

ПРОГРАММА ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Мы предлагаем 2 варианта программ очищения. Первый, длительностью 2 месяца желательно проводить в весенне-летний период, 1-2 раза в год. Второй вариант – экспресс-очищение, лучше подходит для осенне-зимнего сезона, или для тех, кто регулярно, (более 4 раз в год) проводит очистку организма.

ГЛУБОКАЯ ОЧИСТКА ОРГАНИЗМА

1. Подготовка организма к очищению. 10 дней.

[Анкарцин](#) 1 капсула в день.

[Микотон](#) 1 чайная ложка на стакан воды с лимоном на ночь.

[Чистосил](#) 2 таблетки 2 раза в день перед едой.

2. Очищение кишечника, печени, крови и лимфы. 20 дней.

[Микотон](#) 1 чайная ложка 3 раза в день

[Инулин с селеном](#) 2 таблетки 2 раза в день.

[Мипро-Вит](#) по 1 таблетке 3 раза в день во время еды.

3. «Клеточное» очищение. 10 дней.

[Микотон](#) 1 чайная ложка 3 раза в день вечером.

[Анкарцин](#) 1 капсула в день.

[Мипро-Вит](#) по 1 таблетке 3 раза в день.

4. Очищение почек. 20 дней.

[Инулин с селеном](#) по 2 таблетки 2 раза в день.

[«Янтра Кристальная»](#) по 1 капсуле 3 раза в день.

ЭКСПРЕСС-ПРОГРАММА ОЧИЩЕНИЯ

1. Очищение кишечника и крови. 10 дней.

[Микотон](#) – 1 чайная ложка на полстакана воды (желательно с лимонным соком) 3 раза в день.

[Анкарцин](#) 1 капсула в день.

[Инулин с селеном](#) по 1 таблетке 2 раза в день с приёмом пищи.

2. Очищение печени, лимфы и очистка на клеточном уровне. 10 дней.

Продолжать приём [Микотона](#) и [Инулина с селеном](#) в тех же дозах.

[Анкарцин](#) по 1 капсуле 2 раза в день.

3. Нормализация клеточного обмена, насыщение кислородом. 10 дней.

[Анкарцин](#) по 1 капсуле 2 раза в день.

[Микотон](#) по 1 чайной ложке вечером.

ПРОГРАММА ВОССТАНОВЛЕНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Рекомендована лицам, восстанавливающимся после психологических травм или находящимся в неблагоприятных психоэмоциональных условиях.

Стресс может стать пусковым фактором различных заболеваний: это и гипертоническая болезнь, и язвенная болезнь 12-перстной кишки, и патология щитовидной железы, и аутоиммунные заболевания!

Цель программы – не дать возможность стрессу оказывать своё разрушительное действие на организм.

1. Нормализация нервной регуляции. 10 дней.

[Анкарцин](#) по 2 капсулы в день.

[Экстракт «Молодильный»](#) по 1 столовой ложке 2 раза в день.

[Релаксон](#) или [Антистресс](#) по 1 таблетке 3 раза в день.

[Нервостабил](#) по 2 таблетки вечером за 30 минут до сна.

2. Восстановление и укрепление нервной системы. 20 дней.

[Анкарцин](#) по 1 капсуле в день.

[Микотон](#) по 1 чайной ложке вечером на половине стакана воды с лимонным соком.

[Мипро-Вит](#) по 2 таблетки 2 раза в день.

[Релаксон](#) или [Антистресс](#) по 1 таблетке 3 раза в день.

После окончания программы желательно принимать [Мипро-Вит](#) по 2-3 таблетки в день на протяжении одного месяца.

АНТИАТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (ДЛЯ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ХОЛЕСТЕРИНА И УКРЕПЛЕНИЯ КРОВЕНОСНЫХ СОСУДОВ)

Комплекс рекомендован всем людям старше 40 лет. Атеросклероз – основная причина ишемической болезни сердца, инфарктов, инсультов, тромбозов и тромбозов. Отягощающие факторы, ускоряющие поражение сосудов – гипертоническая болезнь, сахарный диабет, хронические заболевания печени, ожирение различной степени.

Антиатеросклеротическая программа-комплекс направлена на

- Нормализацию липидного спектра крови
- Предотвращение поражения эндотелия сосудов атеросклеротическими бляшками
- Укрепление сосудов, улучшение микроциркуляции
- Улучшение мозгового кровообращения.

1-й месяц. Нормализация уровня холестерина, «чистка сосудов».

[Анкарцин](#) по 1 капсуле в день (первые 20 дней), затем по 2 капсулы в день (10 дней).

[Микотон](#) по 1 чайной ложке на половине стакана воды с добавлением лимонного сока 2-3 раза в день.

[Кардитон](#) или [Диоскорея плюс](#) по 1 капсуле 2-3 раза в день сразу после еды.

Инулин с селеном по 1 таблетке 2 раза в день.

2-й месяц. Укрепление сосудов, улучшение мозгового кровообращения.

[Микотон](#) по 1 чайной ложке вечером

[Гинкго Билоба Р.К.](#) по 1 таблетке в день вместе с приёмом пищи.

[Экстракт «Молодильный»](#) по 2 чайных ложки 2-3 раза в день.

3-й месяц. Укрепление стенок сосудов, оздоровление мозгового кровообращения.

[Вин-Вита](#) по 1 столовой ложке 2 раза в день. Людям с повышенной кислотностью желательно принимать [Вин-Виту](#) после еды, в разведенном виде (1 столовая ложка) на 1/3 – 1/2 стакана воды, можно с медом. При пониженной кислотности лучше принимать [Вин-Виту](#) за 5 -15 минут до еды в разведенном или чистом виде.

[Инулин с селеном](#) по 1 таблетке 2 раза в день.

[Мипро-Вит](#) по 2 таблетки 2 раза в день.

Во время проведения программы желательно следить за рационом питания: употреблять продукты, щадящие печень (исключить копчености, маринады, майонез) и со сниженным количеством холестерина. Предпочтение отдавать овощным блюдам, нежирным кисломолочным продуктам, фруктам и сокам. [Масло грецкого ореха](#) в качестве обогащение пищевого рациона ненасыщенными жирными кислотами употреблять по 1-2 столовых ложки 2-3 раза в день, можно добавлять в пищу.

Программу желательно повторять не реже 1 раза в год, в перерывах между проведением желательно принимать [Витакард](#) по 2 таблетки 2 раза в день 30 дневными курсами, чередуя с 20-30 дневными курсами [Микотона](#).

ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ

Эта программа имеет ряд особенностей.

- Длительность – программа для тех, кто готов последовательно идти к цели, программарассчитана на 3 месяца. Возможно, это немалый срок, но, сколько времени Вы живете с лишним весом ?
- Эффективность – программа для тех, кто раз или более принимал лекарственные средства или БАД для похудения и не получил ожидаемого эффекта или вес восстановился после курса приёма. Эта программа эффективна у тех, кто не может справиться с лишним весом из-за *нарушенного обмена веществ*.
- Мягкость – во время соблюдения программы, безусловно, необходимо сократить потребление калорий, По-возможности отказаться от сладостей и мучного, но при этом очень жестких ограничений в пище не нужно, не нужно сидеть на так называемых «кефирных», «капустных» или «рыбных» диетах. Все равно долго на них не высидишь, а за короткое время эффекта не получишь.

Во время соблюдения программы обязательно соблюдать 7 правил:

1. Каждый день утром пить натощак стакан воды (комнатной температуры или чуть теплой) с разведенным в ней медом (одна – две чайные ложки), можно добавлять немного лимонного сока.
2. Каждый день обязателен полноценный завтрак.
3. Каждый день после приёмов пищи или в промежутках между едой выпивать минимум 3 чашки (200- 250 мл) [чая «Янтра»](#) для коррекции фигуры (можно чередовать с зеленым чаем).
4. Каждый день перед обедом съесть 2 яблока средней величины, или один грейпфрут или 2 апельсина, можно заменять эти фрукты соответствующими свежееотжатыми соками.
5. Минимум 3 раза в неделю по полтора часа физической нагрузки (шейпинг, занятия в бассейне, лыжи, бег в сочетании со спортивной ходьбой).
6. С первого дня программы завести дневник питания, всегда носить его с собой и записывать туда всё съеденное и выпитое (включая конфетку, чашечку кофе, стакан воды). и в конце дня перечитывать страницу, зачеркивая «вредные продукты».
7. Полноценный сон. Сон должен быть не менее 8 часов в день.

1-й месяц.

Очищение организма, выведение шлаков, нормализация обменных процессов.

[Микотон](#): первые 10 дней по 1 чайной ложечке на ночь, следующие 20 дней по 3 чайных ложки 3 раза в день на 2/3 стакана воды с лимоном.

[Анкарцин](#): первые 5 дней по 1 капсуле в день, следующие 10 дней по 2 капсулы в день, далее 15 дней по 3 пакетика (капсулы) в день.

[Любава](#) (для женщин младше 42 лет) или [Бабье лето](#) по 2 капсулы 2 раза в день

[Инулин с селеном](#) по 2 таблетки 2 раза в день

2-й месяц.

Выведение из организма избытка воды, устранение целлюлита, снижение веса.

[Микотон](#) по 1 чайной ложке на ночь

[Грация Вита](#) по 2 капсулы 3 раза в день

[Мипро-Вит](#) по 1-2 таблетки 3 раза в день

3-й месяц.

Сжигание жиров, коррекция фигуры, закрепление результата.

[Биовит Стилайт](#) по 2 таблетки 2 раза в день.

[Биовит «Ананас и зеленый чай»](#) по 1 таблетке 3 раза в день

[Инулин с селеном](#) по 2 таблетки 2 раза в день

ПРОГРАММА ДЛЯ НОРМАЛИЗАЦИИ КИСЛОТООБРАЗУЮЩЕЙ ФУНКЦИИ ЖЕЛУДКА (ПРИ ПОНИЖЕННОЙ КИСЛОТНОСТИ)

Программа для улучшения пищеварения, восстановления трофики слизистой желудка, профилактики диспепсических явлений, предупреждения явлений малигнизации.

1-й месяц.

[Анкарцин](#) по 1 капсуле в день, (можно растворять и делить на 2-3 приёма), принимать за 30 - 40 минут до еды.

[Вин-Вита](#) по 1 столовой ложке 3 раза в день за 10-15 минут до еды.

[Микотон](#) по 1 чайной ложке 3 раза в день, принимать после еды.

[Инулин с селеном](#) по 2 таблетки 2 раза в день.

2-й месяц.

Продолжать принимать [Микотон](#) как в первый месяц.

[Гепатофит](#) по 1 таблетке 3 раза в день за 10-20 минут до еды.

[Мипро-Вит](#) по 1 таблетке 3 раза в день.

[Селен микро нейтральный](#) (желательно с лимонным соком) 3 раза в день, на воде или можно добавлять в еду по 9-11 капель 3 раза в день.

3-й месяц.

[Микотон](#) принимать на ночь по 1 чайной ложке вечером.

Продолжать принимать [Гепатофит](#), [Селен микро нейтральный](#) (желательно с лимонным соком) как во 2-м месяце.

[Экстракт Молодильный](#) по 1 столовой ложке 2-3 раза в день до 20-30 минут до еды, запивать водой.

После окончания программы желательно продолжать принимать [Селен микро нейтральный](#) (желательно с лимонным соком) в течение 3 месяцев.

Примечание: людям с пониженной кислотностью обязательно нужно не реже 2 раза в год принимать курс противоглистных препаратов – [Гельмивира](#) и [Лямбицида](#) или [Антигельминта](#) (3 недели [Гельмивир](#), неделя [Микотон](#) 3 раза в день, затем 3 недели [Лямбицид](#) или [Антигельминт](#)).