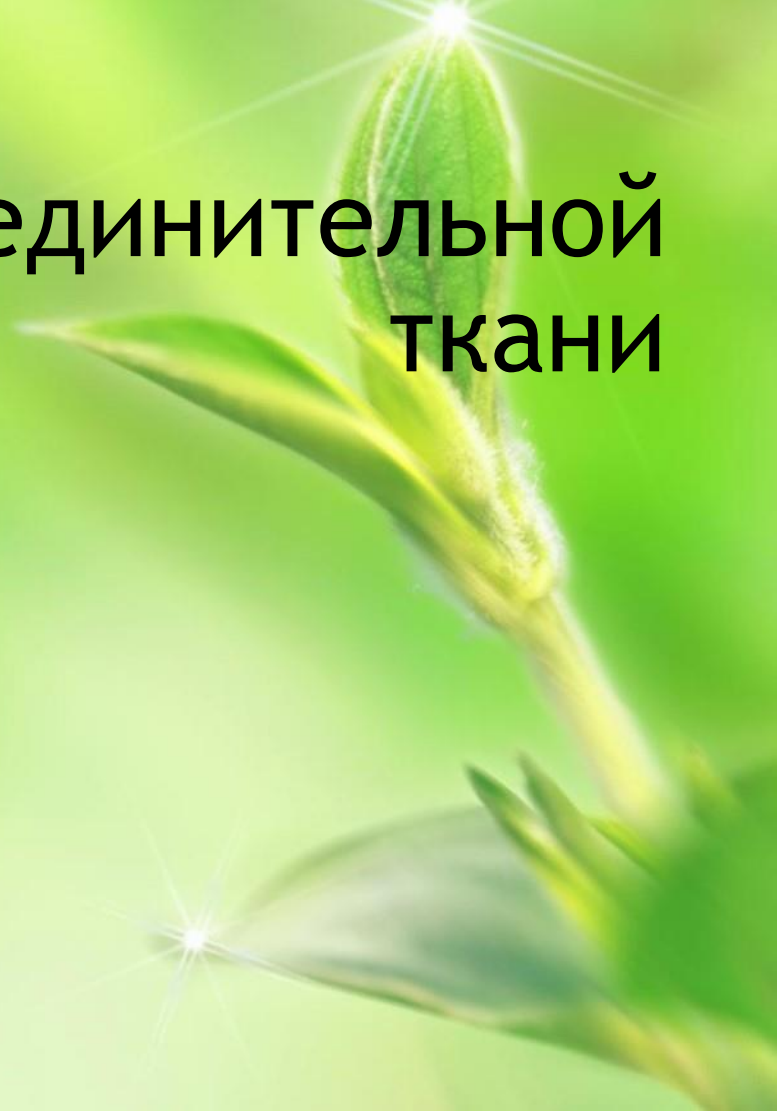


**Слабость соединительной
ткани**



Слабость связочного аппарата!

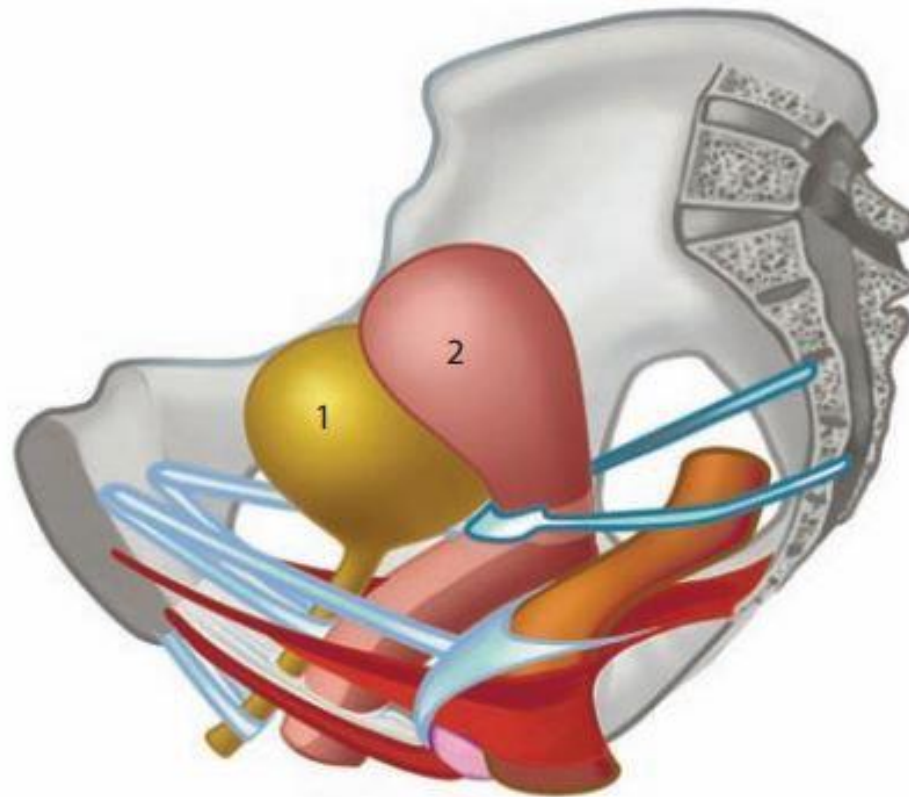


Рис. 2. Схематичное изображение структур тазового дна у женщины (в норме). *Красным цветом* обозначены мышцы тазового дна (леваторы и сфинктеры), *голубым* – фасции и связки. 1 – мочевой пузырь, 2 – матка.

Слабость соединительной ткани!

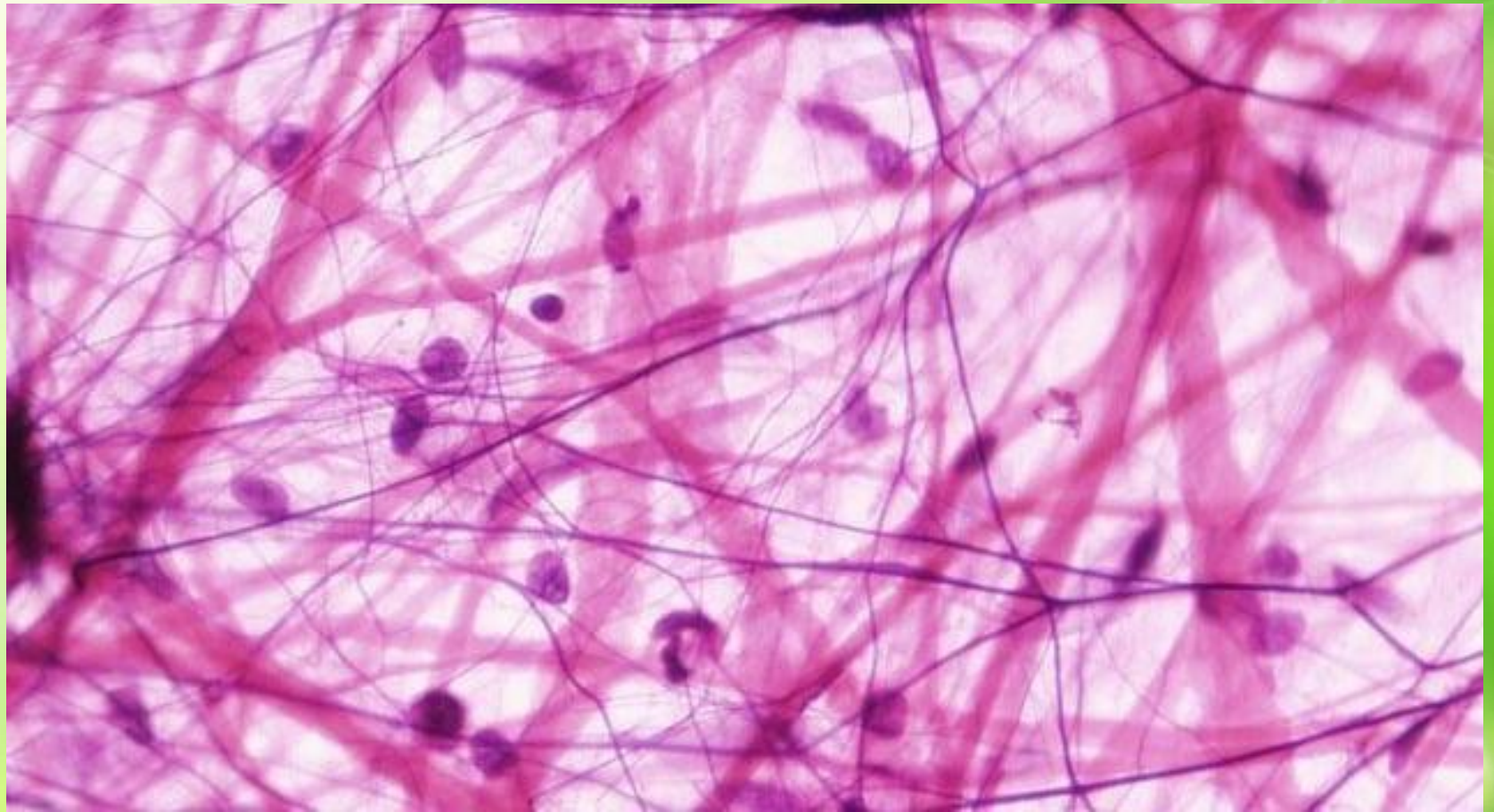


Диастаз прямых мышц живота



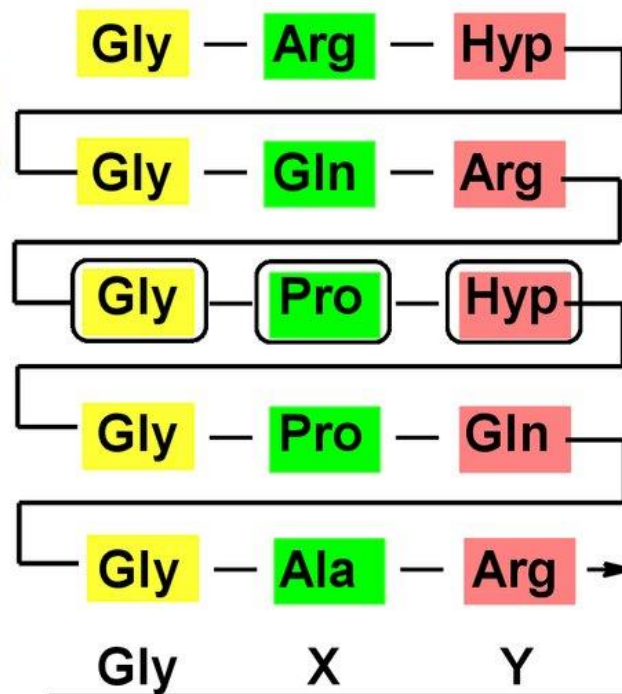
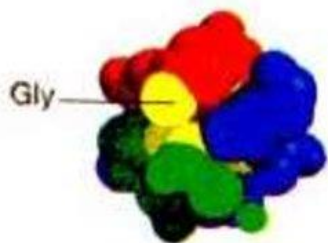
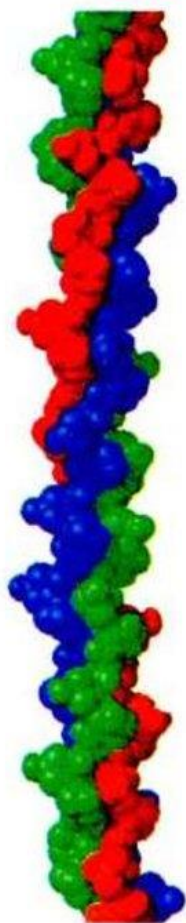
Структура соединительной ткани





Коллаген состоит из аминокислот

Структура молекулы коллагена



Сколько белка надо усвоить сегодня???

Если Вы женщина - 1 грамм
на 1 кг массы тела

Если Вы мужчина - 1,2
грамма на на 1 кг массы
тела

Если Вы женщина-
спортсмен - 1,2 грамма на
на 1 кг массы тела

Если Вы мужчина -
спортсмен - 1,6 грамма на
на 1 кг массы тела.



Старайтесь брать белок из продуктов питания!

Содержание белка в 100г



замена клеток
гормоны
ферменты
транспорт элементов
катализ
иммунитет



мясо

24,54г



рыба и морепродукты

22,59г



молоко

3,15г (24г)



белок яйца

12,56г



бобовые

21,43г



орехи и семечки

15,68г



злаки

10,05г



лиственные овощи и травы

3,99г



грибы

2,52г



овощи

1,75г



ягоды

1,01г



фрукты

0,81г

Если не доедаете - коктейль

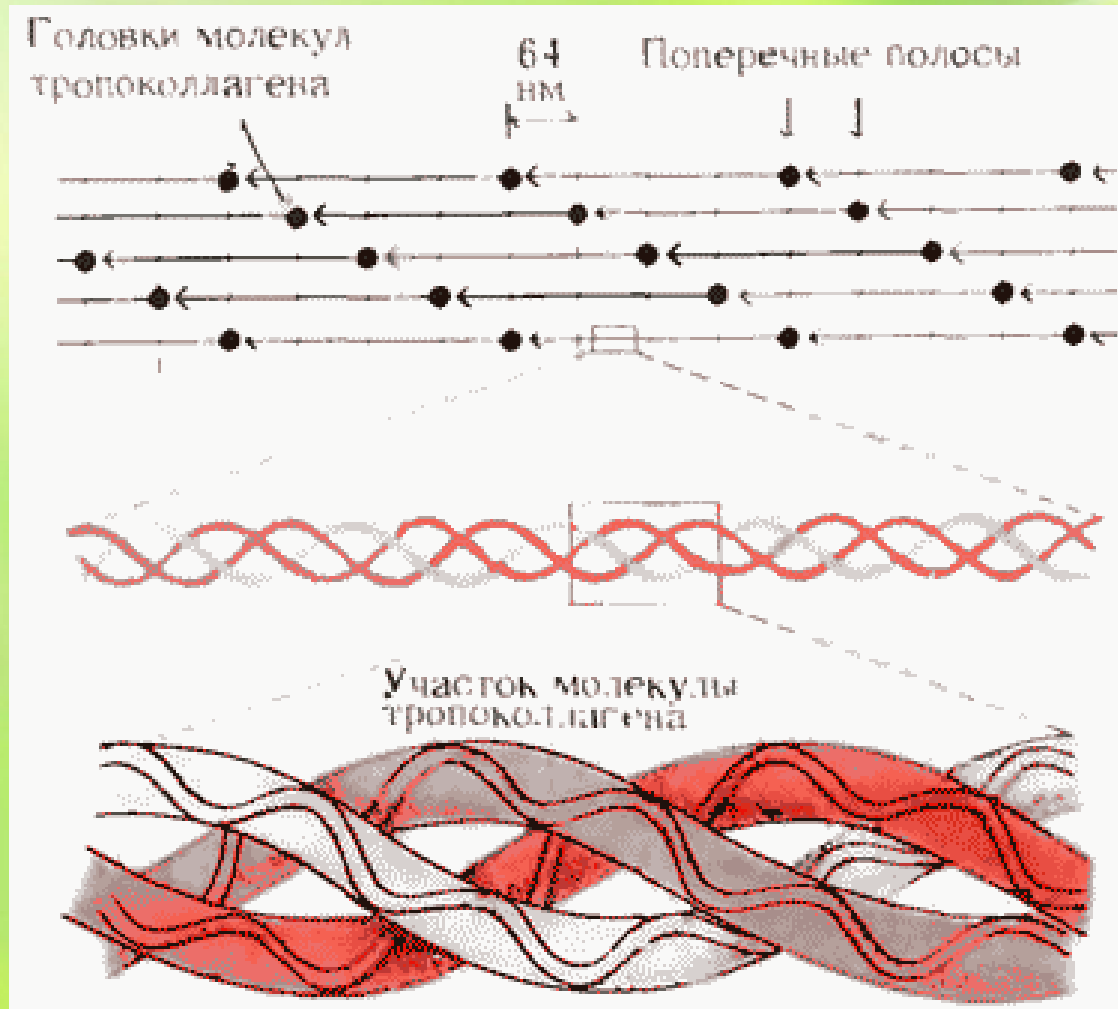
Сывороточный



Соевый



Каждая 6-а аминокислота в коллагене - серосодержащая



Продукты питания богатые серой (S)

Индейка



Сера: 248 (мг)

Говядина



Сера: 230 (мг)

Свинина



Сера: 230 (мг)

Баранина



Сера: 230 (мг)

Печень



Сера: 187 (мг) св.,
239 (мг)гов., 172 (мг)ут.,
248 (мг) индейки.

Кролик



Сера: 225 (мг)

Щука



Сера: 210 (мг)

Морской окунь



Сера: 210 (мг)

Сардина



Сера: 200 (мг)

Горбуша



Сера: 190 (мг)

Горох



Сера: 190 (мг)

Камбала



Сера: 190 (мг)

Зубатка



Сера: 190 (мг)

Курица



Сера: 186 (мг)

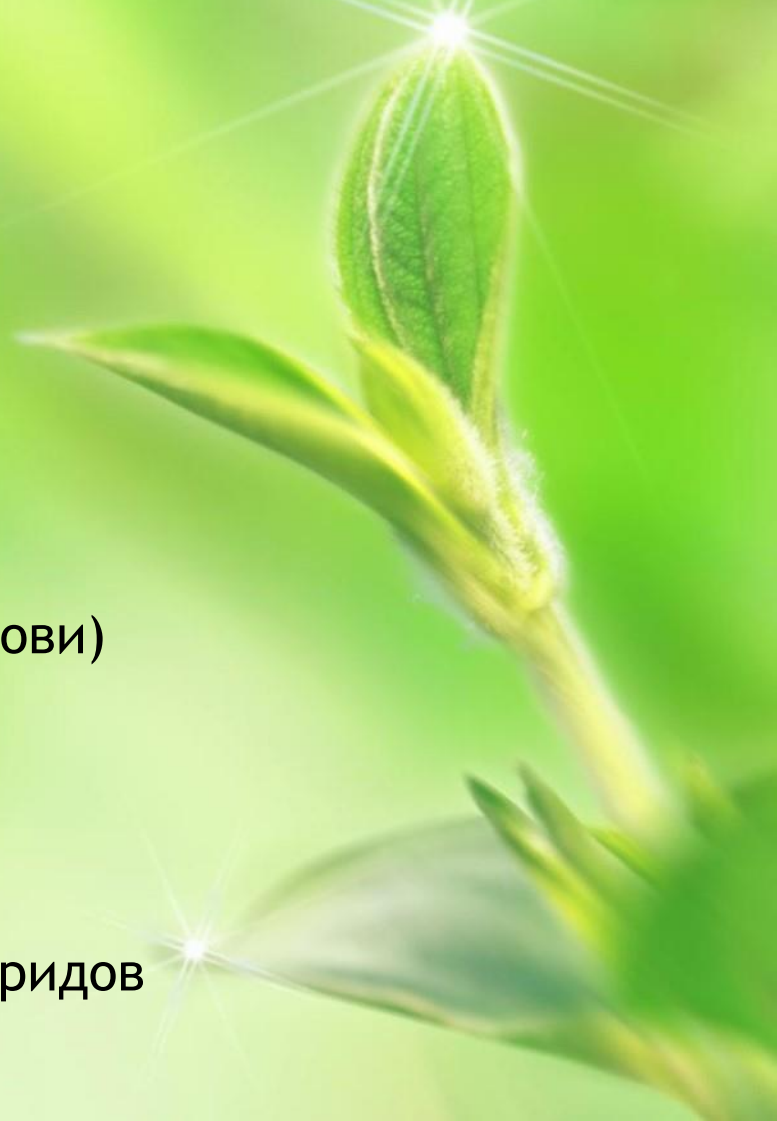
Яйцо куриное



Сера: 176 (мг)

Тест на недостаток серы

- Запоры
- нарушение функций кожи
- ломкость ногтей
- выпадение волос
- тусклость волос
- повышение артериального давления
- тахикардия
- гипергликемия (повышение сахара крови)
- боли в суставах
- аллергические реакции
- заболевания печени
- повышение в крови уровней триглицеридов



Сера



участие в синтезе гемоглобина, которым богаты эритроциты

активное участие в синтезе коллагена, кератина, входит в состав меланина

выраженное антиоксидантное действие

участие в синтезе инсулина

нормализация дыхания клеток организма

поддержание эластичности и упругости кожи, активация роста волос и ногтей

защита от загрязнений окружающей среды - дым и выхлопные газы, повышенный радиационный фон

1. нормализация углеводного обмена
2. участие в синтезе соединительной ткани

1. Замедление процессов старения.
2. Восстановление и поддержание эластичности и упругости кожи.
3. Активация роста и восстановление волос и ногтей.

МСМ (метилсульфо нилметан)

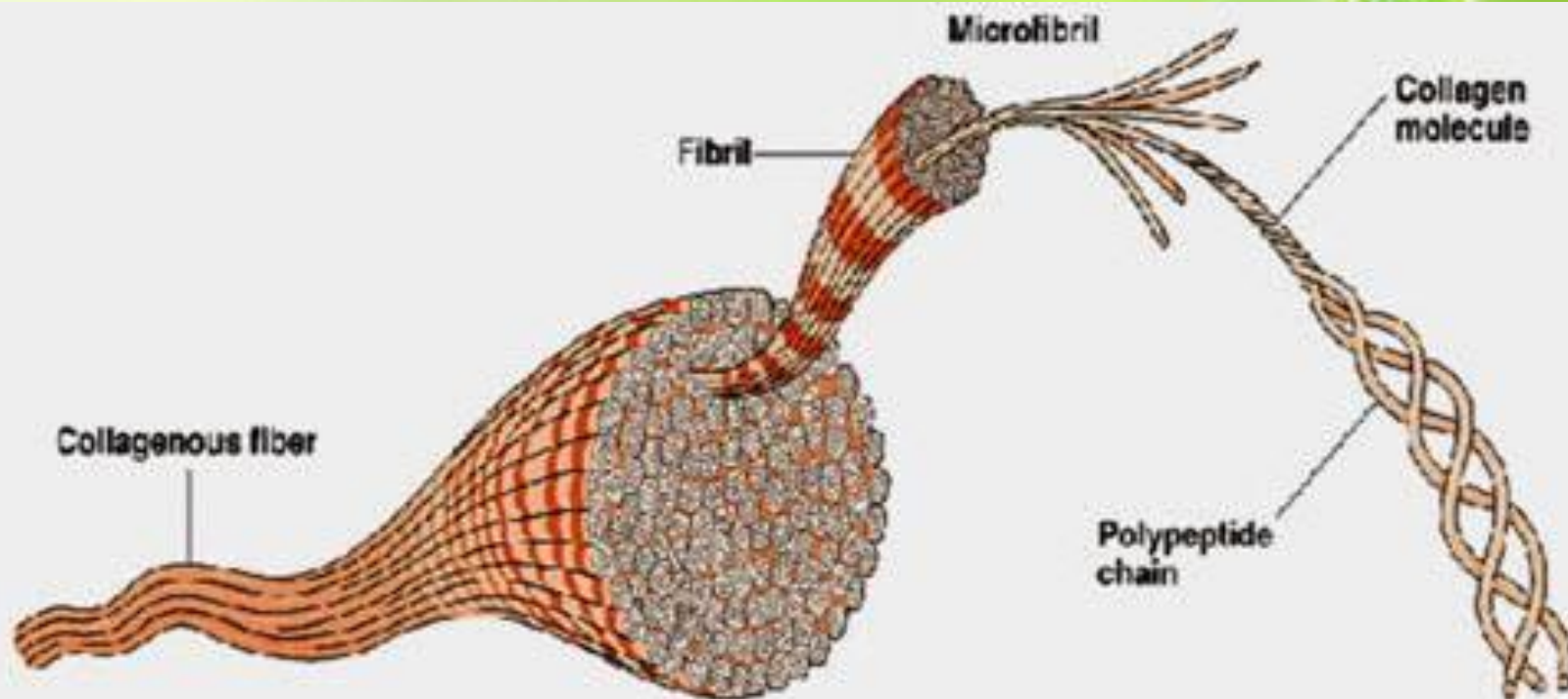
- это продукт органического происхождения, содержащий серу. МСМ является важным биодоступным источником пищевой серы.

Состав - 1 таблетка:
Метилсульфонилметан
(MSM)..... 750 мг

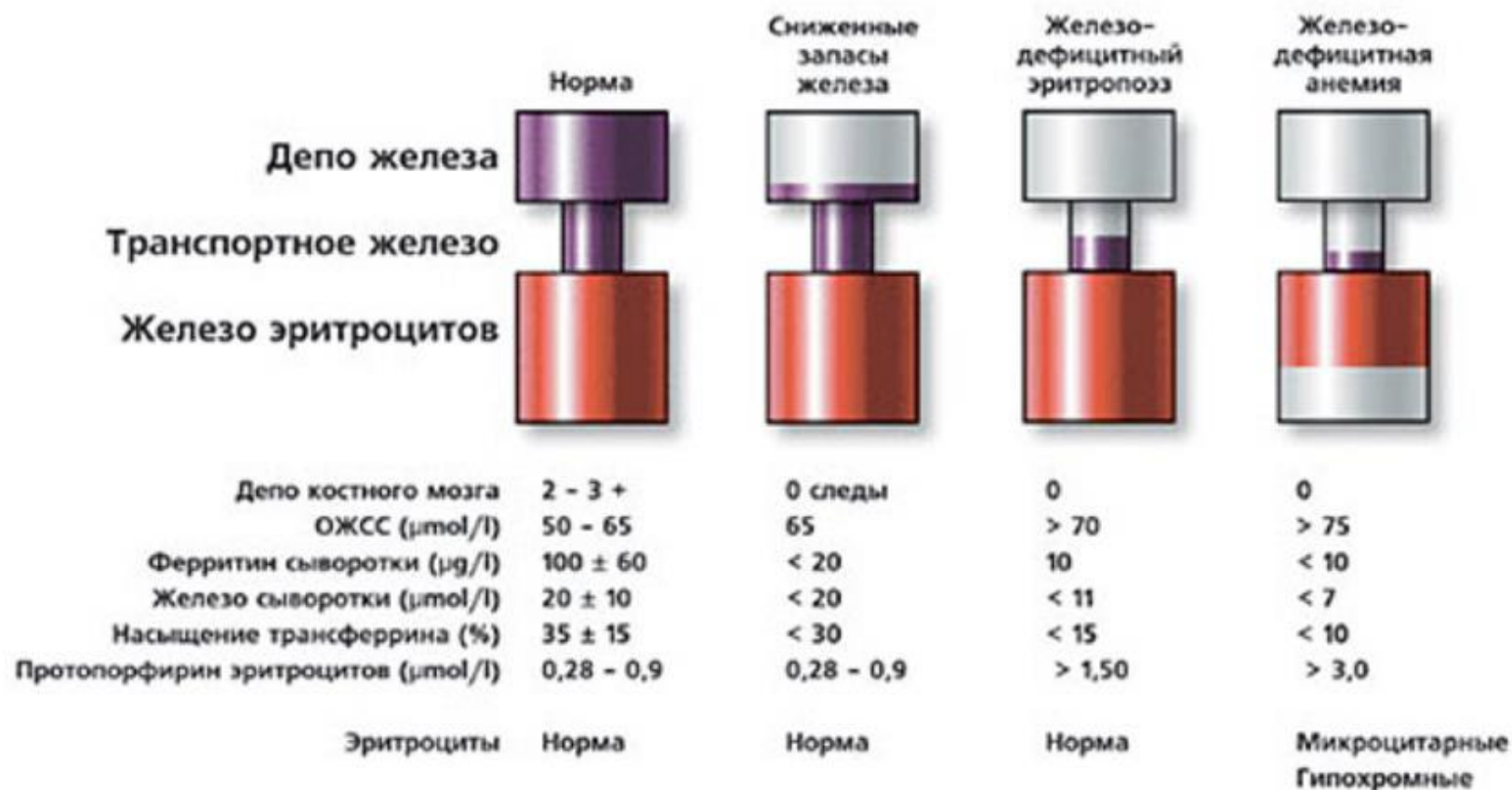
взрослым употреблять по 2
таблетки 3 раза в день во
время еды.



Первая заколочка - железо и витамин С

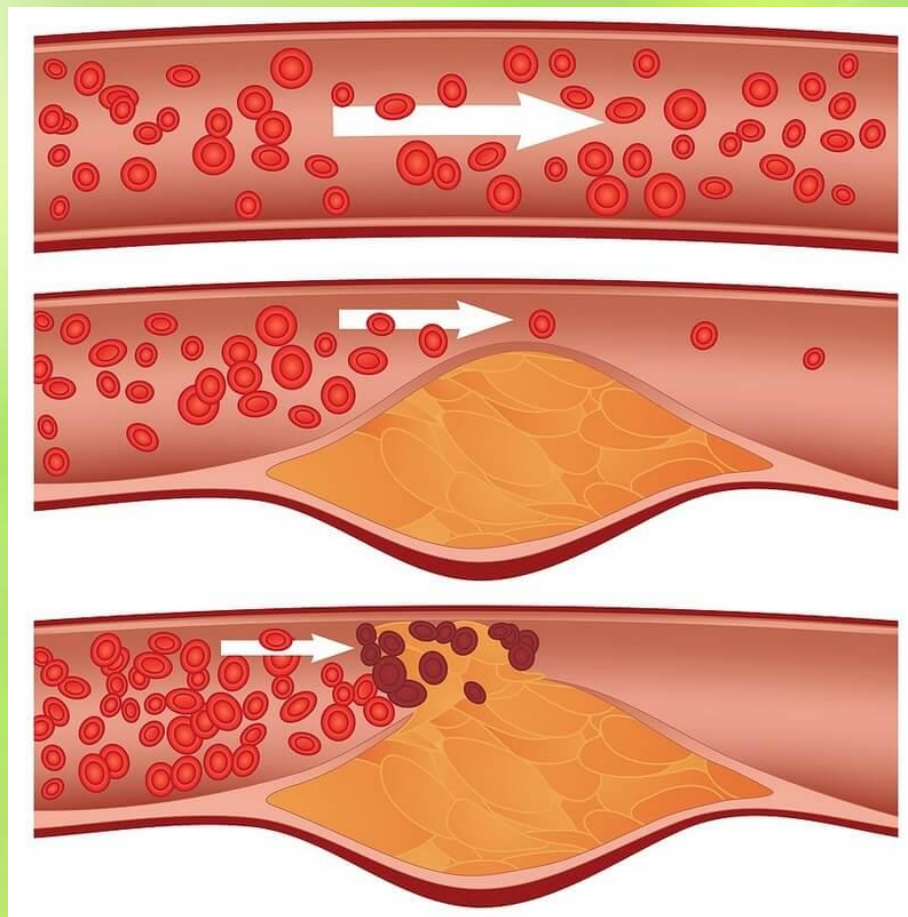


Коллагеновый жгут- основа соединительной ткани.



этапы развития железодефицитных состояний

Витамин С участвует в созревании коллагена



Продукты	Витамин С, мг/100 г (продукта)	Продукты	Витамин С, мг/100 г (продукта)
Сухой шиповник	1200	Брюква, крыжовник	30
Свежий шиповник	470	Редька	29
Перец красный сладкий	250	Горох зеленый, редис	25
Облепиха, черная смородина	200	Зелень сельдерея	23 - 38
Перец зеленый сладкий, зелень петрушки	150	Айва	23
Капуста брюссельская	120	Малина, дыня, ананас, картофель, фасоль, печень куриная	20
Зеленый укроп, черемша	100	Яблоки зимние	16
Киви	71 - 92,1	Кабачки, вишня, рябина черноплодная, брусника, клюква, темные сорта черешни	15
Рябина красная, капуста цветная	70	Лук репчатый, огурцы, свекла	10



Содержание витамина С в продуктах

Рябина красная, капуста цветная	70	Лук репчатый, огурцы, свекла	10
Папайя	61,8	Абрикос, персик	10
Апельсины, земляника, клубника, капуста краснокочанная	60	Банан, слива, яблоки летние	10
Шпинат, хрен	55	Тыква	8
Капуста кольраби	50	Виноград	6
Капуста белокочанная, грейпфрут	45 - 60	Морковь	5
Щавель	43	Баклажаны	5
Лимоны	40	Груша	5
Мандарины	38	Гранат	4
Печень говяжья	35	Инжир	2



Устойчивость витамина С в продуктах питания.

Операция	Остаток витамина С, %
варка капусты, 1 час	50
варка картофеля в кожуре, 25-30 мин.	75
тоже, но очищенный	60
варка моркови	40
тушение капусты	15
жарка сырого картофеля	35
картофельное пюре	20
очищенный картофель в воде при комнатной температуре	80



А у Вас кровоточат дёсны?

Цинга́ (синоним скорбу́т, [лат. *scorbutus*](#)) – [болезнь](#), вызываемая острым недостатком [витамина С](#) (аскорбиновая кислота), который приводит к нарушению синтеза [коллагена](#), и [соединительная ткань](#) теряет свою прочность.

Историки медицины подсчитали, что с 1600 по 1800 год от цинги, тяжёлой болезни, возникавшей обычно на [кораблях](#) в дальних плаваниях, умерло около миллиона [моряков](#).



Витамин С (аскорбиновая кислота), 1 кг.

Производитель: КНР

Цена: **315.00грн.**

20 штук или более: 290.00грн.

Количество:

-

1

+

В корзину

Надо доверять производителю или быть уверенным, что производитель знает, что:

СОСТАВ

1 таблетка (1280мг):

Витамин С (аскорбиновая кислота) - 1000 мг (1111% от АСП); лимонный биофлавоноид - 5 мг (2% от АСП); гесперидин - 5 мг (2,5% от АСП); рутин - 5 мг (16,6% от АСП); экстракт плодов ацеролы (*Malpighia glabra*) - 5 мг; экстракт плодов шиповника (*Rosa canina*) - 5 мг.

Пролонгированный

- Усиливает защитные функции организма
- Способствует профилактике бактериальных и вирусных инфекций
- Обладает антиоксидантным и противовоспалительным действием
- Обеспечивает выработку энергии на клеточном уровне, участвуя в синтезе аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ)



Вторая заколочка - медь и витамин B6



Селен (хелат).....	25 мкг
Калій (бікарбонат, йодид).....	25 мг
Мідь (глюконат).....	1 мг
Марганець (хелат).....	0,5 мг
Хром (хелат).....	50 мкг
Молибден (хелат).....	37 мкг

Інші інгредієнти: броквілі,квіти (*Brassica oleracea* var. *italica*), капуста, листя (*Brassica oleracea* var. *capitata*), морква, корінь (*Daucus carota*), буряк, корінь (*Beta vulgaris*), розмарин, листя (*Rosmarinus officinalis*), томат, плоди (*Solanum lycopersicum*), куркума, корінь (*Curcuma longa*), екстракт трейпфрутового біофлавоноїду, екстракт біофлавоноїду гесперидина, екстракт помаранчового біофлавоноїду, целюлоза (рослинні волокна), стеаринова кислота (овочева), сілікон діоксид (порошкоподібний кремнезем), стеарат магнію (овочевий).

Супер Комплексе містить повний набір вітамінів, мінералів, мікроелементів необхідних для підтримки захисної системи та нормального функціонування всього організму.

Застосування: по 1 таблетці двічі на день під час їжі.

Увага: не вживайте продукт, якщо упаковка пошкоджена.

Nature's Sunshine використовує у виробництві тільки натуральні джерела сировини, тому присутні в ньому вітаміни та мінерали (капсули) однієї і того ж продукту.

©2013 Nature's Sunshine Products, Inc.

Виготовлено в США



КОД: 4052-2
NATURE'S SUNSHINE PRODUCTS, INC.
 Spanish Fork, Utah 84660, USA (США)
www.naturesunshine.com

Засновано у 1972 році родиною Х'юз

ГАРАНТОВАНА ЯКІСТЬ

Вміст 1 таблетки

Вітамін А (β- каротин).....	2500 МО
Вітамін С.....	90 мг
Вітамін D.....	200 МО
Вітамін Е (d-α-токоферол).....	30 МО
Вітамін В1 (тіамін).....	1,5 мг
Вітамін В2 (рибофлавін).....	1,7 мг
Ніацин (нікотинова кислота).....	15 мг
Вітамін В6 (піридоксин НСІ).....	2 мг
Фолієва кислота.....	200 мкг
Вітамін В12 (ціанкобаламін).....	6 мкг
Вітамін Н (біотин).....	150 мкг
Вітамін В5 (пантотенова кислота, дікальційпантотенат).....	10 мг
Кальцій (дікальційфосфат).....	125 мг
Залізо (фумарат).....	7,5 мг
Фосфор (дікальційфосфат).....	90 мг
Йод (йодид калія).....	75 мкг
Магній (оксид).....	50 мг
Цинк (оксид).....	7,5 мг

Не є лікарським засобом



Ті Ен Ті зміцнює імунну систему, сприяє профілактиці інфекційних захворювань, підвищує працездатність, є чудовим засобом профілактики онко захворювань, уповільнює процес старіння.

Застосування: Розчиніть 1-2 мірні ложечки в 120-240 мл води (соку, молока, кефіру). Розмішайте добре до повного розчинення. Можна пити теплим чи холодним. Не використовуйте киплячу воду.

Протипоказання: індивідуальна нестерпність компонентів продукту.

Умови зберігання: зберігати у сухому, прохолодному, захищеному від світла місці.

Увага: не вживайте продукт, якщо упаковка пошкоджена.

Nature's Sunshine використовує у виробництві тільки натуральні джерела сировини, тому припустимі незначні відхилення у кольорі одного й того ж продукту.

Не є лікарським засобом

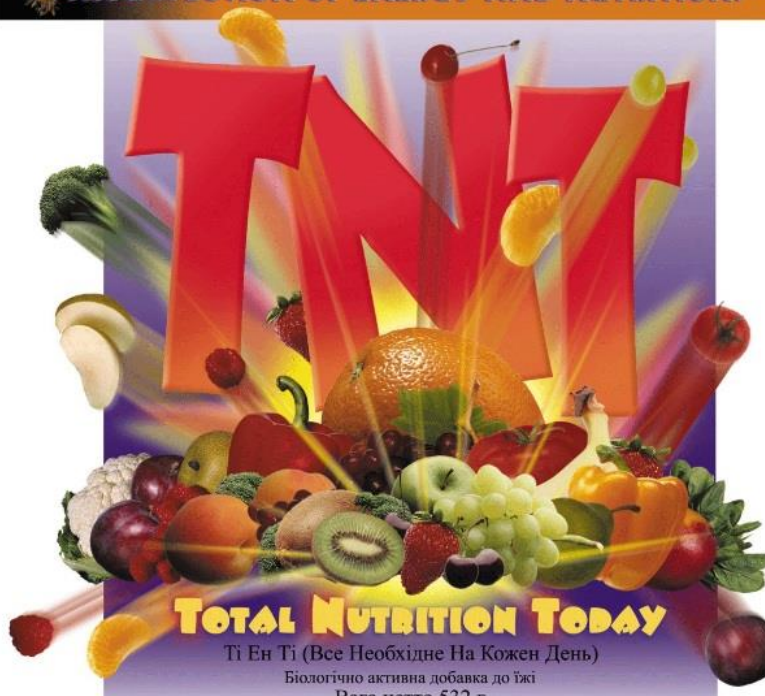


©2013 Nature's Sunshine Products, Inc.
Product of U.S.A.



Висновок державної санітарно-епідеміологічної експертизи № 05.03.02-03/84266 від 22.08.2012

AN EXPLOSION OF ENERGY AND NUTRITION!



TOTAL NUTRITION TODAY

Ті Ен Ті (Все Необхідне На Кожен День)

Біологічно активна добавка до їжі

Вага нетто 532 г

КОД: 4300-5
NATURE'S SUNSHINE PRODUCTS, INC.

Spanish Fork, Utah 84660, USA (CША)

www.naturessunshine.com

Засновано у 1972 році роліво Х'юїз

ГАРАНТОВАНА ЯКІСТЬ

Вміст 1 мірної ложечки:

Вітамін А (пальмітат β-каротин).....	8818 МО
Вітамін D ₃ (холекальциферол).....	506 МО
Вітамін Е (d-α-токоферол ацетат).....	29 МО
Вітамін С (аскорбінова кислота).....	60 МГ
Вітамін В ₁ (тіамін моногідрат).....	1.5 МГ
Вітамін В ₂ (рібофлавін).....	1.8 МГ
Вітамін В ₆ (піридоксин гідрохлорид).....	2 МГ
Вітамін В ₁₂ (ціанкобаламін).....	6 МКГ
Фолієва кислота.....	410 МКГ
Ніацин (ніацинамід).....	20 МГ
Біотин.....	300 МКГ
Пантотенова кислота (d-кальцій пантотенат).....	10 МГ
Натрій.....	115 МГ
Залізо (фумарат).....	5 МГ
Кальцій (іка лії йї фосфат).....	244 МГ
Цинк (цитрат).....	4 МГ
Магній (оксид).....	93 МГ
Марганець (цитрат).....	0.4 МГ
Селен (селенометіонін).....	17 МКГ
Молібден (цитрат).....	19 МКГ
Хром (хлорид).....	33 МКГ
Мідь (глюконат).....	0.5 МГ
Йод (йодид калію).....	44 МКГ
Фосфор (трикальцій фосфат, дикалій фосфат).....	140 МГ

Суми заручних волокон:

Гуарова камедь, Аравійська камедь, Целюлозне волокно, Волокна сої, Волокна гороху, Волокна цукрового буряка, Яблучний пектин, Цитрусовий пектин, Томат, Брокколи, Капуста білокрочана, Морква, Шпинат, Селера, Вівітки та волокна вівса, Вівітки рису, Вівітки кукурудзи, Мікрокристалічна целюлоза, соєвий лецитин, Мальтодекстрин, Карагемі, Монгмориллоніт (каолінова глина).

Інші інгредієнти: кристалічна фруктоза, олія соняшника, лимонна кислота, природні ароматизатори (вершкове масло, апельсин мандарин та ваніль).

Ладонь красоты

1. Белковая обеспеченность
2. Органическая сера (МСМ) по 1 3 раза с едой
3. Витамин с по 1 в день с едой
4. Поливитаминный минеральный комплекс суперкомплекс по 1 2 раза с едой или ТНТ по 2 мерке в день
5. Проверить гемоглобин и ферритин



Но иногда клетки ленятся!

Место синтеза коллагена

Клетки

Фибробласты
Остеобласты
Хондробласты
Одонтобласты

Рибосомы
клеток



Предшественник прогестерона



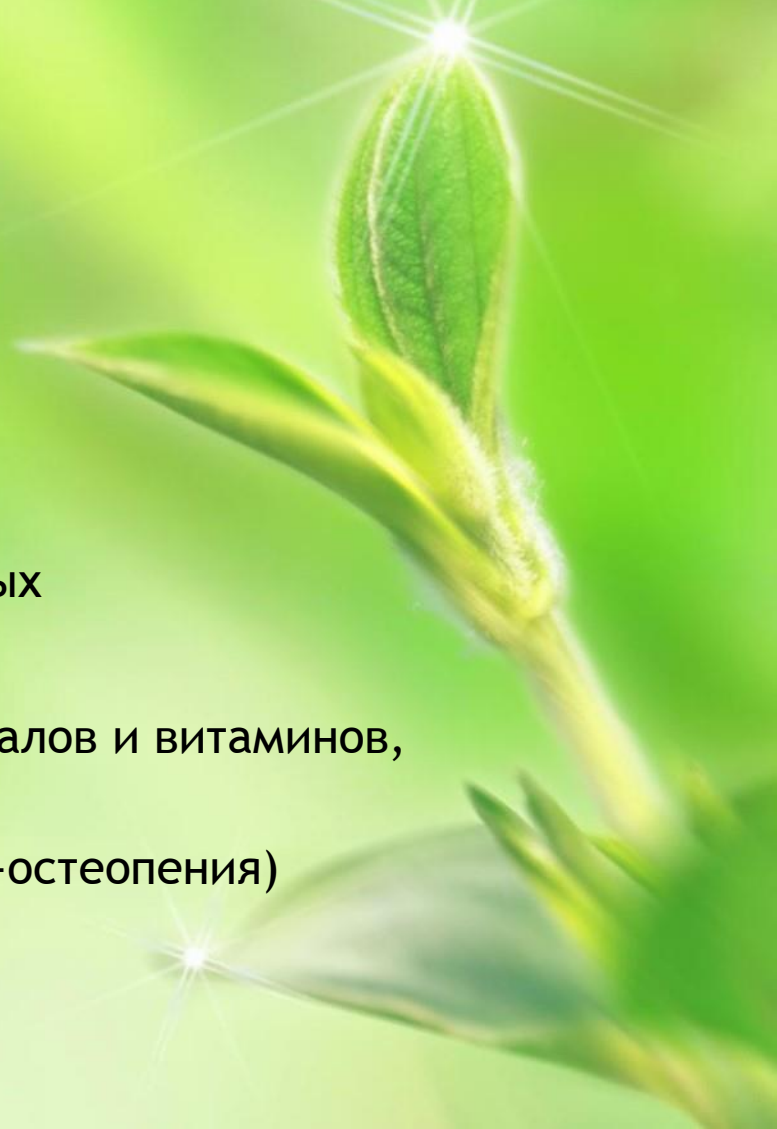
Диоскорея - предшественник прегненолона

Холестерин как предшественник стероидных гормонов

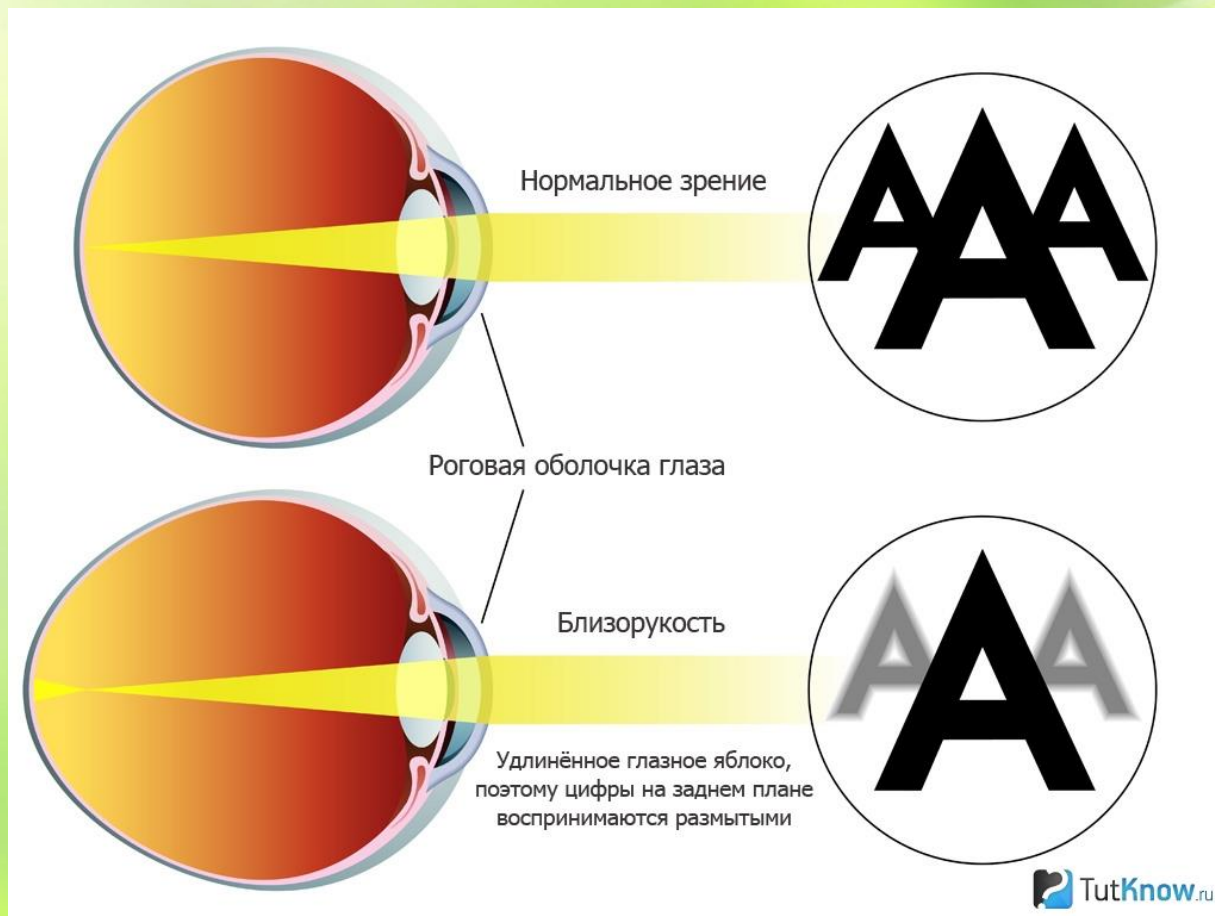


Старости нет - есть...

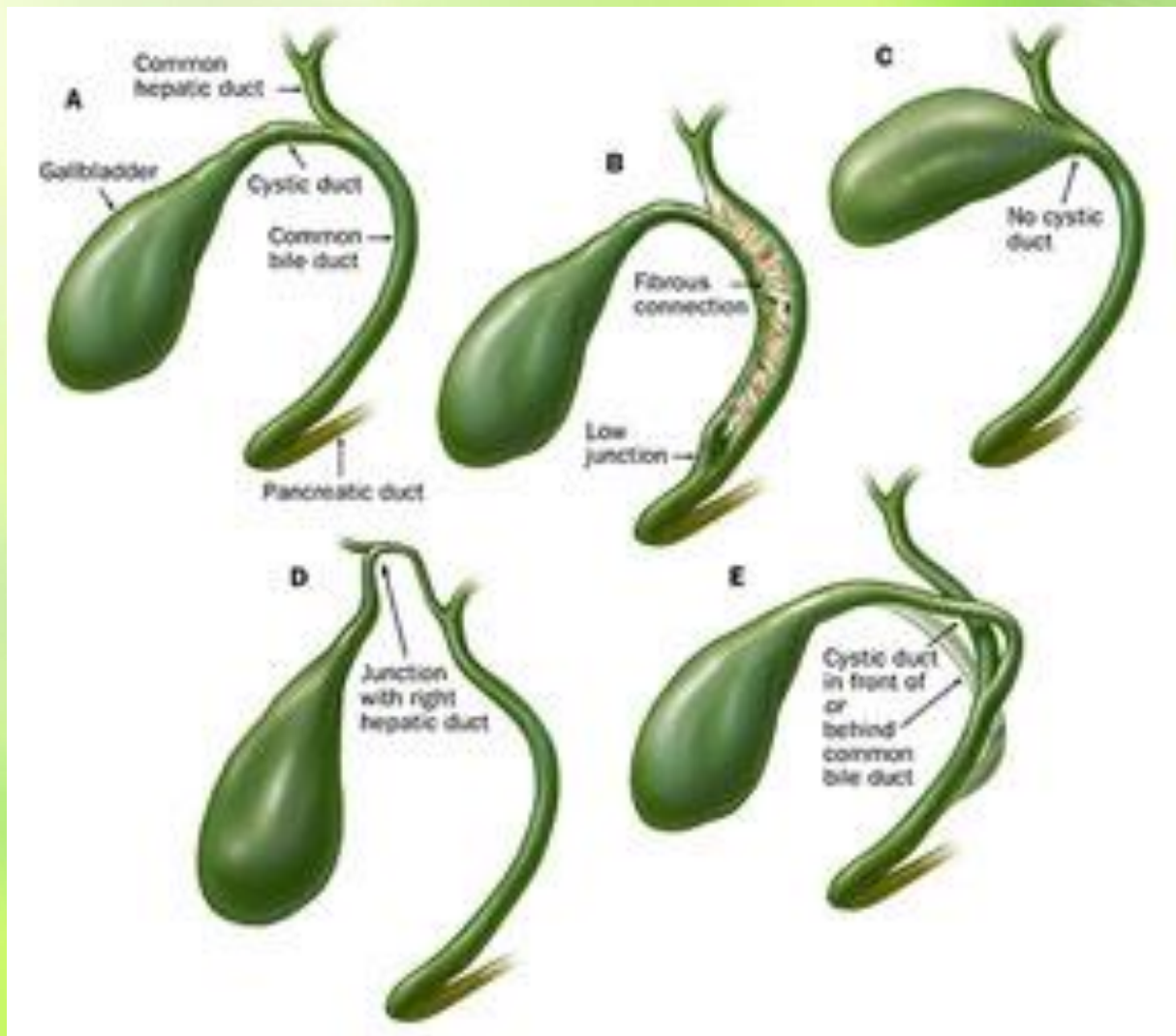
- Снижение ферментативной активности
- Снижение гормональной активности
- Закисление внутренних сред
- Загрязнение внутренних сред
- Повреждение свободными радикалами
- Повреждение глюкозой
- Тихое воспаление в тканях
- Победа грибов и прочих условнопатогенных
- Дегидратация
- Дефицит жизненно важных жиров, минералов и витаминов, белковая недостаточность
- Потеря белковой компоненты тела (сарко-остеопения)
- Миофасциальные нарушения
- Снижение количества коэнзима Q10



Близорукость



Дискинезия ЖВП



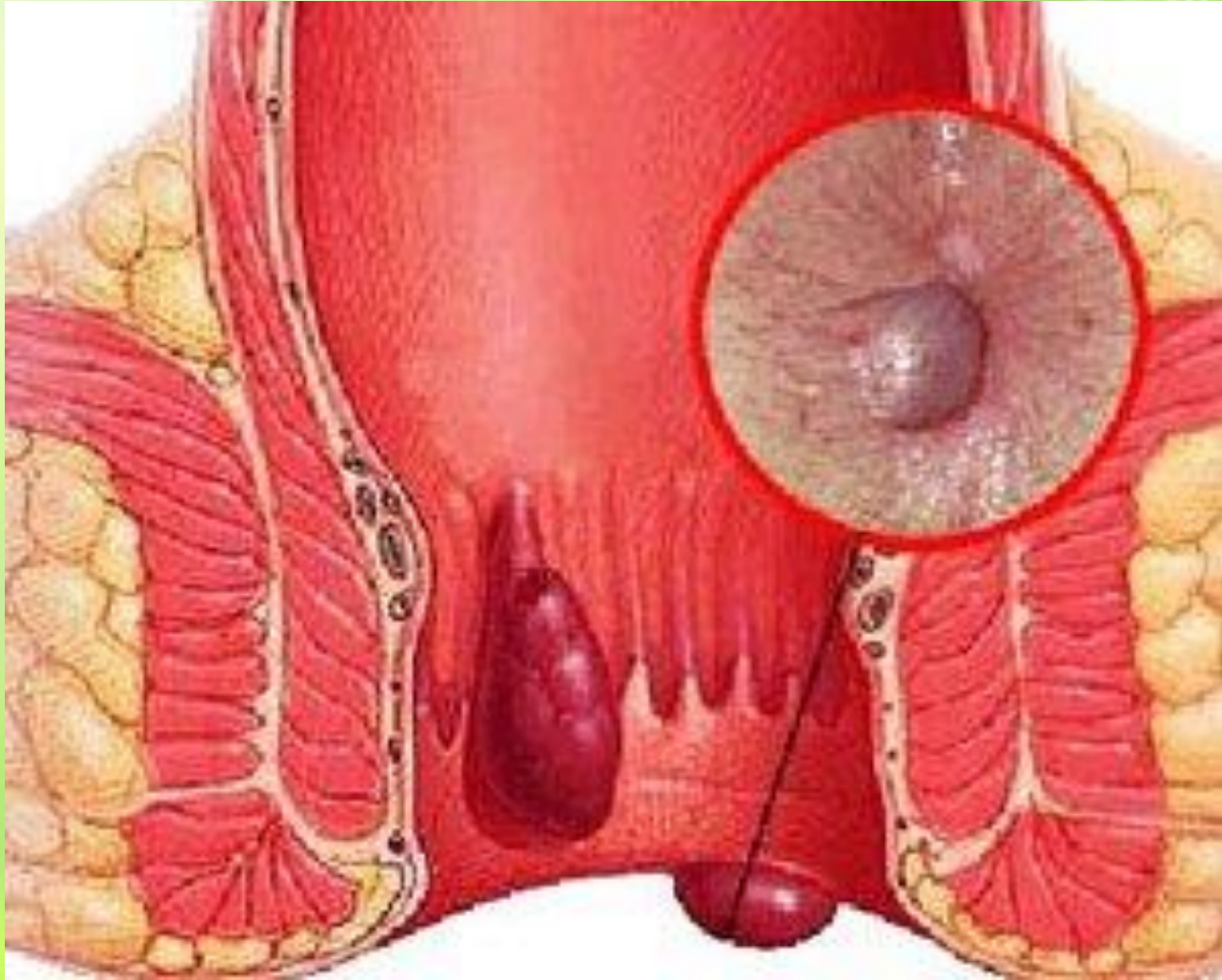
Пролапс митрального клапана



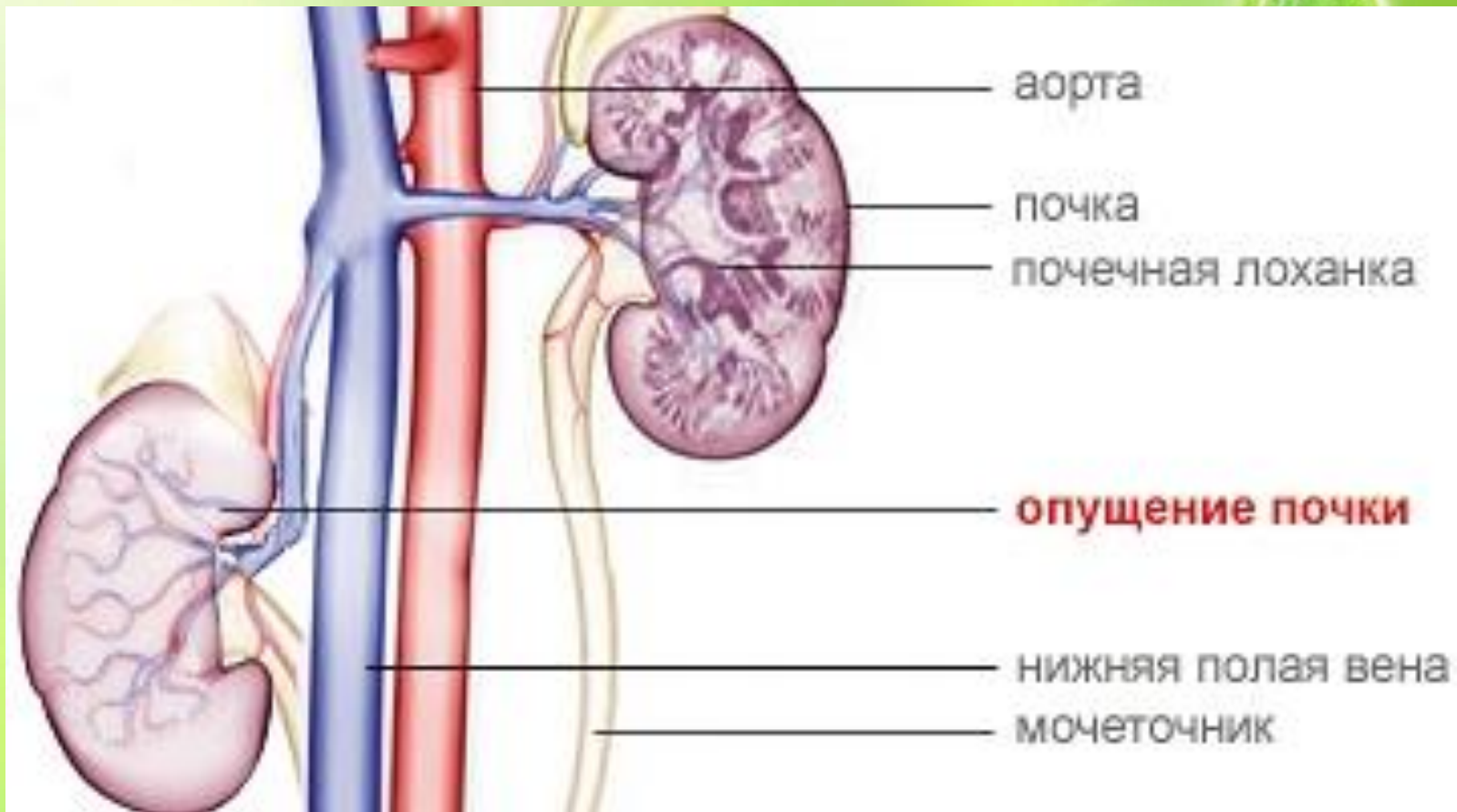
Варикозное расширение вен



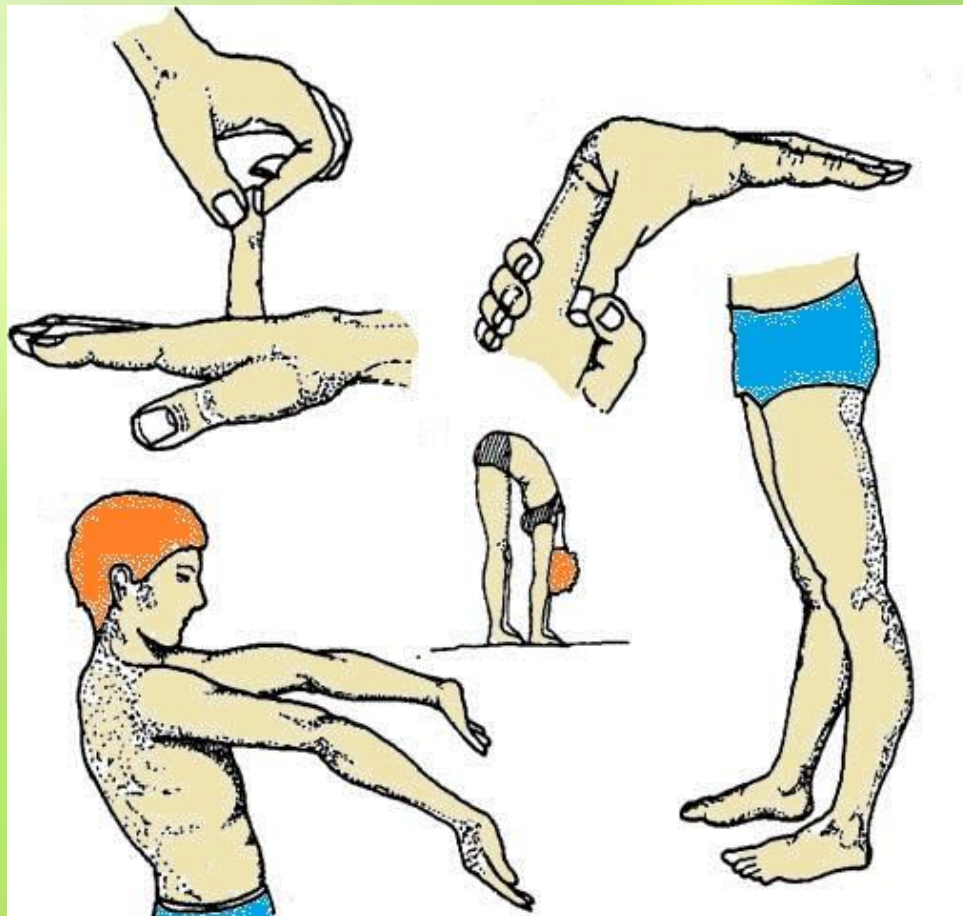
Геморрой



Опущение внутренних органов



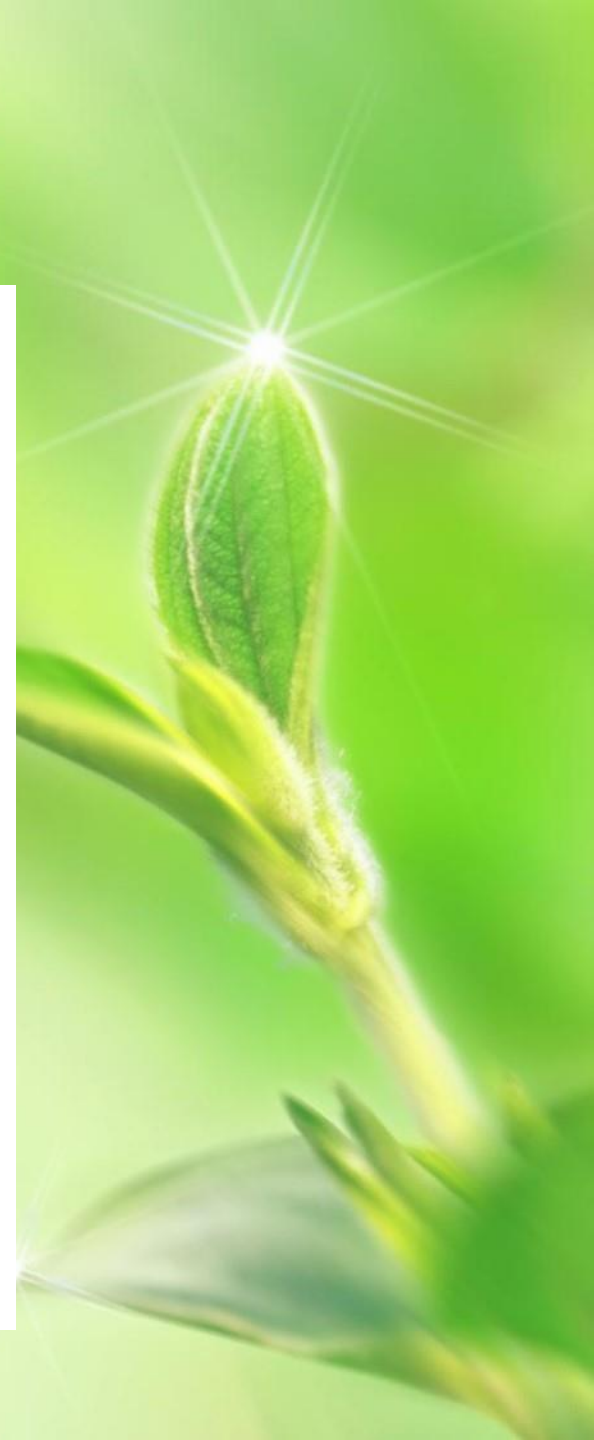
Разболтанность суставов



Пародонтоз и кисты



Патология скелета

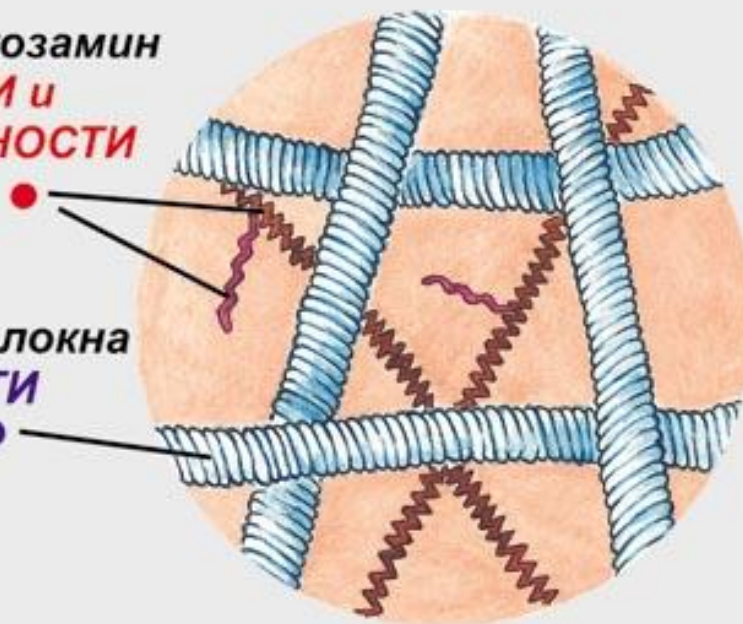


Синтезируйте хрящ!!!

Молекулярная структура хряща

хондроитин и глюкозамин
для **УПРУГОСТИ** и
ВЛАГОНАСЫЩЕННОСТИ

коллагеновые волокна
для **ПРОЧНОСТИ**



Растяжки



Поликистоз яичников



Поликистоз яичника



Нормальный яичник

Что делать?

1. Белковая обеспеченность
2. Органическая сера (МСМ) по 1 3 раза с едой
3. Витамин с по 1 в день с едой
4. Поливитаминный минеральный комплекс суперкомплекс по 1 2 раза с едой или ТНТ по 2 мерке в день
5. Проверить гемоглобин и ферритин



Косметика в таблетке



Что делать?

- Суточная доза белка
- Витамин С в дозе 1 грамм
- Органическая сера по 1 3 раза
- Хондропротекторы - глюкозамин 1500 мг в день, хондроитин по 1200 мг в день
- Адекватная физическая нагрузка



ревматоидная боль в суставах



Здоровый
коленный сустав



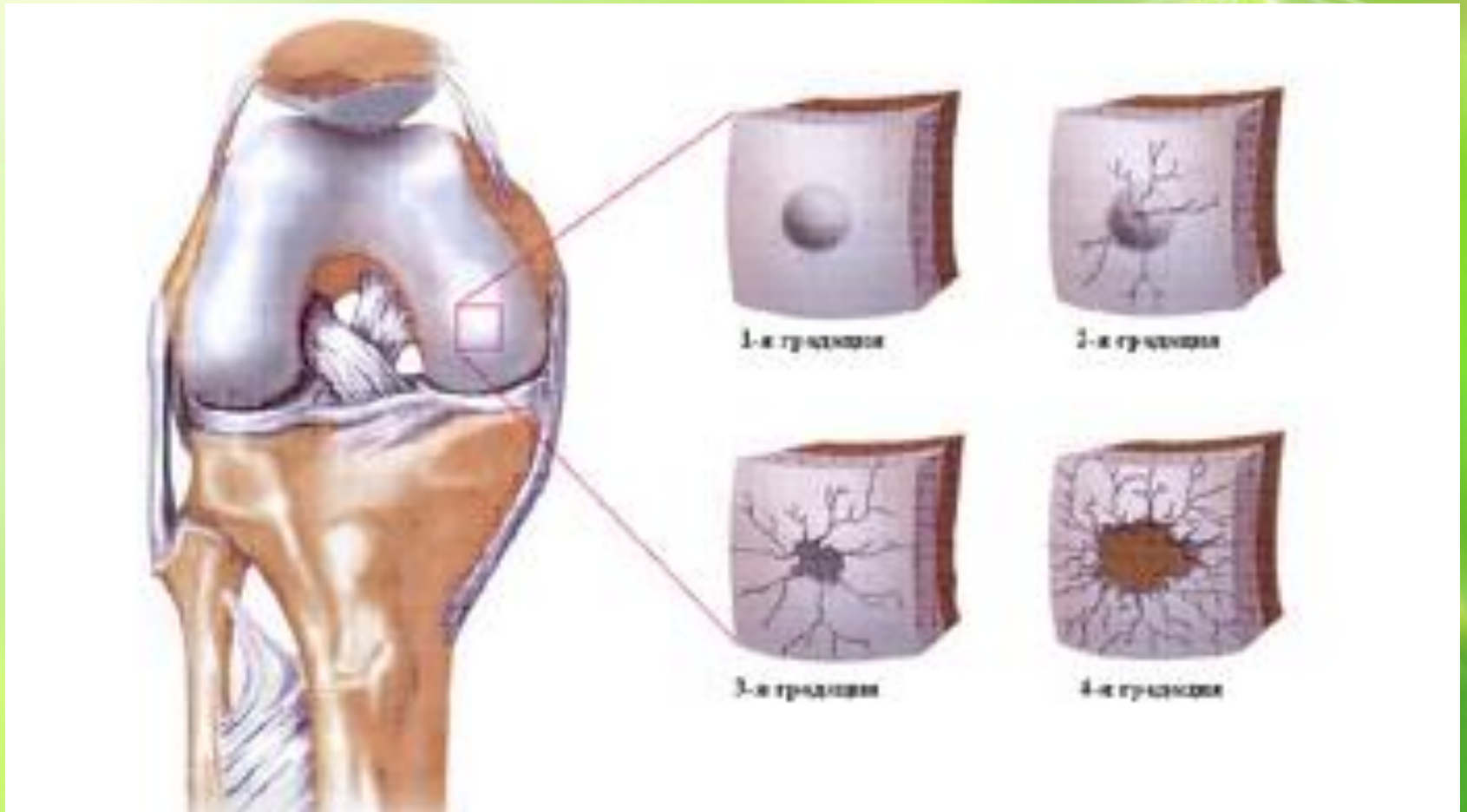
Сустав, пораженный
остеоартрозом



ревматоидная боль в суставах



ревматоидная боль в суставах



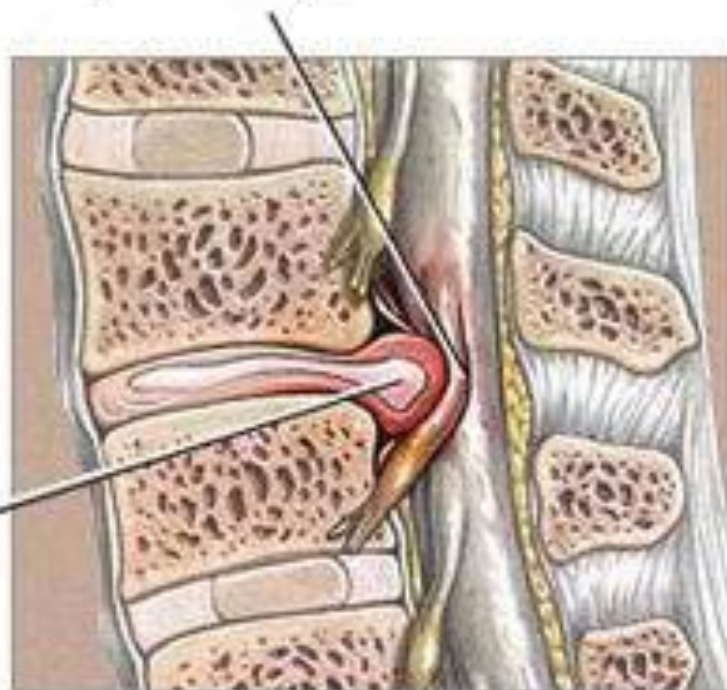
ОБМЕН ВЕЩЕСТВ В ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ



боль в спине



Сдавленный поясничный нервный корешок



Грыжа диска

Конечно, будет болеть!

Начальная
дегенерация диска



Протрузия диска



Грыжа
межпозвоночного
диска



Скорая помощь. Подарок ревматологов

- Коралловый кальций по 1 мерке в 1 литре воды попить в течение дня
- Омега 3 по 2 3 раза
- Сок Нони по 1 столовой ложке держать под языком 3 раза в день



	Глюкозамина сульфат	Глюкозамина гидрохлорид
Препараты	дона, артра	Наш родной НСП
Процент содержания чистого вещества	59-65%	83-88%
Всасывание	80%	95%
Стабильность	Нестабильный, требует стабилизации консервантами, 400 мг поваренной соли (это суточная доза соли), иногда и аспарат (см. выше)	Стабильный, не нуждается в консервантах
Производство	Более дешевое. из отходов хитина морских ракообразных (креветок, крабов и лобстеров) на фермах Южно-Китайского моря. Для более быстрого роста ракообразных на фермах широко применяются гормональные кормовые добавки.	Из шелухи от кукурузы. Продукт перемалывается и ферментируется для получения глюкозамина гидрохлорида. Такой продукт имеет несравнимо более высокую химическую чистоту и 100% не содержит животного белка, способного вызвать аллергию
Побочные реакции	Задержка воды (из-за соли), аллергические реакции, обострение фенилкетонурии (аспартам), разжижение стула	-

Косметика в таблетке

