



# Все болезни от нервов?!

Подготовил Вадим Донцов



*Нередко можно услышать, что мы живем в эпоху стрессов. Само понятие «стресс» уже перешло из медицинских терминов и прочно укоренилось в повседневном речевом обиходе, при этом редко задумываемся об истинной его опасности для нашего здоровья.*

«Стресс». Что это такое? Каждый человек понимает его по-своему. Кто-то говорит о стрессе, вызванном монотонной работой, кто-то связывает с работой за компьютером, кто-то с огромным потоком информации, а другие — с выходом на пенсию. К возникновению данного состояния у фармацевтов может привести постоянное общение с клиентами, нередко конфликтными, а у домохозяйки — бытовая неустроенность и семейные проблемы. И каждый из нас по-своему прав.

Стресс — это комплекс физиологических и психологических реакций организма, развивающихся в результате воздействия на него физических и психологических перегрузок. Эти перегрузки называются стрессорами. В повседневной жизни мы часто сталкиваемся с разного рода стрессорами. Они могут быть самой различной природы — резкие перепады температур, характерные для нашего региона, большие физические нагрузки, эмоциональные потрясения и даже решение сложной задачи. Также необходимо учитывать тот факт, что многие люди в стремлении обеспечить себя и свою семью (особенно в условиях экономического кризиса) физически и интеллектуально (а вследствие и эмоционально) перегружают себя, работая свыше

физиологической нормы. Таким образом, они становятся подверженными хроническому стрессу, вызванному физиологической и психологической необходимостью реадaptации.

Стрессу подвержены люди разных возрастов, социальных групп и профессий. Не обязательно быть руководителем крупной компании или отвечать за многомиллионные финансовые потоки для того, чтобы постоянно испытывать его... В наше время стрессу подвержены даже школьники и студенты, на которых из телеэкранов и Интернета обрушивается масса различной информации, не говоря уже об экзаменационном периоде. В особую «группу риска» входят те, кто непосредственно контактирует в своей работе с другими людьми. Это менеджеры, рекрутеры, продавцы, журналисты, работники сферы услуг, диспетчеры и медицинские работники. Большинство из нас, как говорят психологи, живет в «режиме неопределенности и неоправданных ожиданий» — в состоянии ежедневного стресса.

С наступлением весенне-летнего сезона негативные последствия хронического стресса у некоторых категорий населения могут усилиться. У школьников и студентов — в связи с подготовкой к выпускным и вступительным экзаменам, сессии. У работников умственного труда, управленцев различных звеньев, людей, деятельность которых связана с большими объемами информации, ухудшение состояния может спровоцировать бурная деловая активность и «подгонка хвостов» в предпусковой период. Для многих пожилых людей могут быть стрессом перепады погоды,



которые сопровождаются подобными симптомами, и, кроме ЦНС, возможны сбои в работе сердечно-сосудистой системы.

Поскольку ЦНС является наиболее уязвимым и «сложно организованным механизмом», при стрессе организм начинает давать сбои не в каком-то одном месте, а «рушится» сразу весь.

Стресс способствует тому, что из строя выходят ослабленные системы организма. Развитие таких заболеваний, как язвенная болезнь, бронхиальная астма, ишемическая болезнь сердца, гипертония, способны ускорить длительный или сильный стресс. В результате появляются депрессивные или невротические, тревожные расстройства, которые очень снижают качество жизни людей. Неустойчивое эмоциональное состояние при стрессе влияет на наше здоровье, обуславливая ухудшение памяти и внимания, плохое настроение, повышение нервозности, тревожности, головные и кардиальные боли, головокружение, расстройства сна, увеличение артериального давления, обострение хронических заболеваний, снижение иммунитета. Опасность этих состояний в том, что со временем они трансформируются в серьезную патологию — нарушение сердечного ритма, инсульт, инфаркт, гастрит, язвенную болезнь, депрессию и пр. Также стресс становится причиной развития астеноневротического синдрома, проявлением которого являются синдромы хронической усталости и профессионального выгорания.

Подобные состояния требуют лечения, но эффект от него, скорее всего, будет временным, потому что причина заболевания не ликвидируется, ведь не все способны в корне изменить свой образ жизни. Специалисты советуют начать с утренней зарядки, занятий йогой, аутотренинга и релаксации, что не так-то просто. Психологи рекомендуют воспринимать жизнь такой, какая она есть, не заниматься постоянной самокритикой и любить себя. Но это всего лишь слова и советы, хоть и полезные. Немногие из нас способны кардинально измениться. Мало кто готов оплачивать услуги психологов, психотерапевтов и психоаналитиков без гарантий получить положительный результат.

К тому же, что делать, если уже имеются проявления хронического действия стресса? Конечно же, подобрать эффективное и безопасное медикаментозное средство. Однако многие препараты, применяемые при стрессе, предназначены для лечения его последствий. А для эффективной борьбы с ним необходимо лекарство, которое бы защищало от его действия и снижало риск стрессогенных заболеваний. Именно таким является

**ВАЗАВИТАЛ®** — комплекс, дающий организму вещества для «активной защиты от стресса». **Мозг, получая необходимые вещества, работает по-другому, эффективнее, и то, что еще недавно было значительным стрессовым фактором, станет обычной рабочей нагрузкой.** Это и есть «активная защита от стресса». **ВАЗАВИТАЛ®** — комплексный растительный препарат, который:

- улучшает общее и мозговое кровообращение;
- улучшает память, повышает способность к обучению и усвоению больших объемов информации;
- повышает умственную и физическую работоспособность;
- защищает и лечит от истощения нервную систему;
- предотвращает образование тромбов, снижает риск инсульта и инфаркта;

## Стресс-тест

Чтобы разобраться, находится человек под действием стресса и существует ли опасность для его здоровья, можно провести экспресс-тест, отметив наличие или отсутствие данных симптомов «+» или «-»:

1. Ощущение усталости, не проходящее после ночного сна.
2. Снижение физической выносливости, мышечная слабость.
3. Нарушения сна (бессонница или, наоборот, дневная сонливость).
4. Частая смена настроения.
5. Раздражительность, нервозность.
6. Повышенная тревожность.
7. Беспричинная агрессивность.
8. Повышенная обидчивость.
9. Ощущение тоски, апатии.
10. Склонность к депрессиям.
11. Невозможность расслабиться.
12. Снижение мотивации и энтузиазма.
13. Снижение интеллектуальной активности.
14. Нарушение концентрации внимания, рассеянность.
15. Ухудшение памяти, забывчивость.
16. Снижение сексуальной активности.
17. «Заедание» проблем.
18. Нарушение функций желудочно-кишечного тракта.
19. «Скачки» артериального давления.
20. Нарушения сердечного ритма.
21. Боли в области сердца.

Если у вас > 5 знаков «+», то в ближайшее время необходимо менять ситуацию, образ жизни, поскольку это свидетельствует о состоянии хронического стресса; ≥ 15 знаков «+» — серьезная угроза для психического и физического здоровья, когда необходима помощь специалистов.





- предупреждает и устраняет головокружение, шум в ушах, повышает остроту слуха;
- способствует восстановлению пораженной сетчатки и сосудистой оболочки глаза;
- ускоряет восстановление нарушенных функций в результате инсульта, инфаркта и после черепно-мозговой травмы;
- способствует активному долголетию и замедляет процесс старения организма.

Важно обратить внимание на основные компоненты препарата **ВАЗАВИТАЛ®**:

1. **Экстракт листьев гинкго билоба**, который улучшает общее и мозговое кровообращение, уменьшает отеки и самое главное — улучшает память.
2. **Комплекс витаминов (В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, РР, Р, С)** способствует процессу восстановления тканей, повышает сопротивляемость стрессу, усиливает иммунитет, обеспечивает антиоксидантную защиту клеток (витамин С). Витамины группы В жизненно необходимы для нормального функционирования нервной системы, а РР и Р — улучшают тонус сосудистой стенки.
3. **Пчелиная обножка (цветочная пыльца)**. Именно она делает **ВАЗАВИТАЛ®** не просто оригинальным, но и более эффективным за счет того, что ее компоненты усиливают действие активных веществ, входящих в состав препарата. Пыльца — мощнейшее природное укрепляющее средство, особенно эффективное в реабилитационном периоде после инфарктов, инсультов и черепно-мозговых травм. Она содержит более 240 биологически активных веществ, что превосходит все существующие поливитаминно-минеральные комплексы. Способствует повышению производительности умственного труда за счет богатого аминокислотного состава, значительно увеличивая возможности мозга, повышает остроту и силу его восприятия.



По мнению профессора, заведующего отделом нейрофармакологии Института фармакологии и токсикологии НАМН Украины Л.А. Громова, гинкго билоба — это «золотой стандарт» ноотропных средств (улучшающих память и умственную деятельность) растительного происхождения. Но клинический опыт показывает, что монотерапия не до конца эффективна и желательно использовать комбинированный препарат. По влиянию на умственную работоспособность **ВАЗАВИТАЛ®** превосходит монопрепараты, содержащие гинкго билоба. Результаты клинических исследований свидетельствуют о его высокой эффективности действия и благоприятном профиле безопасности<sup>1</sup>.

**ВАЗАВИТАЛ®** показан взрослым для профилактики, а также в комплексном лечении:

- дисциркуляторной энцефалопатии с нарушениями внимания, памяти, восприятия, снижением интеллекта;
- начальной стадии болезни Альцгеймера;
- нейросенсорных нарушений (шум в ушах, снижение слуха, головокружение);
- диабетической ретинопатии;
- артериопатии нижних конечностей (боль при ходьбе, трофические нарушения);
- синдрома Рейно.

Также применять **ВАЗАВИТАЛ®** можно и здоровым людям как «витамины для мозга», что особенно важно для учащихся, студентов и интенсивно работающих.

Однако всегда помните о вреде самолечения, обращайтесь к специалистам, перед применением препарата **ВАЗАВИТАЛ®** ознакомьтесь с инструкцией. Учитывайте и противопоказания, к которым относятся: повышенная чувствительность к компонентам препарата, камни в почках и выраженные нарушения их функции, тромбоз, обострение язвенной болезни, подагра, гиперурикемия. При его приеме изредка возможна аллергическая реакция, диспепсические явления, головная боль.

Благодаря уникальному составу и свойствам **ВАЗАВИТАЛ®** — это:

- эффективная профилактика стресса и лечение его последствий;
- комплексное решение проблем ухудшения памяти (улучшение кровоснабжения головного мозга и обменных процессов);
- профилактика инсульта и инфаркта;
- хорошая переносимость при максимальной безопасности.

Будем беречь свое здоровье вместе. А **ВАЗАВИТАЛ®** в этом — лучший помощник!