



AD MEDICINE

Библиотека практикующего консультанта

# КОЛЛОИДНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Электронное информационно-методическое издание

С 1 декабря  
2013 года!



## «Распустились» ПОЧКИ?

Болезни почек  
встречаются всё  
чаще. В России от них  
страдают уже около  
4 % населения,  
в основном женщины.  
Лечебное питание  
является важной  
составляющей терапии  
и повышает её  
эффективность



# Диета при заболевании почек: основные принципы

Любые заболевания почек приводят к нарушению деятельности различных органов и систем организма.

В первую очередь это связано с накоплением в крови продуктов метаболизма и нарушением кислотно-основного и водно-электролитного равновесия.

Питание при болезнях почек должно быть регулярным и дробным. Лучше всего есть небольшими порциями 4–6 раз в сутки.

**Следует исключить из потребления продукты, богатые фосфором и калием, такие как сухофрукты, орехи, бананы, творог, субпродукты.**



## ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ ЖЕЛАТЕЛЬНЫ:

- овощи в свежем, отварном или тушёном виде;
- макаронные изделия и крупы;
- овощные супы;
- ягоды и фрукты;
- кисломолочные продукты (простокваша, кефир, сметана);
- сливочное и растительное масло;
- компоты и кисели;
- отвар шиповника;
- некрепкие чай и кофе.

## ДИЕТА ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПОЧЕК ПРЕДУСМАТРИВАЕТ ОГРАНИЧЕНИЕ И ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ МЕНЮ СЛЕДУЮЩИХ ПРОДУКТОВ:

- мясные и куриные бульоны;
- грибы;
- шоколад;
- чеснок и лук;
- бобовые;
- редис;
- острые и пряные блюда.

## ОГРАНИЧЕНИЕ БЕЛКА

В результате белкового обмена образуются азотистые шлаки, которые с трудом удаляются большими почками и постепенно накапливаются в крови. В то же время белок – важный строительный материал для клеток организма, поэтому речь идёт именно о его ограничении, а не полном исключении из рациона. Из белковой пищи рекомендуется употребление нежирных сортов мяса и рыбы в небольшом количестве. Эти продукты нужно отваривать или тушить, но не жарить. Можно есть куриные яйца.

Строгая безбелковая диета при заболевании почек должна соблюдаться не более 1–2 недель, так как самочувствие больного от резкого ограничения белка может ухудшиться.

При незначительном нарушении почечных функций не требуется ограничения белка в диете. Достаточно 1–2 раза в неделю устраивать разгрузочные дни.

## ОГРАНИЧЕНИЕ СОЛИ

Соль следует ограничивать в тех случаях, когда заболевание почек приводит к повышению артериального давления и значительным отёкам. В этом случае в блюда во время приготовления вообще не кладут соль, больной солит их сам: разрешается употреблять 2–3 г соли в день (примерно половина чайной ложки). Надо учитывать, что многие готовые продукты содержат большое количество соли.

Это относится и к хлебу. Поэтому лучше покупать специальную несоленую выпечку или выпекать хлеб самостоятельно. По этой же причине нельзя есть готовые сосиски и колбасы, копчёности, соленья и маринады, твёрдый сыр. Нельзя также употреблять солёную рыбу, пить минеральную воду высокой минерализации и какао.

## РАЗГРУЗОЧНЫЕ ДНИ

При патологии почек полезны разгрузочные дни, во время которых можно употреблять только определённый продукт, например, фрукты и ягоды, овощи, соки, овсянку, арбуз.

В фруктово-ягодный разгрузочный день следует употребить в пищу 1,5 кг фруктов или ягод в сутки, разделив их на 5 приёмов. Арбузный день – это разновидность фруктового, арбуз также оказывает положительное влияние на функцию почек. По такой же схеме строятся овощные разгрузочные дни: 5 раз в день нужно есть овощи в варёном, тушёном или свежем виде. Можно из них приготовить салат и заправить растительным маслом или нежирной сметаной. Особенно полезен для почек огуречный разгрузочный день.



# Нефрин Комплекс (Nephro Complex)

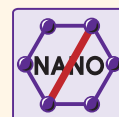
Для повышения  
эффективности  
проводимых  
лечебно-  
профилактических  
мероприятий при  
заболеваниях почек  
Компанией  
Эд Медицин создана  
специальная  
коллоидная  
фитоформула  
Нефрин Комплекс

Коллоидная фитоформула для  
нормализации функций почек,  
предупреждения отёчности и  
камнеобразования:

- Способствует уменьшению воспалительных явлений.
- Оказывает антисептическое и мочегонное воздействие.
- Препятствует образованию мочевых камней (за счёт растворимых соединений кремниевой кислоты) и способствует разрушению мочевых конкрементов.
- Способствует устранению отёков почечного и сердечного происхождения.
- Поддерживая и улучшая функции почек, способствует нормализации артериального давления при вазоренальных формах артериальной гипертензии.
- Обладая мочегонным эффектом, сохраняет водно-электролитный баланс в организме.



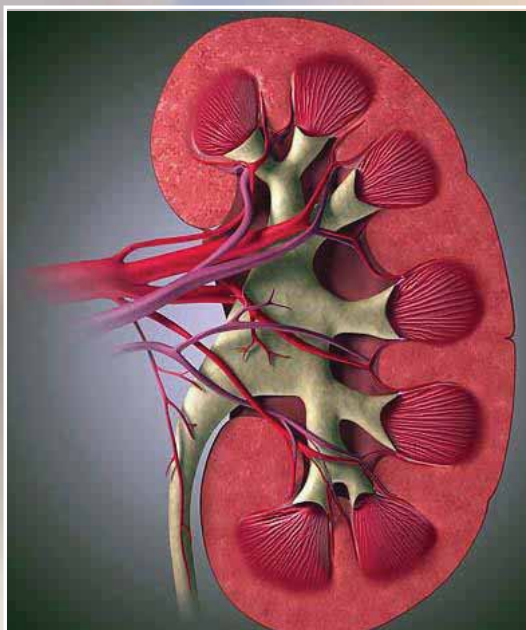
Код  
в прайс-листе  
Арго – 0821



## ПРИМЕНЕНИЕ НЕФРИН КОМПЛЕКСА

Нефрин Комплекс применяется в качестве биологически активной добавки – дополнительного источника витаминов С, В<sub>6</sub>, бета-каротина, цинка, магния, калия, селена, арбутина, силибина. Рекомендуются для профилактики и в качестве компонента комплексной терапии при следующих состояниях и заболеваниях:

- Воспалительные заболевания почек и мочевыводящих путей (хронический пиелонефрит, цистит) и токсические поражения почек.
- Мочекаменная болезнь, различные виды мочекаменных диатезов.
- Комплексная терапия гипертонической болезни, лёгочно-сердечной недостаточности.
- Состояние после операций на почках и мочевыводящих путях, в том числе после оперативного удаления конкрементов либо их экстракции дистанционной ударно-волновой литотрипсией.
- Комплексная терапия специфических заболеваний мочеполовой системы.









**БОЛЕЕ ПОДРОБНО** о заболеваниях почек и наиболее эффективных комбинациях коллоидных фитоформул вы сможете узнать на нашем вебинаре 28 ноября в 19:00 по московскому времени.

## **ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ ЦЕНТРЫ ЭД МЕДИЦИН** Консультации доктора и информация о продукции Компании

 Консультации по Skype:  **ad-consult**



**8-800-700-36-12**  
Бесплатно в России



**Россия**

Москва +7 (495) 661-36-12

Владивосток +7 (924) 336-35-66



**Украина** +38 (093) 667-93-50




**Казахстан** +7 (777) 890-50-81



**Беларусь** +375 (29) 5-891-891

[www.admedicine.ru](http://www.admedicine.ru)

[vopros.admedicine.ru](http://vopros.admedicine.ru)

**КОЛЛОИДНОГО ЗДОРОВЬЯ  
И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ ВМЕСТЕ С  AD MEDICINE**