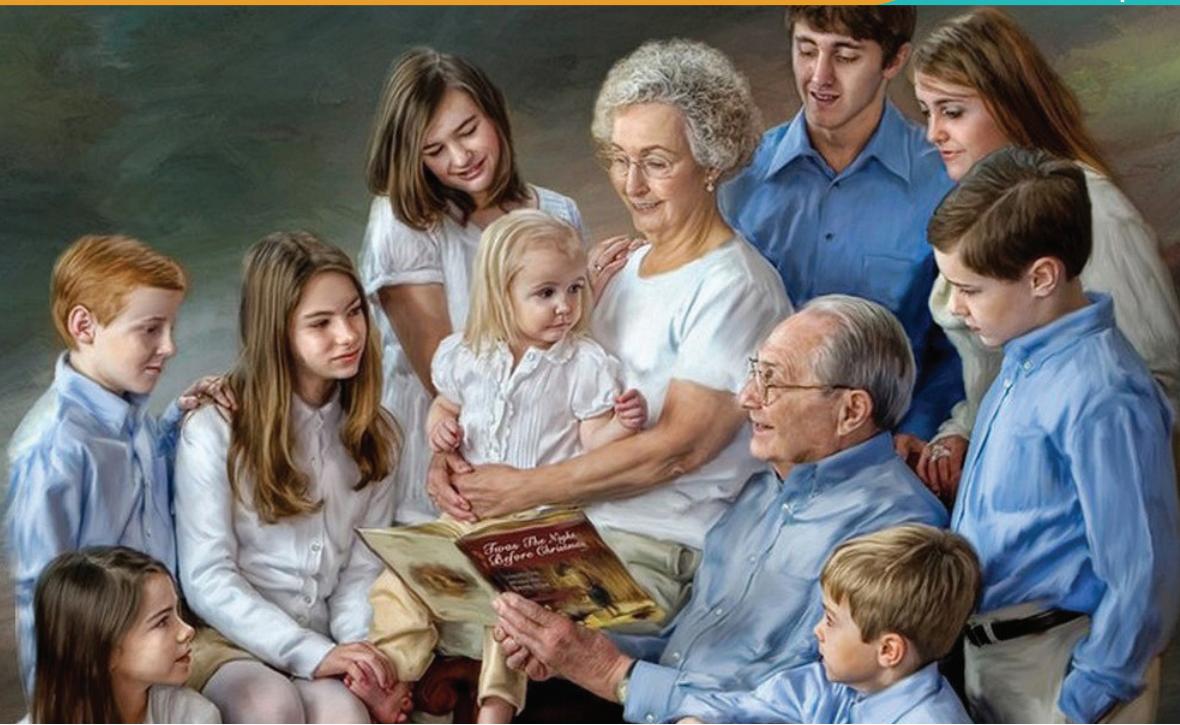




# АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

ИЮЛЬ 2014 года № 6 (20)

[www.npcriz.com](http://www.npcriz.com)



## ТЕМА НОМЕРА: 8 июля - День семьи, любви и верности.

Семья – это то, что дает нам силы. Любовь – это то, что греет наши сердца. Верность – это то, что заставляет верить в чудеса и полностью довериться любимому и близкому человеку. Не нужен и клад, коли в семье лад.

### НАНИ БРЕГВАДЗЕ



### Эксклюзивное интервью

«Ведь любовь уходит с годами, поэтому важно, чтобы она переросла в дружбу и взаимопонимание».

### стр. 2 ВРАЧ-ОНКОЛОГ ПИНАЕВ Р.Н. стр. 4

### Солнечный загар

«Доказано, что с каждым годом солнце становится все более активным и более опасным для человека».



### ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ



### Лечитесь едой от НПЦРИЗ

«Функциональные продукты – это новые продукты питания, активно влияющие на здоровье человека».

стр. 6

### КОСМЕТИКА REVILINE стр. 8

### Пептиды на службе красоты

«Для здоровья и красоты кожи косметологи рекомендуют пептидную серию клеточной косметики Reviline».



# ЖЕНЩИНА - СНЕГОПАД

Специально для нашего издания ЭКСКЛЮЗИВНОЕ ИНТЕРВЬЮ



**Королеве русского романса Нани Брегвадзе 21 июля исполняется 76 лет. Легенду советской эстрады мы застали в Батуми, где она отдыхала на море.**

*- Вы очень красиво стареете, это ведь искусство!  
Ваш секрет красоты?*

- Годы все равно берут свое. Хотя должна вам сказать, что громогласно свой возраст я не назову, потому что сама от этой цифры в обморок упаду. Я не полная, очень подвижная, веселый и добрый человек. Все это оказывается на внешнем облике каждого из нас и, конечно же, не забываем про гены наших предков. Мои мама и папа в пожилом возрасте очень хорошо выглядели в свои 80 и 90 лет. Сейчас я нахожусь на море. Встаю в 6 часов, выхожу на балкон и выполняю упражнения йоги, особое внимание уделяю дыханию. Много гуляю в горах, но не специально. Плавать не люблю, потому что в 20 лет тонула на Черном море. Страх перед водной стихией остался. Я летом родилась, поэтому поклоняюсь только солнцу. Солнечными ваннами не злоупотребляю. В силу возраста под прямыми солнечными лучами стараюсь не находиться. Нравится, чтобы у кожи был здоровый красивый цвет. Не просто не люблю, а ненавижу, когда много едят. Большинство людей думает, что мало ест. Даже стараются себя в этом убедить, жалуются: «Вот я мало ем, а все равно полнею».

*- Но ведь грузины хлебосольные и необыкновенно вкусно готовят.*

- Я ем всего понемногу, но очень мало. И на ночь перед сном не ем. Но это не из-за того, что боюсь располнеть!

За свою жизнь никаких диет не соблюдала. Так природой устроен мой организм. Особенно в молодые годы много ела, но на фигуре сильно это никогда не сказывалось. Меня очень часто спрашивают, что я люблю из грузинской кухни. Предвосхищаю ваш вопрос: не могу сказать, что я люблю. Но совершенно точно знаю, что не люблю фарш. Поклонники грузинской кухни обожают вкусные хинкали. Все знакомые и друзья знают, что когда приносят мне хинкали, я фарш убираю, в хинкали очень вкусный сок. Без ума от теста хинкали с соком. У меня всегда был хороший обмен веществ. По поводу секрета красивой старости ничего не могу сказать, специально ничего не делаю, кроме того, что просто живу и радуюсь жизни, мало ем и по возможности занимаюсь йогой.

*- Вы как-то специально ухаживаете за своим голосом?*

- Я все время пою. Нет дня, чтобы я не пела. Моя мама очень любила пение, вся семья у меня пела. По вечерам все мои родные — папа, мама, бабушки, дедушки, многочисленные тети и дяди с папиной и маминой стороны — собирались за огромным овальным столом, ужинали, а потом обязательно пели, иногда до самого утра. В этом нет ничего удивительного, вся Грузия поет — от мала до велика. Лет в десять я исполняла под гитару «Калинку», «Караван», старинные грузинские песни. Бывало так, что я шла к роялю, начинала петь, мама подпевала мне с кухни, а потом приходила и говорила: «Ты только пой, я все для тебя сделаю». У нас был открытый дом, и мама все время приглашала гостей, чтобы мы пели вместе. Сейчас в мой дом приходят подруги моей дочки, и мы поем вместе. У меня уже есть правнуки, которым я пою колыбельную. Я для них — прабабушка Нани, а не певица, но мою колыбельную они любят.

*- Есть ли у вас любимая ваша песня?*

- Особый случай в моей жизни — это песня «Снегопад». Я никогда не думала, что эта армянская песня войдет в число моих лучших. Я сразу сказала композитору Алексею Экимяну, что это не моя песня. Но он попросил: спой по-брегвадзевски. Что это такое «по-брегвадзевски»? Я откуда знаю. Решила просто спеть и все. Я никогда в жизни не пела под фонограмму. Особенно невозможно петь «Снегопад»! Эта песня настроения. И ты на сцене должен вновь и вновь пережить те чувства и эмоции, которые заложены как в тексте, так

**В 1997 г. Н.Г. Брегвадзе создала и возглавила компанию «Нани», целью деятельности которой является поддержка начинающих певцов в Грузии, а также организация выступлений в республике зарубежных исполнителей. Нани Брегвадзе является членом Ассоциации «Женщины за мир», клуба женщин «Метехи», была членом общества «Советская женщина».**

и в музыке. Меняются времена, стареет мой зритель, но появляется молодежь, которая знает мое творчество. Недавно в Москве со мной произошёл такой случай: в ожидании гостей спустилась в магазин купить ржаной хлеб. В продуктовом отделе обратилась к молоденькой девушке, чтобы уточнить, где находится черный хлеб. Я не считаю себя звездой, особенно российской эстрады, поэтому спокойно отношусь, если меня на улице не узнают. Я взяла хлеб и уже оплачивала на кассе, когда эта девушка на весь торговый зал как закричит: «Извините, извините, это вы снегопад?» Причем выражение, что я-снегопад, за мной закрепилось еще с советских времен популярности этой песни. Как-то конферансье на одном концерте так и объявили: «К нам приехала снегопад».

**- Вы потрясающе исполняете русские романсы, как вам это удается?**

- У меня иногда складывается такое чувство, что русские вдохновенно писали тексты, а грузины исполняли. Романсы просто голосом нельзя спеть. Когда-то мне любимейший и выдающийся музыкант Мстислав Ростропович, который меня просто обожал как певицу, сказал: «Наничка, кричать и громко говорить все могут. А пиано петь – большая редкость! А я в совершенстве владею пиано. Когда начинаю петь тихо, проникновенно и глубоко, я вижу, как зал замирает, и от этого счастлива, что они в данный момент чувствуют все нотки моей души. Извините, что я так о себе сказала. Романсы требуют проникновенного отношения и живут в артисте чувствами. Грузины-очень эмоциональная нация. Поэтому нам так близки русские романсы. Мы с дочерью Экой и внучкой Натальей создаем антологию русского романса. Тексты 18-19-20 веков переосмысливаем и придаем им новое звучание.

**- У вас за плечами учеба в Тбилисской консерватории, по основной своей специальности вы пианистка. Не сожалеете, что стали певицей?**

- Все, что ни делается, к лучшему. По отзывам педагогов, я неплохо играла на фортепиано, меня даже оставили учиться в аспирантуре. Но пение - состояние моей души. Даже выступая с ансамблем «Опера» и давая сольные концерты, я не считала себя певицей. Поворотным моментом в моей жизни, как певицы, стало приглаше-

ние в популярный в то время джаз-оркестр при Государственном политехническом институте. В 1957 году я стала лауреатом 6-го Всемирного фестиваля молодежи и студентов в Москве, исполнив песню «Потушила я свечу». Оркестр покидал сцену под гром аплодисментов, а вечером передали слова Леонида Утесова, который был членом жюри: «Если эта девушка продолжит петь, она станет прекрасной певицей». Я не поверила своим ушам! Я столько ездила, столько выступала и все равно не считала себя певицей. Это было для меня развлечением. Во время гастролей я объездила весь мир. Кто еще мог себе такое позволить в то время? А когда мне дали звание Заслуженной артистки Грузии, была удивлена и думала: «Значит, я действительно певица, если мне дали такое звание».

**- Какими качествами должна обладать женщина, чтобы семья была крепкой?**

- Самое главное качество - уважение и терпение. Ведь любовь уходит с годами, поэтому важно, чтобы она переросла в дружбу и взаимопонимание, если этого не происходит, то мучить друг друга не надо, вам просто не суждено быть вместе.

**- Вам присуще какое-то особое чувство собственного достоинства, спокойная уверенность в себе.**

- Моя бабушка по материнской линии, княжна Лорд-кипанидзе, была первой красавицей Кутаиси, про нее говорили - «царственная». В маме смешались две княжеские крови: отец, дедушка Александр, тоже потомок старинного рода — Микеладзе. Мама была очень пикантной. Порода в ней чувствовалась. Когда шла по улице, молодые мужчины кричали вслед: «Женщина с красивыми ножками!» Не образование для нее важно было, а суть человека, ценность его человеческая — какой он, что делает в жизни, как ведет себя, что несет в мир — добро или зло? Мне постоянно повторяла: «Деточка, ты хорошо поешь, умение петь дано тебе свыше. Но помни: пение твое никому не будет нужно, если ты будешь непорядочным человеком. Уйдет голос — и что остается? Твое нутро. А какое оно окажется, зависит от тебя. Добро надо делать, благородным быть». И так сильно заложила это в меня, что я то же самое говорю своим детям.

**- Счастья Вам и Вашим близким, здоровья и долгих лет жизни! Спасибо за интервью.**

# СОЛНЦЕ И Я

Будьте здоровы! Советы, рекомендации врачей



**На вопросы нашего издания о том, как провести летний отпуск с пользой для здоровья, ответил врач-онколог, к.м.н., руководитель Общественной приемной Санкт-Петербургского института биорегуляции и геронтологии в Санкт-Петербурге Р. Н. Пинаев.**

*- В период отпусков многие стремятся уехать в жаркие страны. Какие рекомендации по здоровому отдыху вы можете дать этим людям?*

- Первое – необходимо запастись солнцезащитными кремами и кремами после загара. Это рекомендация актуальна и для тех, кто уезжает за границу, и для тех, кто отдыхает в наших широтах. Подбирать эти средства следует в зависимости от фенотипа кожи: если кожа очень светлая, со множеством родимых пятен, то, чтобы снизить риск солнечного ожога, улучшить качество загара, следует отдавать предпочтение кремам с высокой степенью защиты. Обладателям смуглой кожи также не стоит пренебрегать солнцезащитными средствами. Доказано, что с каждым годом солнце становится все более активным и более опасным для человека из-за истощения озонового слоя: проходимость радиактивного спектра солнечных лучей, которые могут вызывать ожоги, усиливать действие солнечной радиации и ухудшать общее самочувствие, увеличивается.

Будьте осторожны в период адаптации и акклиматизации. Перелет, смена климата и часовых поясов могут ослабить иммунную систему и вызвать дискомфортные ощущения. Поэтому не следует сразу же по прилету бежать на пляж и загорать. Если поездка короткая, то несколько часов, если более длинная – несколько дней лучше избегать нахождения под прямыми солнечными

лучами, чтобы организм привык к инсоляции и климату в регионе пребывания. Загорать лучше в утренние часы, до 12 часов дня. С 12 до 16 часов лучше находиться в тени, не перегреваться, так как перегрев также является стрессом для организма. На пляже обязательно наносить солнцезащитный крем на все тело, вне пляжа – на лицо и открытые участки тела. Помните, что чрезмерное нахождение на солнце может привести к нарушению пигментации кожи, повлиять на уже имеющиеся пигментные пятна, провоцируя различные заболевания, в том числе и онкологические.

Чтобы избежать обезвоживания, рекомендуется пить не менее 2,5 литров воды в сутки. В питании лучше отдать предпочтение более легкой пищи растительного происхождения, снизить вероятность употребления алкоголя, который может привести к снижению адаптационных возможностей организма и его толерантности к перегреву, к ухудшению работы сердечно-сосудистой, центральной нервной систем. Употребление алкоголя может способствовать развитию состояний, представляющих угрозу для жизни человека. Если не считаете возможным отказаться от него, то отдайте предпочтение бокалу красного вина за ужином. Одежда должна быть легкой, желательно с длинными рукавами, особенно эта рекомендация относится к людям со светлым фенотипом кожи. Обязательно всем пользоваться средствами после загара, так как они смягчают кожу, снижают проявление покраснений и препятствуют дискомфортным ощущениям.

*- Вы уже сказали, что солнце может провоцировать развитие онкопатологий. Речь идет о раке кожи или не только?*

- Повышенное солнечное воздействие – это, в первую очередь, фактор риска именно для кожи. Есть ограничения по пребыванию на солнце для людей, у которых были различные опухолевые заболевания, не связанные с заболеваниями кожи. Воздействие ультрафиолетовых лучей обеспечивает загар и стимулирует выработку витамина D. В умеренных дозировках такая стимуляция полезна для организма, укрепления иммунной системы, опорно-двигательного аппарата, дыхательной, эндокринной, центральной нервной систем, для улучшения обмена веществ. При наличии онкопато-

**Ультрафиолетовое излучение – это электромагнитное излучение в пределах волн длиной от 100 до 400 нм. Небольшие количества УФ излучения необходимы для выработки в организме человека витамина D, но воздействие больших доз может иметь краткосрочные и длительные неблагоприятные последствия для кожи, глаз и иммунной системы.**

логий эта стимуляция может привести к прогрессированию заболевания, находящегося в фазе ремиссии, а также спровоцировать появление других опухолей.

**- Какие советы по нахождению на солнце вы можете дать людям с онкологическими заболеваниями?**

- Прежде всего, я вообще не рекомендовал бы таким людям загорать. Хороший вариант для них - нахождение на свежем морском воздухе под зонтиком или другим укрытием, которое защитит от солнца. Также не рекомендуется длительно находиться на солнце людям с различными хроническими заболеваниями эндокринной и сердечно-сосудистой систем.

Интенсивное воздействие солнца – это повышенный стресс для организма, который может усугублять течение уже имеющихся болезней, об этом следует помнить.

**- Что делать, если не смогли уберечь себя и сгорели на солнце?**

- Обязательно иметь с собой простые противовоспалительные препараты, если их прием возможен по состоянию здоровья. Подойдет обычный парацетамол, помогут смягчающие и увлажняющие средства, противоожоговые кремы и мази. Если же ничего такого под рукой не оказалось, подойдут и кисло-молочные продукты, которые смягчат кожу и помогут легче перенести солнечный ожог. Также необходимо обильное питье, покой и комфортная температура вокруг, лучше пребывать в тени и беречь себя от перегрева.

**- Полезно ли пребывание на солнце беременным женщинам?**

- Нахождение на открытом солнце и загар в традиционном понимании беременным женщинам не показан. Это стресс для организма матери, который сразу же отражается на плоде. Целесообразно избегать солнца и снижать воздействие прямых солнечных лучей на кожу в период беременности.

**- Есть мнение, что от солнца растут родинки.**

- Повышенное солнечное воздействие на кожу может вызвать появление новых родимых пятен, так называемых «невусов», и спровоцировать рост старых. Также не исключено их перерождение в злокачественные новообразования. Хочу отметить, есть целая группа кожных заболеваний, при которых рекомендован прием солнечных ванн, но если у вас есть какие-то сомнения или опасения

по поводу родимых пятен и здоровья вашей кожи, то целесообразно перед поездкой в жаркие страны получить консультацию у онколога и дерматолога. Помните, что южный загар более интенсивный, более травматичный для жителей северных широт. Мера и аккуратность – о них вы не должны забывать во время долгожданного отпуска.

## С ПОЛЬЗОЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Для повышения адаптационных возможностей организма в период акклиматизации рекомендуется применять разработанный Санкт-Петербургским институтом биорегуляции и геронтологии натуральный пептидный биорегулятор **Эндолутен** в течение 10 дней по 2 капсулы утром. Благодаря входящим в состав пептидам эпифиза **Эндолутен** оказывает регуляторное действие на нейроэндокринную систему, способствует регуляции циркадных ритмов, повышает антиоксидантный и иммунный статус организма, препятствует развитию онкопатологий.

Во время отпуска на солнце также необходимо особенно качественно ухаживать за кожей, отдавая предпочтение косметике, которая не только улучшает ее внешний вид, но и оздоравливает. Разработанный Научно-Производственным Центром Ревитализации и Здоровья крем **RevilLine дневной омолаживающий для лица с пептидами** увлажняет кожу, повышает ее упругость и эластичность, защищает от неблагоприятных факторов окружающей среды, в том числе и от инсоляции. Крем **RevilLine ночной омолаживающий для лица с пептидами** способствует уменьшению проявления последствий воздействия солнца на кожу лица, повышает кожный иммунитет. Для умывания после загара рекомендуется использовать крем – мыло с пептидами, которое обладает успокаивающим, увлажняющим и антибактериальным действием. После отпуска целесообразно применять **ПК №13** для кожи. Он препятствует развитию процессов старения, интенсивность которых может повышаться вследствие воздействия прямых солнечных лучей, улучшает цвет, тонус, рельеф и текстуру кожи.



В мире ежегодно фиксируется около 132 000 случаев заболевания злокачественной меланомой и более двух миллионов случаев других раковых заболеваний кожи. Большинство раковых заболеваний кожи развивается в результате чрезмерного воздействия естественного УФ излучения.

# ЛЕЧИТЕСЬ ЕДОЙ ОТ НПЦРИЗ

## Правила здорового образа жизни



Сложно сказать, сколько раз в день каждый из нас делает выбор между понятиями «вкусно» и «полезно». Фразу «Я есть то, что ем», как правило, вспоминаем только у врача. Со статистикой не поспоришь! Оказывается, мы едим гораздо больше, чем рекомендует Всемирная организация здравоохранения, высококачественных (белых) хлебобулочных изделий, картофеля (часто жареного на сале), жирных мясных продуктов, причем не столько самого мяса, сколько сосисок, сарделек, колбас, содержащих скрытый жир. Даже в самых нежирных из этих продуктов его более 30%. Поэтому показатель потребления животных жиров у нас превышен. Впрочем, так же, как сахара и кондитерских изделий. Особенно злоупотребляют жирами жители центральных районов, хотя их избыток есть и в рационе людей, живущих в отдаленных регионах. Как результат, 60% женщин и 50% мужчин старше 30 лет имеют избыточную массу тела. А вот рыбы, овощей и фруктов в нашем рационе в 3-4 раза меньше, чем положено для поддержания нормального обмена веществ.

Известно, что забота о собственном здоровье начинается именно с правильного питания. Здоровая еда позволяет избежать многих заболеваний, которые развиваются в течение нескольких лет через недостаточное употребление ценных питательных веществ. Вот только некоторые болезни, которые могут проявиться у человека благодаря быстрым перекусам, копченостям и жирным продуктам: заболевания сердечно-сосудистой системы, гипертония, сахарный диабет второго типа, ожирение, желчнокаменная бо-

лезнь, анемия из-за дефицита железа, остеопороз, рак желудка, толстой кишки и молочной железы. Неправильное питание может привести и к таким проблемам: ограниченные возможности усвоения знаний, хроническая усталость, плохая концентрация внимания. Не менее опасным является и недоедание, дефицит питательных веществ также приводит к серьезным последствиям.

Сегодня в России модным трендом становится понятие «функциональное питание», хотя в Америке, Европе население уже давно пользуется этими продуктами во благо здоровья.

Функциональные продукты – это новые продукты питания, отличающиеся (благодаря натуральным добавкам) функциональными качествами: они не только обладают превосходным вкусом, но и активно влияют на здоровье человека. Идея создания функциональных продуктов пришла из Японии. Это новое направление через Америку теперь проникло в Европу.

Сотрудники Научно-Производственного Центра Ревитализации и Здоровья для оздоровления населения разработали серию **функционального питания REVIFORM**. Для изготовления функционального питания используют экологически чистое отечественное сырье натурального происхождения, новейшие технологии пищевой промышленности, последние достижения науки и международного опыта. В их составе – повышенное количество полезных элементов, благодаря чему эти продукты не только насыщают наш организм энергией, но и имеют лечебно-оздоровительное значение.

Эти продукты для тех, кто следит за своим здоровьем, поддерживает физическую форму, кто в силу хронических заболеваний должен следить за диетическими качествами продуктов, а так же они рекомендованы тем, кто не успевает обедать, ужинать, да и просто кому лень готовить. Научный отдел компании обобщил самые передовые наработки ведущих ученых и диетологов в области здорового питания. Благодаря этим усилиям мы вам предлагаем полезные аппетитные первые блюда на самый разный вкус – от классических до экзотических. Такое яство придется по вкусу даже самым привередливым едокам! Супы куриный с овощами, куриный с имбирем,

**6** В Японии в 1955 году был разработан первый ферментированный кисломолочный продукт. Он был создан на основе лактобацилл. Японские медики уже тогда понимали, что здоровье человека невозможно без поддержания нормальной микрофлоры кишечника.

**В России концепция функционального питания существует с 1993 года, однако частичное нормативное закрепление эти идеи получили лишь в 1998-м.  
В 2010 году утвержден государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности «Высокотехнологичные производства пищевых продуктов функционального и специализированного назначения» для магистратуры.**

сырный, с говядиной и овощами, томатный с говядиной обеспечивают организм необходимыми питательными веществами при минимуме калорий. Супы разработаны на основе натуральных мясных пептидов с сублимированным мясом, зеленью и пряностями. Мясные пептиды обладают оптимальным аминокислотным составом и обогащены микроэлементами, необходимыми для здоровой жизнедеятельности организма: кальцием, магнием, калием, селеном, железом и др. Крем-супы не содержат ГМО, искусственных красителей и ароматизаторов. Одна упаковка супов обеспечит вас на 5 рабочих дней горячим, вкусным и полезным обедом. Готовятся быстро, удобно носить в сумочке, по пользе не уступают традиционно приготовленным блюдам.

Кроме того, на упаковке супов приведены рекомендации по снижению калорийности дневного рациона с целью достижения оптимального веса и идеальной фигуры, указаны конкретные блюда и их калорийность. Комбинируя эти блюда легко разработать для себя здоровое и полезное меню на неделю. **Крем-супы REVIFORM** - это возможность легко и быстро достичь желаемого веса и идеальной фигуры без изнурительных диет и бесконечных ограничений.

Какой же обед без десерта! Наверное, каждый хоть раз в детстве лакомился киселями, приготовленными заботливыми руками бабушки или мамы. Кисель еще, казалось бы, совсем недавно был очень популярным напитком, однако в нынешнее время о нем постепенно забывают. А ведь это не просто вкусный, но очень полезный напиток! Обязательно попробуйте из серии **функционального питания REVIFORM** кисели на фруктозе. Гурманам предлагают кисели очищающий с абрикосом, для похудения с клюквой и для нормализации работы желудочно-кишечного тракта овсяно-яблочный с отрубями. Ягодные напитки содержат в своем составе пробиотики- пшеничную клетчатку, инулин, лактулозу, благодаря которым оказывают положительное действие на работу желудочно-кишечного тракта.

Пшеничная клетчатка представляет собой комплекс целлюлозы, пектина, лигнина, то есть, комплекс веществ, формирующих клеточные стенки растений, которые не разрушаются в желудке и тонком кишеч-

нике. Иначе говоря, клетчатка не переваривается. Пшеничная клетчатка поддерживает равновесие микрофлоры кишечника; стимулирует моторную функцию пищеварительного тракта; способствует про движению пищи и очистке кишечника; адсорбирует токсины, нитраты, мутагены и канцерогены; даёт ощущение сытости, что позволяет ее включать в программы снижения веса.

Инулин способствует росту полезной микрофлоры, которая, в свою очередь, убивает патогенные микробы и контролирует рост условно-патогенных бактерий, тем самым очищая кишечник, а значит, и весь организм от токсинов. Также бифидобактерии способны абсорбировать канцерогены, что уменьшает риск возникновения злокачественных клеток; снижать уровень холестерина в крови, что улучшает липидный обмен человека и помогает снижать вес; вырабатывают витамины группы В и некоторые важные ферменты.

Лактулоза способствует нормализации микрофлоры кишечника. В толстом кишечнике лактулоза является пищевым субстратом сахаролитической микрофлоры: бифидо - и лактобактерий, которые относятся к полезной микрофлоре. Расщепляясь, лактулоза высвобождает ионы водорода, связывает свободный аммиак, увеличивает диффузию аммиака из крови в кишечник и способствует выделению аммиака из организма. Лактулоза оказывает легкое слабительное действие и нормализует работу кишечника.

Кисели рекомендуется принимать для улучшения работы ЖКТ, профилактики заболеваний кишечника, для очищения организма и нормализации веса.

Продукты из серии **функционального питания REVIFORM** – полноценное вкусное и полезное питание на каждый день! Приятного аппетита!



# ЛЕТНЕЕ ОБНОВЛЕНИЕ С REVILINE

С пользой для здоровья



Для бережного ухода за кожей Научно-Производственный Центр Ревитализации и Здоровья разработал пептидную серию клеточной косметики ReviLine. Среди инновационных косметических средств лепестки для нежной кожи под глазами с пептидами подтягивающие и от отеков. Лепестки для нежной кожи под глазами подтягивающие с пептидами хрящевой ткани и тимуса стимулируют процессы регенерации тканей, укрепляют коллагеновую структуру кожи, повышают ее упругость, обладают антиоксидантным и антистрессорным действием. Лепестки для нежной кожи под глазами от отеков с пептидами сосудов регулируют процессы метаболизма в сосудистой стенке, нормализуют тонус сосудов, восстанавливают нарушенную микроциркуляцию в тканях. Лепестки являются средством экстренной помощи, обеспечивают мгновенный лифтинг-эффект,

глубоко увлажняют кожу, помогают снять припухлость и раздражение нежной кожи вокруг глаз. В комплексе с лепестками рекомендуется использовать крем-гель ReviLine для век от отеков и темных кругов с пептидами поджелудочной железы, костно-хрящевой ткани, сосудов и тимуса, который улучшает трофику кожи вокруг глаз, уменьшает отечность век и выраженность темных кругов под глазами, увлажняет кожу и защищает ее от воздействия UV-излучения.

Наиболее подвержена негативному влиянию внешних факторов кожа рук. Крем ReviLine для рук питательный с пептидами сосудов, костно-хрящевой ткани и тимуса увлажняет кожу рук, повышает ее устойчивость к инсоляции и холоду, улучшает текстуру, обладает лифтинг-эффектом.

В серии ReviLine также представлены крем для ног против варикоза с пептидами сосудов и костно-хрящевой ткани и крем для ног восстанавливающий от трещин и натоптышей, в состав которого кроме вышеперечисленных входят и пептиды тимуса. Комплексное применение этих кремов улучшает микроциркуляцию и обменные процессы в коже, уменьшает тяжесть, отечность и боль в ногах, уменьшает выраженность варикоза, смягчает сухую, грубую кожу пяток и стоп, способствует заживлению трещин, предотвращает образование натоптышей, увлажняет и возвращает коже ног эластичность.

## АДРЕСА ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ НПЦРИЗ:

### Московский офис (ДЦ №1)

Россия, г. Москва, 1-я улица Ямского поля, д. 24.

+7 (495) 640-06-14 (доб. 1); +7 (812) 640-06-14 (доб. 1)

### Санкт-Петербургский офис (ДЦ №2)

Россия, г. Санкт-Петербург, ул. 2-я Советская, д. 7, БЦ «Сенатор».

+7 (812) 640-06-14 (доб. 2); +7 (495) 640-06-14 (доб. 2)

### Московский офис (ДЦ №3)

Россия, г. Москва, проспект Мира, ВДНХ, Павильон №5.

+7 (495) 640-06-14 (доб. 3); +7 (812) 640-06-14 (доб. 3)

### Московский офис (ДЦ №5)

Россия, г. Москва, ул. Заморенова, д. 12, стр. 1.

+7 (495) 640-06-14 (доб. 5); +7 (812) 640-06-14 (доб. 5)

### Империя Здоровья (ДЦ №11)

Россия, г. Москва, Манежная площадь, д. 2,

ТЦ «Охотный Ряд», отдел «ИМПЕРИЯ ЗДОРОВЬЯ» (3 уровень)

### Европейское представительство (ДЦ №59)

Литва, г. Вильнюс, проспект Конституции, д. 15, оф. 23.

+370 521-953-40; +(370) 523-382-61

### Украинское представительство (ДЦ №80)

Украина, г. Днепропетровск, проспект Пушкина, д. 33

+380 997-247-175; +(380) 978-987-559

### Украинское представительство (ДЦ №19)

Украина, г. Харьков, ул. Энгельса 29-А, офис 509

+380 675-771-263; +(380) 936-439-797

### Болгарское представительство (ДЦ №290)

Болгария, г. София, ул. Ангиста, д. 6, БЦ «Ангиста», 5 этаж, офис 2

+359 284-391-52; +(359) 876-277-717

### Молдавское представительство (ДЦ №408)

Молдова, г. Кишинев, ул. Пушкина, д. 53

+373 229-090-80; +(373) 794-447-72