



Гипертония проявляется не сразу, она часто заявляет о себе, когда ситуация уже достаточно сложная. Как не упустить время? Что делать, чтобы не допустить развития болезни?

Доктор Нонна, академик РАЕН, академик Нью-Йоркской академии технологических и общественных наук, создатель продукции «Dr. Nona».

Гипертония – очень коварный недуг. Поскольку вначале она протекает бессимптомно, и почти треть больных даже не подозревают, что у них гипертония. Она же может проявляться самыми разными способами – в виде инсультов, инфарктов, заболеваний почек, глаз и многими другими.

Поэтому будьте внимательны, если у вас периодически или регулярно бывают:

- головные боли
- головокружения
- учащенное биение сердца
- потливость
- покраснение лица
- ощущение пульсации в голове
- озноб
- тревога
- ухудшение памяти
- внутреннее напряжение
- раздражительность
- снижение работоспособности
- мушки перед глазами
- отеки век и одутловатость лица по утрам
- набухание рук и онемение пальцев.

Так может проявляться гипертония.

Перечисленные недомогания могут беспокоить не постоянно, а лишь иногда, а после отдыха и вовсе отступать. Увы, это еще не повод для оптимизма, а лишь проявление особого коварства гипертонии.

Как же не пропустить начало болезни?

Надо приобрести аппарат для измерения давления и следить за своими показателями: 110 /70 – для молодых и 140/90 – для среднего возраста.

Ошибочно думать, что повышенное давление можно нормализовать, пройдя определенный курс «хороших» лекарств. Увы, таких лекарств нет и быть не может. Если

давление повышено, то лечение должно быть постоянным. Препараты, снижающие давление, нужно принимать регулярно.

В дополнение к традиционным лекарствам, я рекомендую отвлекающие процедуры с применением препаратов компании «Dr. Nona».

Если вы чувствуете, что давление повысилось, нанесите «Грязевую маску для тела» компании «Dr. Nona» на воротниковую зону и на ноги.

Если вы уже знаете, что ваша проблема – гипертония, вам будут очень полезны следующие процедуры. Например, отвлекающий массаж с использованием «Динамического крема» «Dr. Nona».

Можно насыпать в широкую емкость соли Мертвого моря из «Квартета солей» компании «Dr. Nona» и 2–3 минуты походить по ней.

Хорошо помогают ножные ванночки с «Квартетом солей» «Dr. Nona». Во время процедуры закройте глаза, сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Представьте себе, что вы медленно спускаетесь по лестнице, считая каждую ступеньку – от десятой до первой.

Мысленно избавиться ото всех проблем можно с помощью такого упражнения. Закройте глаза и представьте себе, что рядом с вами большой сундук, подойдите к нему, откройте, сделайте глубокий вдох и выдохните в сундук воздух. А вместе с ним все свои проблемы, неурядицы и напряжение. Опустите крышку и поверните в замке ключ. Глубоко вздохните и откройте глаза.

Эти нехитрые приемы помогут вам успокоиться и расслабиться.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

За дополнительной информацией обращайтесь по телефону:

(495) 223-23-03 Москва, 8 800 333-31-03 Россия (звонок бесплатный).

В состав «Ежедневного шампуня» входят биоорганический комплекс, экстракты растений и эссенции масел. Питая кожу головы, шампунь успокаивает и одновременно бодрит, помогая стимулировать иммунную систему всего организма.

«Динамический крем» – это крем, в состав которого входит самая древняя клетка на земле – архебактерия Мертвого моря. Крем усиливает кровообращение, поднимает тонус и снимает усталость. Благодаря современной биотехнологии на базе биоорганического комплекса, удается стимулировать иммунную систему организма через кожу.

«Квартет солей» – это уникальная возможность испытать прелесть погружения в целебные волны Мертвого моря... в собственной ванне, для успокоения нервной системы, снятия умственного и физического переутомления, повышения жизненного тонуса.

