



ВНИМАНИЕ!!!

Данная статья написана не для того, чтобы напомнить Вам о еще одном (очередном) органе, а для того, чтобы Вы, ознакомившись с данной информацией, приняли решение конкретными действиями помочь себе быть здоровым и продлить свою драгоценную жизнь.

РИТМ

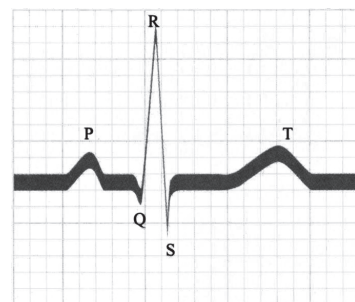
Ритм - это соразмерное чередование каких либо элементов, происходящее с определенной последовательностью, частотой.

К какому органу нашего организма оно применимо?

Конечно же, к сердцу! К органу-наосу размером с кулак, который постоянно работает, перекачивая обогащенную кислородом кровь через сеть кровеносных сосудов, общая длина которых в 2,5 раза превышает экватор Земли. К органу, который никогда не отдыхает, на протяжении всей жизни сокращаясь и расслабляясь со средней частотой около 70 раз в минуту, что, при средней продолжительности жизни, составляет примерно 3000 миллионов сокращений. Мы живем и практически никогда не задумываемся о том, что, если в нашем теле перестанет циркулировать обогащенная кислородом кровь, мы умрем через несколько минут. Мы знаем, что раз мы живы, значит сердце работает, но никогда не задумываемся над тем, что часто оно работает на пределе своих возможностей с надеждой, что, наконец, о нем позаботятся.



Когда мы молоды и хорошо себя чувствуем, то не замечаем, как работает сердце. Но с возрастом все чаще и чаще обращаем внимание на появляющиеся в области сердца сначала незаметные, а потом все более отчетливые болезненные ощущения, часто сопровождающиеся перебоями в его работе. В такие моменты мы понимаем, что СЕРДЦЕ НУЖНО БЕРЕЧЬ, но, к сожалению, проходит короткое время, и, погруженные в повседневную суету, мы вновь забываем о нем. Забываем о том, что сердце у нас одно на всю жизнь, в отличие от, например, зубов, которых 32; что при заболеваниях сердца медицина не всегда вовремя может прийти нам на помощь и часто бывает бессильна.



Когда мы молоды и хорошо себя чувствуем, то не замечаем, как работает сердце. Но с возрастом все чаще и чаще обращаем внимание на появляющиеся в области сердца сначала незаметные, а потом все более отчетливые болезненные ощущения, часто сопровождающиеся перебоями в его работе. В такие моменты мы понимаем, что СЕРДЦЕ НУЖНО БЕРЕЧЬ, но, к сожалению, проходит короткое время, и, погруженные в повседневную суету, мы вновь забываем о нем. Забываем о том, что сердце у нас одно на всю жизнь, в отличие от, например, зубов, которых 32; что при заболеваниях сердца медицина не всегда вовремя может прийти нам на помощь и часто бывает бессильна.

Большинство из нас живет и не знает статистических данных о том, что в Украине 62,5% людей умирают преждевременной смертью от болезней, связанных с нарушениями работы сердца, среди которых: аритмия, атеросклероз, гипертоническая болезнь, гипотония, инсульт, инфаркт миокарда, ишемическая болезнь сердца, миокардит, перикардит, сердечная астма, сердечная недостаточность, стенокардия (грудная жаба) и др. На некоторых из них мы остановимся:

Атеросклероз. Это заболевание развивается годами и десятилетиями, оно является одной из основных проблем здравоохранения и ведущей причиной смертности от сердечно-сосудистой патологии. Атеросклероз приводит к таким болезням как: гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, нейроциркуляторная дистония, миокардиты и др. Антигипертензионные, мочегонные, липидоснижающие средства - названия всех этих препаратов стали звучать обыденно. Почему столько людей ежедневно принимают эти лекарства с такой аккуратностью? А все потому, что заболевания, вызванные нарушением работы сердца, очень часто приводят к инвалидности и даже смерти.

Болезнь, известная всем как **гипертония**, является самой частой причиной похода к докторам. Сегодня она заставляет врачей всего мира выписывать наибольшее количество рецептов. Как только у человека отмечается высокое давление, он становится гораздо более уязвимым перед другими заболеваниями и кандидатом на преждевременную смерть.

Инсульты и инфаркты являются основными причинами смертности во всем мире у людей с повышенным артериальным давлением. Высокое кровяное давление негативно сказывается на работе сердца. Оно начинает увеличиваться, как и любая мышца, которую постоянно нагружают. Кровообращение сердечной мышцы в дальнейшем нарушается и само сердце не может обеспечить себя кровью, поэтому нарушается его работа и ритм сокращений.



Кровяное давление - это сила, с которой кровь проталкивается по артериям. Оно зависит от того, с какой силой сокращается сердечная мышца, преодолевая сопротивление периферических кровяных сосудов. Нормальным считается давление до 140 x 90. При его измерении мы видим два числа, потому что измеряется два давления. Первая цифра обозначает систолическое давление, показывающее фазу сердечного цикла - систолу, когда сердце сокращается и толкает кровь через аорту, то есть через главную артерию организма, вторая - диастолическое давление, которое показывает состояние сосудов периферического русла. Чем уже и малоподвижнее артерии, тем выше будет давление. Степень отсутствия эластичности сосудов как раз и показывает, какое сопротивление должно преодолеть сердце, чтобы перекачать кровь. Чем больше плотность стенок сосудов, тем больше нагрузка на сердце. Вот почему важно, чтобы стенки сосудов были эластичными.

Руководит биением сердца нервная структура, называемая «водителем ритма», посылающая через постоянные интервалы времени нервные импульсы на сердечную мышцу. Нарушения циркуляции этих сигналов вызывают сбои в работе сердечной мышцы - аритмию: пропуски, судорожное внеочередное сокращение. Аритмия развивается у больных с заболеваниями системы кровообращения, как осложнение течения основного заболевания. Причинами сбоя в работе «ритмоводителя» являются: недостаток витаминов и минералов, лецитина, некоторых аминокислот, недополучение с пищей полиненасыщенных жирных кислот, недостаточное поступление в организм кофермента Q10.

Несмотря на то, что во всем мире причиной смертности №1 являются болезни системы кровообращения, в развитых странах мира все больше и больше людей научились избегать заболеваний сердца и продлевать жизнь. Об этом ярко свидетельствуют данные, приведенные в таблице.

Вы, конечно же, обратили внимание на тот факт, что временные показатели смертности во всех приведенных странах уменьшаются, а в Украине - увеличиваются. Почему? Потому, что факторов*, которые приводят к росту числа сердечных заболеваний, с каждым днем становится все больше, а со стороны Минздрава и правительства полностью отсутствует информированность населения о положении дел в данной области (статистических данных) и мерах профилактики. Вот и выходит, что мы должны сами заботиться о своем здоровье.

Спасибо Богу, есть в нашей стране патриоты, которые заботятся о здоровье своих граждан. Одни из них разрабатывают и производят эффективные натуральные препараты (фитокомплексы), другие информируют население о важности профилактики заболеваний и предлагают варианты.

СМЕРТНОСТЬ ОТ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА (на 100 тыс. населения в среднем в год)			
Страна	1960 год	1970 год	2007 год
США	266,4	258,7	124,5
Великобритания	204,9	183,5	47,6
Финляндия	246,8	214,4	173,1
Италия	145,6	94,9	64,6
Япония	61,5	38,2	24,7
Австралия	236,15	226,2	123,4
Коста-Рика	72,5	66,7	104,8
Украина	243,8	360,1	893,12



Состав:

- Прозеры (проросшие зерна овса, пшеницы, кукурузы)
- Сушеница топяная
- Донник лекарственный
- Каштан конский
- Кордицепс
- L-карнитин
- Кофермент Q-10
- Витамин B5, B6
- Аргинин
- Лецитин
- Таурин
- Магний

Сегодня нормализовать работу сердца и, следовательно, всей сердечно-сосудистой системы можно с помощью разработанного украинскими учеными фитокомплекса «Ритм», клинические испытания которого показали высокую эффективность. В его состав вошли только натуральные ингредиенты, которые нетоксичны, не вызывают аллергических реакций, воспринимаются организмом как концентрированная, легко усваиваемая пища.

Лечиться ли от неизлечимой, с точки зрения современной медицины, болезни сердца или оздоровить сердечно-сосудистую систему в целом и навсегда освободиться от угрожающего жизни диагноза? Выбор за Вами.

Желаю Вам крепкого здоровья.

Врач Н.Шалита

*Факторы, приводящие к росту числа сердечных заболеваний: малоподвижный образ жизни; частые стрессы; неудовлетворительная экологическая обстановка; рацион питания с повышенным содержанием жиров и употребление обработанных, рафинированных и синтетических пищевых продуктов, что приводит к недостаточному поступлению в организм аминокислот, витаминов, минералов и других жизненно необходимых биологически активных веществ; употребление некачественной воды и множество других.

