующие (на выбор — Каскара, Хлорофилл, Красный Клевер, Репейник, Локло), «мужские» добавки — ПроФормула, Ачив с Йохимбе НСП. Особенной благодарности от мужчин многих поколений заслуживает Кордицепс, который одновременно и питает, и восстанавливает, и защищает, и улучшает функцию иммунной защиты и эндокринной системы. Кордицепс благотворно влияет на мужскую потенцию, поддерживает сексуальную энергию мужчин и женщин на высоком уровне.

Обязательно нужно проводить оздоровление почек — профилактика воспалений и образования камней в почках является очень важной, — Уролак, Кордицепс и Хлорофилл.

**Что вредит?** Алкоголь, курение, избыточная масса тела, дефицит физических нагрузок, сидячий образ жизни, пряности, копченое, консерванты. Эти вредные факторы провоцируют гормональные нарушения («утечку» тестостерона, неправильный его обмен в организме, избыток пролактина и женских половых гормонов) и прямое поражающее действие на половую систему мужчины.