

Ruduo be peršalimų Ar tai įmanoma?

Ruduo - dažniausiai pilkas, niūrus, šaltas ir lietingas. Šiam metų laikui būdingos orų permainos, o taip pat įvairios kvėpavimo takų infekcijos. Taigi, drąsiai galime teigti, jog ruduo - tai įvairių infekcijų metas

Kiekvienam gerai pažįstamas jausmas: bloga savijauta, galvos skausmas, perštinę gerklę, užgulta ar varvanči nosis, o kartais net pakilusi kūno temperatūra. Dažnai iš šono nekaltai atrodo liga ilgą laiką sutrikdo normalų gyvenimo ritmą. Tuomet geriausia išeitis yra išsitioti pavėsioti kelias dienas namuose atsiribojus nuo aplinkinio pasaulio.

Gripo ir peršalimo simptomai yra labai panašūs, todėl žmonės neretai painioja šias ligas vieną su kita. Tačiau jeigu peršalimo simptomai nėra pavojingi, tai gripo atveju gali atsirasti sunkių komplikacijų - plaučių uždegimas, bronchitas, otitas, miokarditas, encefalitas.

Pirmieji gripo simptomai pasireiškia labai staiga, būdingiausi iš jų - raumenų ir sąnarių skausmas - beveik visada yra lydimi aukštos kūno temperatūros. Beje, kosulys, čiaudulys ir gerklės skausmas yra tik antriniai šios ligos simptomai, jų gali ir nebūti.

Saugokis!

Visškai išvengti peršalimo yra neįmanoma. Bet iš anksto ruošiantis rudens ir žiemos sezonui galima sušvelninti peršalimo simptomus.

Šiuo metu Lietuvoje ypač populiaru vakcinacija nuo gripo. Pasiskiepijame, nors ir nėra visiškos garantijos, kad nesusergime jei puls kitos rūšies gripas. Didžiausia problema yra tai, kad virusai ilgą laiką išlieka labai gyvybingi ir lengvai įsigali silpnesniame organizme? Tiek peršalimų, tiek gripo profilaktikai svar-

biausia tam ruošti organizmą iš anksto. Andų medicinos centras, rūpindamasis savo pacientų sveikata, siūlo natūralių preparatų kompleksą, stiprinantį organizmą bei didinantį jo natūralų atsparumą, o susirgus padeda išvengti komplikacijų:

- **MACA** (kapsulės) - vitaminų, mineralų ir mikroelementų šaltinis, stiprinantis organizmą, rekomenduojamas norinti įveikti pastovaus nuovargio jausmą, padedantis greičiau pasveikti lėtinių ligų atveju.

- **VILCACORA SU ČIOBRELIAMS** (aerzolis) - puiki pagalbinė priemonė sergant viršutinių kvėpavimo takų uždegimu. Sudėtyje esančios veikliosios Vilcacoros bei čiobrelės medžiagos malšina gerklės skausmą, naikina bakterijas.

- **VILCACORA SU AVIETĖMIS** (arbata) - ypatingai naudinga gripo profilaktikai, kadangi arbatos veikliosios medži-



gos didina natūralų organizmo atsparumą, skatina prakaitavimą ir tuo pačiu mažina karščiavimą.

- **HERBAFOR** - puiki alternatyva termoforui (šildyklei). Tai yra unikalus grūdų bei kruopščiai parinktų Amazonės augalų mišinys. Peršalus juo patariame šildyti krūtinės ląstą ir nugarą.

