



**AD MEDICINE**  
Innovative Technologies for Health

# Доктор ЭД

ЛЕТО 2006

АРГО  
10 лет!

КОЛЛОИДЫ  
ДЛЯ ЗВЕЗДЫ  
Балерина  
Анастасия  
Волочкова

ОЧИЩЕНИЕ  
И КРАСОТА

Врач  
Ольга  
Ключихина:  
“Я влюбилась  
в продукцию  
ЭД Медицины!”



# Медицинские представители ЭД Медицин



## МОСКВА

### МОЗЖЕЛИН МИХАИЛ ЕВГЕНЬЕВИЧ,

кандидат медицинских наук, член правления и главный эксперт по коллоидным формам БАД Общества Натуральной Медицины, член Российского Общества Фитотерапевтов, научный эксперт ЭД Медицин в России.

+7(926) 537-6370

+7(495) 951-9866

doctor@admedicine.co.uk

## КЛОЧИХИНА ОЛЬГА АНАТОЛЬЕВНА,

кандидат медицинских наук, врач-невролог, медицинский консультант ЭД Медицин.

+7(916) 099-2288

+7(495) 951-9866

victori2005@rambler.ru



## АСТРАХАНЬ

### ПОЛУНИНА ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА,

доцент кафедры внутренних болезней педиатрического факультета

Астраханской Государственной медицинской Академии,

кандидат медицинских наук, профессор Российской Академии естественных наук.

+7(8512) 63-07-59

+7(495) 951-9866

admed@yandex.ru

## ТИРАСПОЛЬ (ПРИДНЕСТРОВЬЕ И РЕСПУБЛИКА МОЛДОВА)

### АФАНАСЬЕВА ГАЛИНА АЛЕКСЕЕВНА,

Заслуженный врач Республики Молдова, врач-педиатр высшей категории, педиатр, заместитель директора по лечебной части Лечебно-диагностического Центра, медицинский консультант ЭД Медицин

+7 (10373) 552 28634

+7 (10373) 552 27745

doctor-pmr@megabox.ru



## НИЖНИЙ ТАГИЛ (УРАЛ)

### ХРАПУНОВА НАТАЛЬЯ АЛЕКСЕЕВНА,

врач-невролог высшей категории, медицинский консультант ЭД Медицин.

+7(3435) 494272

+7(3435) 230340

+7(095) 951-9866

fedorhr@uraltelecom.ru

## НОВОСИБИРСК ПОЛОСУХИН АЛЕКСАНДР ДМИТРИЕВИЧ,

Ассистент кафедры восстановительной медицины НГМУ, врач-рефлексотерапевт высшей категории, медицинский консультант ЭД Медицин

+7(3832)25-37-76

+7(913)897-38-29

alpol200@mail.ru



## УЛАН-УДЕ (ВОСТОЧНАЯ СИБИРЬ И ЗАБАЙКАЛЬЕ)

### ЛОМБОЦИРЕНОВА ЛАРИСА СЕРГЕЕВНА,

врач-невролог, медицинский консультант ЭД Медицин

+7(3012) 440901

+7(902) 163-7044

Larasl@mail.ru



## Дорогие аргонавты!

С огромной радостью поздравляю вас со славным юбилеем – десятилетием РПО «Арго»!

Скажу сразу – с нашим общим праздником, потому что сотрудничество с вами для коллектива ЭД Медицин и большая честь, и гарантия нашего общего успеха.

Ваш юбилей дает замечательный повод не только для абсолютно заслуженных юбилейных торжеств, но и для законной гордости за наши совместные достижения в деле оздоровления населения России. Мы вместе сумели добиться очень много, и свидетельство тому – признание людей и награды, полученные РПО Арго и компанией ЭД Медицин!

Три года назад, когда наше сотрудничество только начиналось, некоторых из нас, признаюсь, одолевали сомнения. Казалось, что английская компания, основанная на строгих традициях технологической точности, честности и респектабельности в отношениях с партнерами, компания, выпускающая элитную продукцию, – не сумеет сработаться с абсолютно народным, да еще созданным в беспокойные для России годы потребительским обществом.

Результат не только посрамил скептиков, но многих просто ошеломил!

Анализируя статистику, мы видим, что объемы реализации продуктов ЭД Медицин выросли за три года в 10 раз. Мы видим, что ЭД Медицин сегодня предлагает уже 12 продуктов. И, наконец, количество наших региональных медицинских представителей выросло до 10 человек!

И все же речь сегодня нужно вести не столько о наших достижениях, сколько о наших партнерах. Мы сердечно благодарны президенту РАО Арго Андрею Борисовичу Красильникову, – он первым на российском рынке поверил в целительную силу коллоидов!

Благодарны нашим коллегам-производителям, – мы постоянно ощущали и ощущаем их поддержку в рамках проекта Арго.

И, конечно же, мы бесконечно благодарны нашим любимым аргонавтам!

Люди Арго – это поистине бесценное богатство. Они энергичны и целеустремленны. Они мыслят широко и нестандартно. И они сумели не только оценить по достоинству высокие технологии ЭД Медицин, целительную силу ее продуктов, слаженность и работоспособность коллектива нашей компании, но, самое главное, они поверили в нас и фактически приняли ЭД Медицин в свою веселую и дружную семью!

Теперь мы точно знаем, что энергия и настойчивость аргонавтов, профессионализм и надежность всего РПО Арго – в сочетании с высокими технологиями и строгими традициями бизнеса ЭД Медицин дают в сумме сочетание таких биологически активных ингредиентов, что действие их оказывается намного больше только суммы совместных усилий двух партнеров. Поэтому наше сотрудничество можно смело назвать коллоидной фитоформулой здоровья, успеха и высокого профессионализма. Формулой, которая делает наш совместный проект эффективнее не в два, а именно в десять раз!

С праздником вас, дорогие коллеги, партнеры, друзья!



**Петр Доновский,**  
**директор Восточно-Европейского бюро компании ЭД Медицин.**





## СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

Арго – 10 лет!

Стр. 6 **3 4 5** Куда плывет Арго?  
Интервью с Президентом Российского  
потребительского общества Арго  
А. Б. Красильниковым.

Стр. 10 **3 4 5**  
Один плюс один - больше двух!  
Континенты Эд Медицин.

Стр. 12 **3 4 5** Англия

Стр. 14 **3 4 5** США. Роджер Грин,  
главный технолог AD Medicine LTD, доктор  
клинической биохимии: Высочайший  
стандарт.  
Коллоиды для звезды Анастасия Волочкова:  
"Счастье, что моя работа - это моя жизнь!"

Стр. 16 **3 4 5** Куда приводят  
пуанты. Интервью с балериной  
Анастасией Волочковой.  
Кладовая здоровья

Стр. 18 **3 4 5**  
Возвращение красоты

Стр. 20 **3 4 5** Все начинается  
изнутри

Стр. 22 **3 4 5** Заветная масса тела

Стр. 24 **3 4 5**  
Под контролем гликемического индекса

Стр. 26 **3 4 5**  
Коллоидный психолог

Стр. 27 **3 4 5** Раз, два, три!  
Культура дела

Стр. 28 **3 4 5** Сибирские  
травы и высокие технологии. Интервью с  
медицинском представителем Эд Медицин  
О. А. Ключихиной

Стр. 30 **3 4 5**  
Вип-клуб Эд Медицин  
Ключи удачи

Стр. 32 **3 4 5** Учиться, учиться  
и учиться... профилактике. Интервью  
с Председателем правления Общества  
натуральной медицины В. А. Курашвили

Стр. 34 **3 4 5** Семинары, курсы...

Стр. 36 **3 4 5** У современной  
компания – современные инструменты

Стр. 37 **3 4 5**  
Брифинг Доктора Эда

Стр. 38 **3 4 5** **3 4 5**  
Астрологический прогноз

Работа редакции в целом **3 4 5**

Внешний вид журнала **3 4 5**



### ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Улучшей в мире компании – Российского потребительского общества Арго – праздник! И мы, конечно, не могли не отметить это знаменательное событие. Можете в обнимку с Доктором Эдом обойти весь журнал, - и практически на каждой его странице вы увидите внимание к вам, - консультантам Арго, уважение к РПО «Арго» и свидетельства совместной деятельности Арго и Эд Медицин! Более того, в новом номере витает и ваше

постоянное стремление к творчеству, - спасибо за ваши умные письма в журнал и заинтересованные звонки в редакцию. За ваши благодарности. И – за вашу критику.

Благодарности мы, как водится, приняли с радостью, а критику – учли. И вы можете в этом лично убедиться. Благодаря вам, Доктор Эд здорово изменился. Надеемся, что вы воспользуетесь сокровищами нашей «Кладовой здоровья», что вам будет интересно познакомиться со «Страной Эд Медицин», а также пообщаться с замечательными людьми – многие из них вам давно и хорошо знакомы! - из разделов «Культура дела» и «Ключи удачи». Мы постарались изменить журнал и внешне – у него теперь иная обложка, да и весь номер стал, как нам кажется, гораздо красивее.

Все это – наш подарок вам, наши дорогие друзья-аргонавты, - к знаменательному десятилетию! Но поскольку и праздники, и будни у нас с вами давно уже совместились в один общий трудовой порыв, - без делового предложения мы обойтись не сумеем и сегодня.

Нам очень хочется знать ваше мнение о каждом номере журнала. Поэтому, «Содержание», которое вы видите слева от моего обращения, мы превратили еще и в «Анкету читателя». Рядом с названием каждого раздела и каждого материала расположены клеточки с вашей возможной оценкой. Пожалуйста, отметьте ту, которая вам лично покажется правильной, а потом вырежьте эту страницу и отправьте ее в Эд Медицин. Можно и с приложенным к анкете письмом!

Ваше мнение для нас – очень и очень важно. Еще раз – с праздником!

**ВСЕГДА ВАШ,**

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР**

**ПЕТР ДОНОВСКИЙ.**



### Уважаемые читатели!

Эта страница необычна: вместе с Содержанием номера мы публикуем еще и тест! Но не такой, по которому вы что-либо узнаете о себе, - а тест, который очень хочу «разгадать» я – Доктор ЭД. А вместе со мной – и все Восточно-Европейское отделение компании Эд Медицин:

### Как вам понравился этот номер журнала?

Обратите внимание:

Рядом с названием каждого раздела номера и рядом с названием каждой статьи (или группы статей, или интервью и т. п.) расположено три квадратика, в каждом из которых цифры - 3, 4, 5.

Это – обычные школьные оценки, которые вы, мои читатели (и мои учителя, конечно!) можете поставить моей работе:

- оцените, пожалуйста, качество каждого раздела,

- оценку, пожалуйста, качество каждого материала - статьи, интервью, таблицы и т. д. Под содержанием, оцените, пожалуйста: - работу редакции в целом, - внешний вид журнала (отдельно – обложку, отдельно весь дизайн).

А затем вырежьте эту страницу и пришлите ее мне – по адресу: (113184, г. Москва, ул. Пятницкая, 53/18, строение 4)

Все ваши оценки будут собраны, сведены и подсчитаны, - а ваше общее мнение очень поможет нам в дальнейшей работе над журналом!

Такая же страница будет в ближайшее время вывешена на сайте Эд Медицин – [www.admedicine.ru](http://www.admedicine.ru) – на ней вы сможете принять участие в интерактивном опросе.

А если вы захотите сообщить о своем мнении более подробно – милости просим: пишите письма, - обещаю, что каждое изучу очень внимательно!

*Заранее благодарен*

*за сотрудничество!*

*С искренним уважением,*

*Доктор ЭД*

# Поздравляем!

Главному медицинскому представителю  
ЭД Медици в Восточной Европе Григорию  
Орману присвоено звание «ПРОФЕССОР  
Европейской Академии естественных наук».

Европейская Академия естественных наук создана для объединения усилий ученых в организации единого научного пространства, консолидации деятельности организаций науки, установления активного сотрудничества между университетами, научными и культурными центрами Европы. Отделения Академии действуют в Германии, Японии, России, Литве, на Мальте и во многих других странах.

## ПРОФЕССОР ГРИГОРИЙ ОРМАН:

- Присвоение высокого научного звания явилось для меня сюрпризом, поскольку в процессе разработок наших коллоидных фитоформул участвовали многие авторитетнейшие ученые. Но мне, не скрою, было приятно получить приглашение в Ганновер на заседание ученой экспертной комиссии и на плановую сессию Европейской Акаде-

мии естественных наук. Особенно был рад узнать, что к соисканию звания профессора меня рекомендовало Российское Общество натуральной медицины. Мы очень ценим поддержку проекта ЭД Медици учеными и специалистами Общества, они совсем не «сухие профессионалы», они ученые с большой буквы, и их вдохновляют те же задачи, что волнуют нас – здоровье людей России. Высокая оценка моей работы, – это, по сути оценка научного потенциала компании ЭД Медици: я совершенно искренне считаю, что без помощи моих коллег, без их деятельного участия не было бы не только этого почетного звания, но и многого из того, что мне удалось сделать. И я глубоко благодарен ученому экспертному совету Европейской Академии естественных наук за такую высокую оценку нашего общего труда! Мы долго и кропотливо работали над повышением эффективности наших коллоидных фитоформул, потому что верим в их природную целительную силу и знаем, что они действительно помогают людям избавиться

от большинства болезней, стать здоровыми и – не побоюсь этого слова – красивыми! И в своем новом качестве я буду продолжать исследования и разработку средств, которые приносят людям здоровье и красоту, буду организовывать новые клинические апробации и, конечно, еще активнее стану работать над популяризацией здорового образа жизни и доступных для людей средств натуральной медицины. И, конечно, над разработкой и внедрением коллоидных фитоформул, - в будущее которых я лично очень верю! Тем более, что высокое почетное звание «профессор Европейской Академии Естественных наук» нужно оправдывать, - и сделать это можно только очень напряженной работой.

Компания ЭД Медици и журнал Доктор ЭД поздравляют профессора Григория Ормана и желают ему дальнейших успехов на благо науки, компании ЭД Медици и проекта Арго.

## Шугар Бэланс – в массы!

Сибирский Федеральный центр оздоровительного питания в рамках Российской программы «Здоровое питание – здоровье нации» утвердил методику оздоровительного питания при сахарном диабете с использованием коллоидной фитоформулы Шугар Бэланс.

Благодаря способности Шугар Бэланс снижать в крови уровень сахара и уменьшать инсулинорезистентность, Шугар Бэланс рекомендуется как с профилактической целью, так и для широкого использования в ста-

онарных и поликлинических лечебно-профилактических учреждениях, в реабилитационных центрах и на санаторно-курортном этапе реабилитации пациентов с сахарным диабетом. Решение принято по итогам научной экспертизы и на основании отчета, который представил Главный диабетолог НСО, заведующий кафедрой эндокринологии НГМА, профессор И.А. Бондарь. В этой же программе рекомендуется использовать Литовит-О (НПФ НОВБ) и Аргосластин (ООО Апифарм).

Коллектив компании ЭД Медици уверен, что введение коллоидной фитоформулы Шугар Бэланс в официальные методики существенно расширит возможности консультантов компании Арго, сотрудничающих с лечебно-профилактическими учреждениями. Выражаем благодарность экспертам и коллективу Сибирского центра оздоровительного питания за высокий профессионализм и качество проведенной экспертизы.

## Здоровье здоровых

Три года назад Министерство здравоохранения и социального развития РФ утвердило Государственную концепцию Охраны здоровья здоровых в Российской Федерации. Программа рассчитана на период до 2010 года. Обобщая отечественный и зарубежный опыт, она ставит своей основной задачей не лечение, а предотвращение заболеваний.

Для реализации этой важнейшей государственной программы объединили свои усилия уважаемые организации - компания ЭД Медици и Общество натуральной медицины. Продукция компании ЭД Медици позволяет

эффективно проводить профилактические и оздоровительные мероприятия, укреплять здоровье и предотвращать развитие широкой гаммы заболеваний. А организация ею совместных с Обществом натуральной медицины обучающих курсов с вручением документов государственного образца, позволяет консультантам компании Арго вести просветительскую работу, эффективнее работать в регионах и реализовывать на практике основную цель программы – профилактику заболеваний и повышение уровня здоровья россиян.

Таким образом, компания ЭД Медици, Общество натуральной медицины и РПО Арго активно участвуют в развитии принципиально нового направления - переходу от системы, ориентированной на лечение заболеваний, к системе охраны здоровья, основанной на приоритете здорового образа жизни и профилактики болезней.

Коллоидные фитоформулы и информационная поддержка - реальные практические шаги в реализации концепции Охраны здоровья здоровых, доступные для любого аргонавта.

Доктор  
ЭД

лето 2006

Андрей Борисович Красильников долгие годы проработал в Институте физики полупроводников Сибирского отделения Академии наук СССР, - потом России. Стал известным ученым, - на его счету более полутора десятков изобретений и около полусотни научных работ. Но в 1996 году он организовал Российское Потребительское Общество Арго, и отправился в путешествие под этим – для многих тогда очень странным - флагом. Сегодня, в год десятилетия Арго, мы попросили его ответить на наши вопросы, которые в сущности сводятся к одному:



## Куда плывет Арго?

- Несколько лет назад вы опубликовали статью под очень лирическим названием: «Помнишь, как все начиналось?» А десять лет назад, когда для Арго все действительно только начиналось, вы уже представляли себе в какое грандиозное предприятие это выльется? Что в Компании будет почти 300 производителей, что количество ваших консультантов подберется к миллиону, что офис у вас будет не только в Новосибирске, но вы переедете в Москву?.. Какие цели вы перед собой ставили тогда – десять лет назад?

- Честно говоря, такого масштаба мы себе не представляли. Вот вам пример. Юрий

Рубо, наш замечательный программист, автор компьютерных программ, которые помогают нам успешно работать, в Арго тоже с самого начала. Десять лет назад, когда я попросил его написать программу обеспечения, он спросил, на какое количество людей рассчитывать базу данных? У меня на тот момент в структуре было меньше двух тысяч человек, и я сказал: «Заложите тысячу пять». Он так и сделал. Буквально года через полтора стало ясно, что базу нужно увеличивать, - мы уже подошли к 65 тысячам, то есть к тому рубежу, где эта программа переставала работать. Я спрашиваю: «Какая следующая

возможность?», Юра говорит: «Миллион!» И я опять решил, что раз между 65 тысячами и миллионом такая большая дистанция, нам этого хватит надолго. Но мы уже перешагнули и миллион... Получается, что какими бы смелыми ни были наши прогнозы, - люди отнеслись к нам так хорошо, что результат оказался намного серьезнее. Точнее, конечно, не к нам, а к нашей идее – российская компания, российские производители, продукция для здоровья.

- Что вам помогло больше всего: идея, грамотная стратегия бизнеса, правильная тактика? Или просто – удача? В чем, в конце



Посмотрите чего мы добились за 10 лет:

Арго – это компания, которой удалось создать огромное, - говоря политическим языком, социально значимое количество рабочих мест!

Арго – это компания, которая всерьез занимается здоровьем населения России и стран бывшего СНГ!

Арго – это компания лучших производителей продукции для здоровья как российских, так и зарубежных.

И, наконец, Арго – это честный налогоплательщик.

#### концов, главная причина вашего успеха?

- Вероятно все же некий комплекс составляющих - и стратегия, и тактика, и, конечно, удача, как же без нее?.. Во-первых, мы очень вовремя оказались на рынке: наша компания фактически была одной из первых среди тех, кто занимался распространением продукции здоровья, - по крайней мере, в Новосибирске не было такого множества компаний, как сегодня. Во-вторых, достаточно удачно, я считаю, сформировался набор продукции. Но хотя ставка делалась именно на широкое потребление, создавая модель компании, мы все же отказались от каких-то мотивирующих моментов, которые настраивают людей только и исключительно на большие объемы. Мы сразу взяли курс на некую академичность, - я-то все-таки пришел из науки... Возможно, поначалу это несколько даже затормозило наш рост. Но, с другой стороны, те, кто делал ставку только на методы других компаний, в которых, как вы знаете, составляют каждого неумеренно восторгаться и постоянно генерировать эдакие возвышенные эмоции, - постепенно отстали... Мы просто доверились людям: не требовали какой-то жестко-директивной линии поведения, но и не останавливали, если кто-то хотел использовать чужой опыт.

#### - Свобода выбора?

- Полная. Все по большому счету работали так, как считали нужным.

- Но один в поле не воин, - было у вас какое-то ядро, центр, где обобщался опыт; генерировались идеи, предлагались какие-то оптимальные пути? Ведь всегда важно, чтобы руководителя поддерживала команда единомышленников...

- Первый, кого я должен вспомнить, - это Валерий Руфицкий. Он работал то время в фирме "Новь", но перешел к нам в самый момент зарождения Арго. И стал нашим консультантом номер один - до самого дня своей трагической гибели... В "Нови" он работал в отделе маркетинга, и оттуда же, из отдела по информации и рекламе, пришла к нам Ирина Алферова, - теперь она входит в тройку лучших топ-лидеров Арго. Очень органично вошла в нашу компанию Лариса Серебрянская и еще несколько крупных лидеров компании, с которыми я сотрудничал до создания Арго. Приходили люди, которые знали меня и хотели, наверное, получать такое же моральное удовлетворение от работы в компании, построенной на удобной, - а кому-то, может, и просто привычной - системе. Лена Шувалова, например - теперь она один

из крупнейших лидеров Казахстана. Или Наташа Теплицкая... Так и сложился костяк команды. Помню, когда мы открылись, я все делал сам: носил коробки, набивал данные консультантов в компьютерную базу, составлял и печатал стейтменты - официальные отчеты, распечатывал бонусы... Практически всех консультантов я знал по номерам, хотя их уже были тысячи! А первым фактически наемным работником Арго стала супруга Валерия Руфицкого Тамара, - сейчас она продолжает дело Валерия, сейчас она топ-лидер с самым большим в Арго рейтингом. Ольга Казакова у нас работала, хороший продавец-консультант...

#### - И вот так вот - исключительно на одном энтузиазме - все десять лет?

-(Смеется). Нет, конечно, - но именно эти моменты и приятно вспоминать... Разумеется, очень скоро стало понятно, что всю эту растущую организацию нужно как-то организовывать в грамотные структуры, эти структуры сводить в единую базу и так далее. Первым человеком, который этим занялся, стал Павел Петрович Шевченко, он выполнял на первом этапе очень большой круг работ. Очень много делал за 10 лет - и делает до сих пор - Юрий Рубо. Потом, когда окончательно стало понятно, что подавляющая часть времени у меня уходит на какие-то выяснения - сколько у кого очков, какие отчеты сданы, а какие не сданы и так далее, - появился Евгений Хропов. Сначала он работал на выдаче товара, а потом стало ясно, что ему можно поручить работу и намного более сложную. Когда компания стала выходить на какие-то новые рубежи и возникла необходимость в анализе эффективности, - появился Марк Абрамов из Новосибирска. Уже много лет он отвечает за работу аналитического отдела в московском Информационном центре, стал одним из самых авторитетных сотрудников Арго. Где-то в эти же времена, может, чуть раньше, стало понятно, что нужно приводить в порядок информационную базу, - и я пригласил Марину Суворову. Теперь Марина уже много лет успешно руководит нашим информационным отделом.

- То есть руководителю крупного бизнеса или топ-менеджеру нужно начинать, что называется «с низов», - как начинали вы сами, и как начинали все, кого вы называли?

- Пройти бизнес с самого начала, «с низов», как вы говорите, - очень полезно. Потому что со временем руководитель начинает понимать: если он не оптимизирует работу, - скажем, не делегирует часть своих разрос-

шихся полномочий кому-то другому или даже целой команде, - то не сумеет заняться ни глобальными вопросами стратегии и тактики, ни собственно развитием компании. Причем, на каждом этапе роста появляются все новые и новые сложности делать все самому! Например, когда география компании намного расширилась, стало понятно, что в дополнение к Новосибирскому офису нужно открывать офис в Москве. И в самом начале этого периода я, - обратите внимание, уже имея опыт руководителя! - что-то брал в Новосибирске и привозил в Москву, там это все разгребал, часть привозил обратно в Новосибирск, и так далее, и так далее. И стало понятным, что нужно оптимизировать и этот этап работы. Или еще пример. У меня кабинет был устроен очень удачно - у него было два выхода: один в приемную, а один через конференц-зал. Так вот, сначала меня караулили в приемной, а потом люди разобрались и стали дежурить уже с двух сторон...

- О вашей доступности для консультантов Арго до сих пор ходят легенды. Ни в одной из зарубежных сетевых компаний никто не может вот так запросто решать вопросы с ее первым лицом. В некоторых только за то, чтобы сфотографироваться с Президентом брали деньги - около 100 долларов! Или требовали делать немислимые выкупы. А вас, говорят, «любили» не только для того, чтобы решить какие-то насущные проблемы, но и просто, чтобы получить удовольствие от общения с совершенно народным Президентом, от удовольствия быть допущенным к святыням Арго...

- Ну, наши консультанты - люди особенные, мне с ними тоже очень приятно общаться... Но смысл в том, что руководитель должен уметь так строить свой рабочий график, чтобы и дело делать, и, что очень важно, подумывать, и постараться найти время на хотя бы элементарный отдых.

- Вот о «подумать», об «отдохнуть» давайте тоже поговорим. Вы же пришли в бизнес из науки - из знаменитого на весь мир Сибирского отделения Академии наук России. А в науке, собственно, и платят человеку за то, что он - думает. В советские времена это считалось очень престижным. Помните, герой Хазанова говорил: «Я тебе по секрету скажу, я - секретный физик»... А вы из науки - да прямо в бизнес!

- Если бы можно было в науке еще и зарабатывать!.. Но на самом деле, когда возник мой бизнес, - моя научная деятельность никак не пострадала. Больше того, некоторые из мо-

*Продукция компании ЭД Медицин стала для нас способом выйти на новый уровень работы, занять новый сегмент рынка. И объем продаж коллоидных фитоформул постоянно увеличивается*



их сотрудников по институту стали у меня консультантами, экспедиторами, - и никаких конфликтов с начальством: рабочее время не использовали, по телефону не говорили. Это нам позволяло и как-то существовать, и заниматься наукой. Поэтому очень резкого перехода из науки в бизнес у меня не было. Но когда возникла своя компания, то я такое совмещение выдержал буквально месяца три-четыре, а потом не смог просто физически. Да и не хотел я совмещать, если честно.

**- И вы приняли решение уйти из науки?**

- Увольнять меня не хотели. Сказали: посмотри, дескать, что да как, а мы пока сохраним тебе место, - чтобы всегда было куда вернуться. Так что место в моем институтском кабинете оставались за мной долгие годы. Кого-то сокращали, увольняли, а я продолжал числиться.

**- И все же, не жалеете, что расстались с наукой?**

- Нет, зачем жалеть? Свой научный интерес я как-то стараюсь поддерживать: раз в месяц приезжаю в институт, общаюсь с коллегами. Конечно, научные журналы листаю уже меньше, на конференции не езжу, но какой-то уровень все же сохраняю. Кроме того, еще есть такая вещь, как ответственность. В науке ты, в сущности, отвечаешь только за себя. А в бизнесе приходится отвечать за многих и многих. Поэтому обратной дороги из бизнеса я для себя не вижу...

**- Свое золотое руно вы нашли? Или до него еще пить и плыть?**

- Наш бизнес отличается от других тем, что такой задачи - найти золотое руно лично для себя - у меня нет и не может быть. Моя задача в том, чтобы свое собственное золотое руно нашел каждый из наших консультантов! Правда, для этого нужно еще работать и работать. Поиск, как вы говорите, золотого руна - это же очень человеческая миссия. Есть люди, которым мы приносим здоровье, даем возможность получать хороший доход, - а это и долгая жизнь, и покой и порядок в семье, и вообще нормальная жизнь в обществе. Хотя места для серьезного самоанализа

тоже хватает...

**- А производителей вы анализируете? По каким, например, параметрам в компании подбираются производители?**

- Ну, слово «подбираются» уже устарело... В первые годы, честно говоря, производители появлялись у нас «по случаю», - бывало удачно, бывало и наоборот. Но какой-то специальной системы не было. Многих производителей привели консультанты: слышали, что у кого-то хороший продукт, разговаривали, информировали. Но и вообще хороший производитель - это в целом, конечно, настоящая удача. Настроены-то мы были вначале исключительно на российскую продукцию, и нашими поставщиками стали в основном российские компании. Но в те времена люди еще очень тяготели к импортному, - и появилась американская продукция. У нас было много людей, которые знали одну американскую компанию, и я пошел по очень простой схеме: выбрал 30 продуктов, и взял их на распространение.

**- Как случилось, что вы обратились к коллоидам? Ведь ваша компания действительно народная, работает она в основном на продуктах, доступных по цене подавляющему большинству потребителей. Даже американские продукты достаточно демократичны - хотя бы по сравнению с аптечными аналогами. А коллоидные фитоформулы - продукт, во-первых, иностранный, во-вторых, не простой для понимания, в-третьих, не дешевый...**

- То, что не дешевый, стало для нас, скажем прямо, плюсом. Он же не сам по себе такой дорогой, - у него высокая цена из-за дорогих компонентов и дорогой технологии. Кроме того, в последние годы уровень жизни в России постоянно растет - это видно и по количеству машин, и по тому как бывает трудно даже за два месяца до Нового года взять путевку на отдых, и по многим другим приметам. То есть появляется новый и сильный класс, - я не знаю, он «средний» или он «выше среднего», но вижу, что людей, которые хотят покупать элитную продукцию, становится все больше. Пусть она дороже каких-то дру-

гих, но она дает реальную возможность стать здоровым. Самое дорогое, что есть у человека - это его здоровье, а еще дороже - жизнь. Так что тот, кто уже поднялся на определенный уровень доходов, скорее предпочтет продукцию дорогую и красиво сделанную, чем дешевую. Поэтому продукция компании ЭД Медицин стала для нас отличным способом выйти на новый уровень работы, занять новый сегмент рынка. И объем продаж ее продукции постоянно увеличивается.

**- То есть вы считаете, что чисто английская компания сумела стать для аргонатов в определенном смысле родной?**

- Знаете, я думаю, что компания - будь она английская, американская или любая иная - «за здорово живешь», что называется, родной стать не может. Очень многое зависит от того, кто работает в компании, как работает компания и что в ней за люди... А по всем этим параметрам компания у вас замечательная, - я имею в виду и коллектив, и руководителей, и самого директора Петра Доновского. Понимаете, когда в чисто деловые отношения добавляется что-то личное - тепло, участие, душевные искренние беседы, то на каком-то глубоко подсознательном уровне «утепляется» и отношение к продукции.

**Задачи найти золотое руно лично для себя у меня нет и не может быть. Моя задача в том, чтобы свое собственное золотое руно нашел каждый из наших консультантов!**





**AD MEDICINE**  
Innovative Technologies for Health

Поэтому, я отвечаю так: Эд Медицин не «чисто английская компания». У вас компания, которая активно живет на российском рынке и к которой наши консультанты испытывают огромное уважение и истинно российскую человеческую симпатию!

- А можно личный вопрос: вы сами пользуетесь какими-то продуктами Арго?

- Очень многими! Но этим заведует моя жена Ольга. Правда, когда бываешь на лекциях, на конференциях производителей и слушаешь информацию о том или ином продукте, то думаешь: и это надо, и это, и это... Значит, продукция очень хорошая, - это во-первых. И люди хорошие, - это в главных. А что сам лично... Наши напитки, например, зубные пасты. Имунную систему укреплял, употреблял так же и коллоидную фитоформулу для мужчин... Но я уже сказал, - за всем, что касается здоровья, следит моя жена Оля. Смотришь, - во время завтрака или обеда перед тобой появляется плошка, а в ней что-то лежит. Значит, нужно это съесть!

- Вернемся к Арго. Прошло 10 лет, вы добились определенных успехов, создали свою нишу в сознании потребителей, закрепились на рынке. Чего хочется в следующие 10 лет?

- Очень хочется, во-первых, укрепить позиции. Тем более, что над БАДами постепенно сгущаются тучи, - с ними начинается какая-то борьба... Впрочем, я думаю, что наш бизнес достаточно живуч, и если государство не будет вмешиваться в него каким-нибудь «форс-мажором», - не станет, например, волевым решением запрещать этот бизнес, то мы будем продолжать развиваться. А если исходить из предположения, что люди, которые занимают высокие посты, должны быть разумными, то никаких форс-мажоров и не предвидится, - это не выгодно самому государству. Посмотрите чего мы добились за 10 лет:

Арго – это компания, которой удалось создать огромное, - говоря политическим языком, социально значимое количество рабочих мест! Арго – это компания, которая всерьез занимается здоровьем населения России и стран бывшего СНГ, - мы ведь используем програм-

мы здоровья, утвержденные правительством России, а так же огромный научный потенциал российских и зарубежных ученых!

Арго – это компания лучших производителей продукции для здоровья как российских, так зарубежных.

И, наконец, Арго – это честный налогоплательщик.

Поэтому мы верим в мудрость наших законодателей и правительства и надеемся, что они сумеют отделить, что называется, «зерна от плевел». То есть начнут, наконец, создавать условия для развития компаний, ведущих чистый и честный бизнес, - а, с другой стороны, выстраивать законодательные барьеры против тех, кто вводит в заблуждение потребителей, торгует низкокачественным товаром или допускает нечестную конкуренцию.

- Очень стройная концепция. Не хотите уйти в политику?

- Нет, в политику не хочу. Мне нравится мое дело, и мне очень нравятся люди, с которыми свели судьба и работа, - впрочем, это уже стало одним понятием... Поэтому и в «сетевую партию» не собираюсь вступать, хоть меня туда очень активно приглашают...

- То есть следующее десятилетие может пройти либо под девизом «лиха беда начало», либо под знаком стабильности и мастерства?

- Думаю, что нужна стабильность. Думаю, что нужно расширять рынки. И нужно идти к тому, чтобы продукция была очень хорошей, безукоризненного качества, и чтобы конкуренция между сетевыми компаниями была цивилизованной. Очень важно, чтобы у людей была уверенность в том, это всерьез и надолго.

- И куда же все-таки плывет Арго?

- Думаю, в хорошую жизнь. В жизнь, где царит здоровье, где в каждой семье – достаток, и все люди счастливы. Этого я и желаю своим аргонавтам в год нашего десятилетия. С праздником!

С Президентом Арго А.Б.Красильниковым беседовал  
директор Восточно-Европейского бюро Эд Медицин  
П.А.Доновский

*Когда в чисто деловые отношения добавляется что-то личное – тепло, участие, душевные искренние беседы, то на каком-то глубоко подсознательном уровне «утепляется» и отношение к продукции. Поэтому, я отвечаю так: Эд Медицин не «чисто английская компания». У вас компания, которая активно живет на российском рынке и к которой наши консультанты испытывают огромное уважение и истинно российскую человеческую симпатию!*

стр 8 - 9



# Вместе мы - сила! Вместе мы - Арго!



## Один плюс один – больше двух!

Компании  
ЭД Медици  
и Дон  
объединились  
для совместного  
проекта

Боли и дискомфорт в области суставов знакомы практически каждому. По информации Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ревматический артрит и остеоартрит, остеопороз, болезни позвоночника, боль в пояснице и травмы входят в число болезней, от которых страдают миллионы людей.

Существует множество средств, помогающих людям с подобными нарушениями. Однако, хорошо известно, что при лечении заболеваний суставов наиболее выраженный эффект можно получить, сочетая средства для внутреннего и для наружного (кремы, мази) употребления. Проблема только в том, чтобы и внутренние, и наружные средства «нашли» друг друга. А это случается, к сожалению, не часто: компании, выпускающие подобные продукты могут работать на разных рынках, в разных системах, а то и вообще в разных странах.

Например, недавно на российском рынке появилось комплексное средство Артро Комплекс, - коллоидная фитоформула, разработанная специалистами из Великобритании - компании ЭД Медици.

Средство широкого спектра действия, в состав которого входят глюкозамин и хондроитин для укрепления хряща, экстракт из трепанга, стимулирующий процессы восстановления, репарации, уменьшающий воспаление и боли, а также ингредиенты, укрепляющие связочный аппарат, улучшающие микроциркуляцию крови. Артро Комплекс выпускается в виде коллоидного раствора, что обеспечивает высокую биодоступность его ингредиентов и их гарантированное поступление к клеткам и тканям. Такой широкий спектр эффектов обус-

лавливает и высокое терапевтическое действие Артро Комплекса, что доказала и многолетняя практика в клиниках Европы, и первые результаты его применения в России

А консультантам компании Арго хорошо знаком крем-бальзам Артро - Хвоя, который выпускает компания Дон. Разработали и изучили его специалисты Томска, - города, известного своими научными достижениями и выдающимися учеными.

В Артро-Хвою в наиболее оптимальном соотношении включены пихтовое масло, масло сабельника, СО<sub>2</sub>-экстракты пихты, лопуха и красного перца. За несколько лет крем-бальзам Артро-Хвоя зарекомендовал себя как эффективное наружное средство при различных заболеваниях суставов.

Тщательно изучив продукты друг друга, сопоставив результаты их применения, научные коллективы компаний ЭД Медици и ДОН пришли к выводу что совместное применение коллоидной фитоформулы Артро Комплекс и крема-бальзама Артро - Хвоя позволит существенно повысить эффективность комплексной терапии заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Понятно, что все это нужно было проверить. Долго искали клинику, которая могла бы предоставить широкий выбор методик исследования эффективности и гарантировать достоверность полученных результатов. Выбор пал на Медико-санитарную часть №2 города Томска, которая является также учебной базой Сибирского государственного медицинского Университета.

Результаты клинических исследований приятно удивили специалистов, хотя,

надо сказать, для научных коллективов компаний ЭД Медици и Дон были вполне ожидаемы.

При совместном применении коллоидная фитоформула Артро Комплекс и крем-бальзам Артро - Хвоя существенно повышают эффекты друг друга:

- 1) В короткие сроки уменьшают или полностью устраняют боли, снижают их интенсивность;
- 2) Улучшают двигательную функцию пораженного сустава – облегчают и увеличивают объем движения;
- 3) Оказывают выраженный противовоспалительный эффект, что проявляется в уменьшении объема пораженного сустава, снятии воспалительного отека и улучшении анализов крови (уменьшении количества лейкоцитов и СОЭ);
- 4) Улучшают микроциркуляцию крови, что улучшает обменные процессы в тканях;

Обобщенные результаты свидетельствуют об эффективности комбинации коллоидной фитоформулы Артро Комплекс и крема-бальзама Артро - Хвоя в 96 процентах случаев!

Довольны и руководители компаний: они оказались единомышленниками способными решить важную задачу, - для получения более выраженного и более длительного результата предложить консультантам компании Арго максимально эффективные комбинации продуктов.

Первый опыт совместного сотрудничества, его положительные итоги привели и еще к одному важному итогу. Для поиска новых эффективных решений научные коллективы обеих компаний договорились о продолжении совместных исследований.



# Правильный партнер

## ЭФФЕКТИВНОСТЬ КРЕМА

«АРТРО - ХВОЯ» в ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СЕГОДНЯ НИ У КОГО УЖЕ НЕ ВЫЗЫВАЕТ СОМНЕНИЙ. Она подтверждена и клиническими испытаниями, и длительным опытом его применения консультантами АРГО.

Однако, наиболее целесообразным и оправданным в современной медицине считается комплексный подход к профилактике и лечению различных заболеваний. И это совершенно логично: воздействие на ту или иную патологию одновременно с нескольких сторон предполагает более длительный и выраженный эффект.

И, конечно же, появление в компании Эд Медицин коллоидной фитоформулы «Артокомплекс» вызвало у нас сильный интерес, так как на наш взгляд эти продукты воздействуют на один процесс, но - с разных точек, дополняя таким образом действие друг друга. А это означает, что используя два продукта в комплексе, мы получаем возможность воздействовать практически на все механизмы формирования патологии суставов. Результаты совместных клинических испытаний подтвердили наши предположения.

Кроме того, у меня возникла необходимость проверить эффективность препаратов ЭД Медицин на себе и на своей семье. Хочется отметить хорошую переносимость, мягкое и вместе с тем выраженное действие. И то, что моя семья, которая практически вся состоит из врачей, подтвердила мои собственные выводы о действии от этих продуктов, - еще раз убедило в том, что мы выбрали правильного партнера для сотрудничества - компанию ЭД Медицин.

Алексей Буров,  
заместитель генерального директора ООО «Дон»,  
кандидат медицинских наук, врач-отоларинголог



## Справка для специалиста

Клиническая апробация совместного применения коллоидной фитоформулы Артро Комплекс и крема-бальзама Артро-Хвоя проводилась в отделении восстановительного лечения Медицинского лечебно-профилактического учреждения «МСЧ № 2» г. Томска с февраля 2006 года. Пациенты с патологией опорно-двигательной системы - остеоартрозом (поражением позвоночника - остеохондрозом, а также с поражением крупных суставов - коленных, тазобедренных).

Пациентам опытной группы на фоне медикаментозной терапии дополнительно назначали коллоидную фитоформулу Артро Комплекс и крем-бальзам Артро - Хвоя. Контрольная группа включала пациентов только с обычной медикаментозной терапией (противовоспалительные средства, витамины группы В).

Оценка проводимого лечения осуществлялась на 4-5-й процедуре и в конце курса. Использовали набор клинических показателей, характеризующих основные проявления поражения суставов (выраженность и динамику болевого синдрома), индексы боли и припухлости по Ричи, функционального состояния опорно-двигательного аппарата (тест Ли), клинический и биохимический анализы крови. С помощью реовазографии удалось оценить влияние комбинации Артро Комплекс и Артро - Хвоя на микроциркуляцию крови.

Было выявлено, что при совместном применении Артро Ком-

плекс и Артро - Хвоя оказывают выраженный положительный эффект при заболеваниях суставов. Отмечается значительное уменьшение длительности и интенсивности болей, уменьшается припухлость пораженного сустава, существенно улучшается локомоторная функция суставов - увеличивается объем сгибательно-разгибательных движений.

Анализ крови показал, что исследуемая комбинация эффективно снижает воспалительные явления (уменьшается количество лейкоцитов в крови, сиаловых кислот, снижается СОЭ, достоверно более эффективно по сравнению с контрольной группой).

Суммарная оценка результатов проведенного исследования свидетельствует о том, что использование комбинации Артро Комплекса и Артро - Хвоя повышает эффективность комплексной терапии при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: добиться терапевтического эффекта (улучшить или значительно улучшить состояние пациентов) удалось в 86,08 процентах случаев!

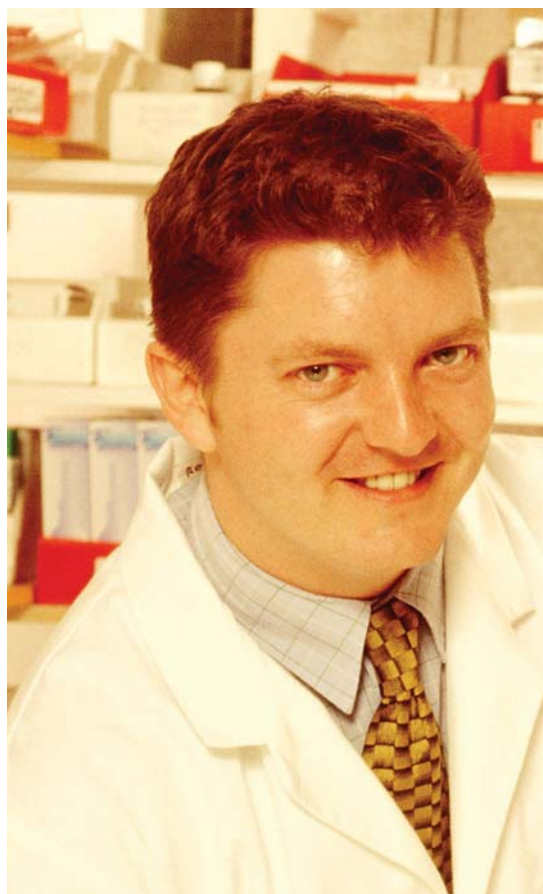
Для специалистов:

Полный текст клинического отчета можно заказать в информационном отделе компании ЭД Медицин:  
doctor@admedicine.co.uk  
info@admedicine.ru





Население Великобритании – почти 60 миллионов человек. За последние десять лет средняя продолжительность жизни среднестатистического англичанина увеличилась на пять с лишним лет - с 73,1 года до 77,5. Что же там у них особенного?



# Британские аптеки

товары там дешевле.

Но аптекари не унывают. По правилам лицензирования они должны заключать с местными органами здравоохранения контракт, который предусматривает некий обязательный минимум услуг. Например, знакомить клиента с тем или иным препаратом, или хотя бы дать ему в руки листовку с подробными сведениями. Например, предоставлять посетителям информацию о различных заболеваниях. Некоторые фармацевты выезжают на дом, - особенно к пожилым людям, или участвуют в мероприятиях по пропаганде здорового образа жизни.

*Аптека дает рекомендации и по применению парафармацевтики, то есть биологически активных добавок!*

*Распространять лекарства могут и терапевты – этим занимаются примерно 4 тысячи британских врачей*

Когда британец идет в аптеку, это не значит, что он заболел. Может быть, ему нужен крем для загара, или шоколадка, - обычная британская аптека не только место, где продают лекарства, а настоящий магазин 1000 мелочей. Здесь можно даже проявить фотопленку и напечатать фотографии. Правда, с каждым годом содержать аптеку становится все сложнее. Многие супермаркеты, где рядом и бесплатная парковка, и продукты, тоже открывают у себя аптеки. Покупателям удобно, да и некоторые

интернатуру. Есть и сотрудники со средним фармацевтическим образованием, - они готовят рецепты, ведут базу пациентов, отпускают препараты, следят за тем, чтобы в рецепты не вкралась ошибка...

Фармацевт может выписать вам повторный рецепт, измерить давление. Проведет тест на сахар в крови или на беременность. Тяжело больному пациенту могут доставить лекарство на дом. И кислород доставят на дом, если есть такая необходимость. И даже дадут рекомендации по применению парафармацевтики, то есть биологически активных добавок!

Частные аптеки, особенно те, которые существуют долго – как, например, «Нельсонс», открытая в центре Лондона аж в 1860 году! - относятся к клиентам как к давним знакомым и добрым друзьям. Если в обычной аптеке вы просто пройдете вдоль рядов и возьмете, что вам нужно, то здесь могут приготовить препарат специально для вас!

Работают аптеки с 9 утра до 6 вечера. Но если вы почувствовали себя внезапно позднее, единственная возможность достать даже самое простое лекарство - ехать в больницу. Впрочем, говорят, это правило скоро будут менять...

Медицинские препараты без рецепта обойдутся вам примерно в полтора раза дороже, чем, например, в США. А выписать рецепт стоит в среднем около 10 долларов. Но с детей, престарелых, инвалидов и многих других категорий граждан эту плату не берут, - более 80 процентов рецептов, выписываемых в Британии, бесплатные!

Кстати, у частных фармацевтов нет монопольного права на распространение медицинских препаратов, - некоторые из них можно купить в супермаркетах, бакалейных лавках или на заправочных станциях, при которых тоже есть аптечные киоски. Распространять лекарства могут и терапевты – этим занимаются примерно 4 тысячи британских врачей.

Официально в Британии зарегистрировано около двух тысяч препаратов. Но, считая их различные модификации, наберется и все 6 тысяч. 2700 препаратов продаются без рецепта, несколько больше трех тысяч могут продаваться только по лицензии, но во всех пунктах продажи. А 38 процентов препаратов разрешены только в аптеках.

Общая сумма впечатляет: за год жители Британии тратят на медицинские препараты около 1,5 миллиардов фунтов стерлингов!



## Долой РЕКЛАМУ ИЗ ШКОЛЫ!

Компания Coca-Cola убирает из школ Великобритании рекламу своей продукции, - включая логотипы на автоматах по продаже прохладительных напитков. Ее заменят изображениями играющих детей.

Представители компании говорят, правда, что это решение вызвано осознанием того важного факта, что школа должны быть «зонай, свободной от коммерции». Но все знают, что сделано это под давлением общественности, которая добивается запрета на рекламу безалкогольных напитков, приносящих по ее убеждению, вред здоровью.

В полутора тысячах средних школ Великобритании стоят 4000 торговых автоматов Coca-Cola. Определенная доля выручки от них отчисляется самим образовательным учреждениям. Кроме того, детям не приходится далеко отлучаться, чтобы купить напитки. Так что школам выгодно содержать у себя эти автоматы. И все же давление общественности привело к тому, что Coca-Cola уже убрала свою рекламу из школ Шотландии. На очереди Англия, Уэльс и Северная Ирландия.

## ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ ОПАСНЫ

Британский доктор Дэвид Керр из Центра по изучению диабета и эндокринной системы считает, что употребление газированных напитков в детском возрасте вызывает ожирение.

В исследовании приняли участие 650 школьников в возрасте от 7 до 11 лет. Керр не интересовали другие факторы, влияющие на тучность, вроде особенностей питания. Он решил сосредоточиться только на шипучих напитках, и выяснил, что в газировке содержится большое количество сахара, который быстро поглощается кровеносной системой. Если эта энергия остается неизрасходованной, в организме ребенка накапливается жир.

Для половины детей Керр и его коллеги сократили употребления газированных напитков до 250 миллилитров в сутки. Другая половина выпивала в дополнение к своей обычной норме еще два стакана каждые три дня. К концу учебного года во второй группе количество детей с признаками ожирения выросло на 7.6 процентов! А среди школьников, которые пили газировки меньше, наоборот, на 0.2 процента снизилось.

Вместо «шипучек» ученые рекомендуют детям пить фруктовые соки или воду.

## НЕ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ – ПЛАТИ!

Каждый третий британец убежден, что людей, которые не следят за собственным здоровьем, нужно наказывать материально. А каждый двенадцатый, - что такие люди не должны получать бесплатных медицинских услуг, предусмотренных Государственной службой здравоохранения.

Все это – ответы на опрос общественного мнения, который проводился в Британии. Исследование четко показало: большинство британцев считают, что человек сам должен отвечать за свое здоровье и благополучие.

Особенно возмутили участников опроса люди, которые заболели от неправильного питания, в результате курения или злоупотребления алкоголем. На вопрос имеют ли такие больные право на бесплатное лечение, 34 процентов респондентов ответили, что если человек не следит за своим здоровьем, он должен сам оплачивать медицинские услуги, а 8 процентов вообще требуют отказывать им в лечении!

Тем не менее, 80 процентов британцев полагают, что правительство должно усилить контроль над производителями продуктов питания. Например, половина опрошенных высказалась за более строгие ограничения для «фаст-фуда», а чуть меньше половины требует повысить налоги на алкогольные напитки и табачные изделия.



## ИНДЕЙКА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Известный британский повар Джейми Оливер в одной из своих телевизионных передач сказал, что если дети будут продолжать есть так называемые «школьные обеды», то, скорее всего, они умрут раньше своих родителей.

Правда, он не стал организовывать демонстрации или писать гневные петиции в прессу. Он просто отобрал несколько школ, и там резко перевел ребятишек с еды по типу фаст-фуда на здоровую пищу. Его меню включало, к примеру, запеченную индейку и разнообразные овощные гарниры.

В начале дети отреагировали на отсутствие котлет из перемолотого второсортного мяса и особенно на отсутствие макарон и пиццы чуть ли не голодовкой. Но уже через несколько недель они с удовольствием уплетали еду из нового меню, а учителя в голос твердили, что их ученики во второй половине школьного дня стали более «вменяемыми», - то есть у них повысилось внимание, они стали лучше учиться. А те, кто страдал от астмы, стали реже пользоваться лекарствами!

Телевизионная передача Оливера вызвала в Британии волну критики по поводу качества школьных обедов. Министр образования Рут Келли заявила: «Вся эта еда, которая включает в себя продукты, сделанные из смеси второсортного мяса, с трудом напоминает настоящую». А сам Джейми Оливер явился в резиденцию премьер-министра на Даунинг-стрит с петицией, в которой стояло 271 000 подписей людей, требующих более качественных школьных обедов. В результате правительство пообещало выделить на эти цели 280 миллионов фунтов стерлингов.





В последние годы термин «качество» произносится так часто, что даже потерял часть своего привычного обаяния. В самом деле, качество продукта не может определяться только количеством восторженных его описаний, - это сумма многих и многих факторов.

Безусловно, важны ингредиенты, из которых состоит коллоидная фитоформула. Но не менее важны как способ производства продукции, так и опыт, отношение к делу самих производителей. Понятие «высокое качество» включает в себя и взаимоотношения с поставщиками, и тестирование продукта перед выводом его на рынок, и способы его описания, и маркетинг. И, безусловно, внимательное отношение к конечному потребителю.

Сегодня «Доктор Эд» рассказывает читателям только о части той длинной технологической и маркетинговой цепочки, благодаря которой продукты Эд Медицин традиционно славятся своим истинно высоким качеством.

**Представляем читателям автора - главного технолога Эд Медицин (AD Medicine) доктора клинической биохимии Роджера Грина.**

**Доктор Рождер Грин – специалист по контролю качества с тридцатилетним опытом работы. Участвовал в формировании регламента FDA (Food & Drug Administration) в области производства нутрицевтиков (БАД) вместе с Хоакином Деместре, - ныне главным фармакологом Эд Медицин.**

# Высочайший стандарт

Стандартизация – это важнейший фактор производства продуктов, содержащих растительные ингредиенты: потребитель должен быть абсолютно уверен, что все травяные и иные природные ингредиенты содержат необходимые вещества в достаточном количестве и в нужных пропорциях.

Стандартизация завоевала Европу в 1992 году с подачи врачей, использовавших в своей практике БАДы, - они были заинтересованы в том, чтобы в организм пациента попадало гарантированное количество активных веществ в тщательно выверенных соотношениях. И, конечно, с подачи производителей, заинтересованных в точных расчетах конечных дозировок ингредиентов.

Стандартизация имеет много плюсов. Во-первых, она позволяет знать, в каком периоде роста то или иное растение содержит максимальное количество активного вещества, «отвечающего» за конкретные целебные свойства. Во-вторых, она гарантирует, что качество производства, технология, остаются неизменными. И, наконец, она обеспечивает каждую порцию стандартизированного продукта абсолютно одинаковым объемом активных ингредиентов.

## Чистые ингредиенты

Потребители должны быть уверены в целебной силе нашей продукции. Поэтому мы подвергаем ингредиенты минимальной обработке, чтобы они сохраняли свою силу и максимальное количество активных компонентов.

Все начинается с анализа химических составляющих растительного материала. Он производится с помощью самых современных технологий - хроматографии, спектрометрии и MRI. Каждое конкретное растение должно «доказать» свою способность оказывать определенный терапевтический эффект в течение длительного времени исследований. Поэтому каждая партия подвергается тщательному анализу на содержание точного количества действующего вещества.

Кроме того, мы регулярно встречаемся с поставщиками, чтобы рассказать им о нашем отношении к качеству каждого ингредиента, поделиться с ними перспективами и новыми разработками. И еще заботой о том, чтобы ингредиенты соответствовали всем пунктам важнейшего для нас документа - главы 25-й «Производство БАД»



Фармакопеи США, которая устанавливает стандарты для лекарств, БАДов и продуктов здоровья, производимых на территории Соединенных Штатов..

У нас эксклюзивные контракты с лучшими поставщиками растений со всего мира. Мы предпочитаем заказывать травы в тех странах, где они произрастают и культивируются столетиями – женьшень и китайский лимонник в России, дикий ямс - в Мексике, чертополох – в Великобритании, пигеум – в Африке... Таким образом, мы делаем все, чтобы получить для производства только самые сильные, самые чистые и самые качественные растения.

Тысячи человеко-часов были потрачены на исследования, - на изучение свойств и сочетаний различных ингредиентов и на их тестирование в лабораториях.

Существует правило: если ингредиент не проходит наш строгий отбор, то мы больше не будем его покупать, - даже если у нас есть только один-единственный его поставщик. Мы луч-





*Когда покупатель берет баночку с нашей коллоидной фитоформулой, он должен быть уверен, что держит в руках продукт самого высокого качества*



ше не будем производить продукт вообще, нежели произведем его из ингредиентов, не соответствующих нашим требованиям. Проверке подвергается каждая партия ингредиентов. И если какая-то из них тест не сдала, мы считаем, что виноват поставщик. И расстанемся с ним. Понятно, это недешевый процесс. Но когда дело касается безопасности и эффективности наших продуктов, - на компромиссы мы не идем. Мы считаем эти затраты инвестициями в жизнь и здоровье наших потребителей!

#### ПЕРЕДОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Даже самые лучшие ингредиенты не могут гарантировать качества продукта, если обработаны или смешаны с нарушениями строгих процедур и жестких стандартов. Чистота для коллоидов – качество крайне важное. Важнейшее! Поэтому часть нашей коллоидной фитоформулы могут только ингредиенты, прошедшие строжайшую проверку по самым жестким тестам. Когда заказанные растения прибывают на фабрику, они немедленно помещаются под режим карантина. Отобранные образцы отправляются в лабораторию до-производственного контроля, снабженную полным набором самого современного оборудования, и там каждый исследуется по параметрам чистоты, концентрации, биологической активности и качества. Так что все, что отправляется в производство, тщательнейшим образом тестируется. Далее следует первая «производственная остановка» - взвешивание: оно должно проходить с фармацевтической точностью. И еще одно строгое правило, которого мы никогда не нарушаем: в лабораторной комнате за один раз происходит взвешивание только одного ингредиента. После завершения процедуры комната специально очищается и подготавливается к взвешиванию следующего.

Я знаю, что очень немногие производители делают такую основательную чистку, но мы считаем, что это важно, - потому что это важно для наших клиентов. После взвешивания ингредиенты отправляются на смешивание. Многие производители пытаются сэкономить, используя единую систему смешивания, но только не мы. Каждый вид БАДов имеет свои правила производства, и коллоиды – не исключение. Поэтому только специальное оборудование позволяет достичь в этом процесса наивысшего качества.

Перед тем, как вся фитоформула будет смешана воедино, каждый ингредиент помещают по отдельности в специальную водную среду. Здесь применяется технология послойного мелкодисперсного распыления, - и это один из самых напряженных и трудоемких процессов в технологическом цикле. Затем коллоиды смешиваются в различных сочетаниях. Каждый ингредиент имеет свои уникальные особенности, и благодаря этой процедуре, сила и качество конечного продукта возрастает.

Очень важно, что не происходит практически никакой другой обработки ингредиентов,

ибо чем в большем количестве технологических процессов они участвуют, тем больше теряют полезных свойств. Но коллоиды – жидкая форма БАД, - требуют лишь минимальной обработки, поэтому нам удастся полностью сохранить природную биологическую активность ингредиентов.

Перед окончательной расфасовкой мы производим еще одну проверку – контроль качества конечного продукта. И когда наш покупатель берет баночку с коллоидной фитоформулой, он может быть уверен, что держит в руках продукт самого высокого качества!

#### ТЩАТЕЛЬНЫЕ АНАЛИЗЫ

В дополнение к микробиологическим, мы проводим и физико-химические исследования, - потому что должны быть полностью убеждены в том, что конечный продукт имеет те же показания чистоты, качества и биологической активности, что и составляющие его ингредиенты.

Лаборатория физического контроля проверяет вес, растворимость, плотность и другие параметры, чтобы убедиться, что коллоиды будут усваиваться своевременно и при этом будут взаимосоуславливать процесс усвоения. Чтобы соблюдать наши высочайшие стандарты, превосходящие по некоторым параметрам стандарты традиционной фармакопеи США, чтобы точно выверить количество витаминов, минералов, трав и нутриентов, мы используем самое высокотехнологичное оборудование, которое только существует сегодня в мире. Такое, например, как HPLC (высокочувствительная жидкостная хроматография), ICP (индуктивно-спаренная плазма, используемая для анализа минералов), и UV-VIS (ультрафиолет, видимый светоспектрометр). Результаты наших лабораторных анализов постоянно сравниваются с отчетами независимых лабораторий. И, надо сказать, наши результаты последовательно совпадают с результатами, которые получают они. Честно говоря, аналитики, сотрудничающих с нами независимых лабораторий, часто бывают приятно удивлены точностью и глубиной наших аналитических возможностей, потому что обычно такие строгие критерии к качеству БАДов не применяют.

Но мы, в свою очередь, для еще большей точности, снабдили нашу лабораторию новейшим ICP-аппаратом, который может измерять остаточные минералы в ЧМ (частицы на миллион). Он более чем в 1000 раз чувствительнее к некоторым элементам, чем оборудование многих и многих компаний. И вообще, кстати упомянуть, в нашей лаборатории нет ни одного аппарата старше двух лет.

Последняя проверка качества проходит непосредственно перед отправкой партии продукции к потребителям, но мы не просто проверяем ингредиенты или весь коллоид. Мы проверяем всю цепочку: от каждого ингредиента в составе фитоформулы, до бутылки и ее крышечки.

Потому что вы, - наши партнеры, друзья и потребители, - заслуживаете только самого лучшего. Мы в этом совершенно уверены!



Она не скрывает своей любви к шпинату, русской бане и обращается к окружающим не иначе как «люди добрые». Когда ее что-то восхищает, она складывает руки у груди в присущей лишь ей обворожительной манере и сразу становится понятно, что перед тобой балерина. Изящная, волевая и целеустремленная Настя Волочкова.

## Счастье, что моя работа – это моя жизнь

- Для окружающих вас людей балет – это красивое зрелищное искусство. А чем он является для вас?

- Для меня - это жизнь, образ жизни... И, вместе с тем, огромное счастье. Счастье, которое заключается в том, что моя работа – это моя жизнь. Но я надеюсь, что моя жизнь никогда не превратится в работу.

- Анастасия, существует ли, на ваш взгляд, такое понятие как «балетный характер»?

- Да, я считаю, что «балетный характер», прежде всего, должен включать в себя такие качества как сила, мужество, дисциплина, любовь. И обязательно - трудолюбие и самопожертвование.

- Какими качествами должен обладать человек, чтобы добиться успеха?

- Формула успеха и путь к успеху - это сочетание таланта и могущества воли. Могущество воли – это, пожалуй, самое главное. И, безусловно, трудолюбие.

- Существует ли «жизнь после балета»?

- У меня тот случай, когда не моя жизнь существует в балете, а балет существует в моей жизни. И я считаю, что уходить из творчества нужно очень грамотно и мудро, проявив силу воли и характер. Нужно уходить, когда находишься в расцвете сил, - чтобы зрители помнили тебя молодой и красивой. А после балетной жизни может быть масса всего другого. Продолжением своей творческой карьеры я, например, вижу кино. Я мечтаю о создании авторского проекта на телевидении и еще, больше всего, о создании камерного театра и балетной школы, в которой была бы студия для совсем маленьких деток - от четырех до восьми лет. Я считаю, что это было

бы очень красивым делом для России и верю, что найдутся люди, готовые поддержать эту идею и помочь мне воплотить ее в жизнь.

- Есть ли у вас вредные привычки?

- Наверное, да. Я люблю курить кальян. Правда, крайне редко, но иногда могу себе это позволить.

- А как вы относитесь к так называемым стандартам красоты?

- Я считаю, что у красоты не может быть стандарта. Истинная красота не может вписываться ни в какие рамки. Красота – это любовь, доброта и все то, что радует взгляд.

- Что должна делать женщина, желающая сохранить молодость и красоту?

- Прежде всего она должна обладать тем, что не способно дать посещение салонов – любовь в сердце, уметь любить и быть любимой. Должна, безусловно, быть светлым человеком, хранить в своем сердце великодушие, чистосердечие и внутренний свет. Только тогда она сможет надолго оставаться привлекательной.

- Ну, а забота о внешности?

- Мне нравятся всевозможные виды массажа: от спортивного, до аюрведического. И, кроме того, я люблю понежить свои ножки хорошим, грамотным, профессиональным педикюром и поухаживать за руками. Раньше я не верила в лечебное действие шампуней и масок для волос. Но сейчас считаю, что уход за волосами гораздо эффективнее, чем уход за лицом в косметическом салоне...

- К каким косметическим процедурам вы относитесь с подозрением?

- К тем, которые предполагают вмешательство во внешность и в человеческий организм.



Это и мезотерапия, и ботокс, и разные другие инъекции, а также любые пластические операции, которые у меня ассоциируются не только с риском для здоровья, но и с угрозой для жизни. Существует столько случаев неудачных операций! Недавний пример тому Оксана Пушкина, крестная нашей дочки Ариши, которая чуть не лишилась жизни после некачественно введенной инъекции. К тому же, я считаю, что подобные процедуры дают очень кратковременный эффект и вызывают привыкание. К примеру, инъекции ботокса необходимо обновлять каждые три месяца. Мне кажется, что это настолько пагубно для организма, что никакая мнимая красота того не стоит. После подобных вмешательств, организм быстрее начинает увядать. Поэтому я крайне отрицательно отношусь к этим процедурам и советую каждому хорошенько подумать, прежде чем на такое решиться. К тому же существует масса других способов поддержания красоты – витамины, различные профилактические препараты, коллоидные фитоформулы, сохраняющие все полезные элементы целебных трав. Вода, применяемая в производстве таких фитоформул подобна талой ледниковой воде, которую я, к примеру, очень люблю пить, потому что она обладает совершенно особой кристаллизацией и не задерживается в организме, тем не менее, выводя из него вредные вещества.

- Стучалось ли вам самой разочаровываться в каких-то процедурах?

- В основном после посещения косметологов. Когда после нанесения всевозможных масок, скрабов или проведения пилинга, вместо желаемого эффекта я получала только раздра-





Существует  
масса способов  
поддержания  
красоты -  
витамины,  
различные  
профилактические  
препараты,  
коллоидные  
фитоформулы,  
сохраняющие все  
полезные элементы  
целебных трав...

жение на лице. После подобных экспериментов с кожей, я просто решила, что это не для меня и на том успокоилась.

**- Как вы питаетесь?**

- Больше всего люблю салатные листья самых разных видов: руккола, базилик, кинза, романо, айсберг и другие. Зелень и овощи, пожалуй, мои главные источники витаминов. Из более серьезных блюд мне нравится шпинат с тертым сыром «Пармезан» или со сливками и всевозможные «морские чудики» или попросту морепродукты: устрицы, креветки, мидии и так далее. А иногда я могу побаловать себя рыбой, приготовленной Игорем на пару или перепелиными яйцами.

**- Позволяете ли вы себе «сладкие» слабости?**

- Очень и очень редко. Иногда, правда, «подворовываю» у Игоря овсяную печенюшку, которую он ест или «втихаря» съедаю конфетку. Но это действительно для меня большая редкость, - я не особый любитель сладостей.

**- А какие у вас самые любимые места в Москве?**

- Прежде всего, Высоко-Петровский монастырь, - он находится неподалеку от нашего дома, и там служит мой духовный отец Борис. Конечно же, Красная площадь и русские церкви в Москве. Если говорить о всяких рестораниках, то это сад «Эрмитаж», который своей специфической атмосферой настраивает на волну покоя и гармонии.

**- Вы можете как-то охарактеризовать свой индивидуальный стиль в одежде? Чем руководствуетесь при ее выборе?**

- Для меня всегда важно, чтобы одежда была элегантно. Чтобы она сочеталась по гармонирующим оттенкам, - если это выход в свет, и была бы удобной, если это просто повседневная жизнь. Если речь идет о каких-то торжествах, то больше всего люблю вечерние платья с кринолином.

**- Как вы отдыхаете?**

- Для меня самый лучший отдых и средство восстановления, конечно же, русская баня и профессиональный массаж. Причем баня для меня является и своеобразным культом, и ритуалом. А заодно и лучшим косметологом. Мне кажется, что нет ничего полезнее для лица, чем мед с солью и здоровый пар. Этой доброй традиции я не смогла изменить даже во время беременности, чем несказанно удивляла всех окружающих. Игорь даже говорит, что у меня после бани возникает особое состояние, которое дает мне невероятный заряд энергии. А я, в свою очередь, всегда готова поделиться этой положительной энергией с окружающими. Очень люблю плавать в море или озере. В Ростове нашла замечательное место, совместившее в себе и баню и плавание в холодной воде. В Москве, конечно, с этим уже сложнее, поэтому приходится довольствоваться купелью с ледяной водой или бассейном.

**- К чьим советам в области красоты вы прислушиваетесь?**

- Если честно, ни к чьим. Я всегда ищу ответы на вопросы в самой себе. И нахожу для себя подходящий образ жизни, рацион и косметические средства. Все, что я делаю, я придумываю сама. И делаю это потому, что у меня есть прекрасный пример моего педагога Инны Борисовны Зубковской, которой, к сожалению, уже нет в живых... Она ушла из жизни в семьдесят восемь лет, будучи настолько красивой женщиной, что при взгляде на нее у меня просто захватывало дух. Она, действительно была уникальным человеком и женщиной во всех смыслах этого слова, - с безупречной кожей, с безукоризненно уложенной прической и всегда с легким макияжем. А весь этот образ настоящей женщины венчала обворожительная улыбка! Она умела так ухаживать за собой, что это выглядело совершенно естественно. Я считаю, что кра-

сота этой женщины была не в том, какими кремами она пользовалась, - молодость на ее лице отражала ее молодую душу, светлый характер и чистоту сердца.

**- Какая из стран, в которых вы побывали, произвела на вас самое яркое впечатление?**

- Конечно же, Малайзия. Это сочетание джунглей и гор, рек и водопадов. В один из дней мы с Игорем решили покататься на лодке, - хотя нас и предупредили, что в джунглях обитают стаи обезьян, которые нападают на туристов и отбирают еду. А мне, наоборот, стало очень интересно, и я специально взяла с собой бананы и воду в маленьких бутылочках. Но когда мы возвращались обратно, на нас действительно напала стая обезьян, они отобрали у меня бананы, а у Игоря - мешок с вещами. И тут меня охватил самый настоящий ужас, - тем более, что в тот момент я была на пятом месяце беременности... Правда, все закончилось хорошо.

**- Есть ли у вас хобби?**

- Моя работа и есть хобби. Еще я начала заниматься йогой. Она во многом похожа на ту гимнастику, которую я делаю в балетном зале во время разогрева перед репетицией.

**- Какие фильмы и книги вам нравятся?**

- Очень нравятся серьезные фильмы, иногда могу посмотреть комедию. Категорически не люблю фантастику и боевики. Читать больше всего люблю серьезную литературу с философским уклоном. Мне интересны романы Паоло Коэльо, поэзия Марины Цветаевой и Александра Пушкина.

**- Вы считаете себя состоявшейся женщиной?**

- Я считаю себя скорее самодостаточным человеком. Но в тоже время можно говорить и о том, что к 30-ти годам я состоялась как ба-  
лерины, жена и мама.

Интервью подготовила  
Евгения Вдовина







Что такое женская красота? Кажется, все ясно: красивая женщина – это...

А что – это, если у разных народов совершенно разные представления о ней? Китайцы, например, считают красивой женщину с широким скуластым лицом, плоским носом и удлиненными ушами. В Индонезии коричневые женщины считаются гораздо красивее европейек с их белой кожей. А некоторые африканские народы оценивают красоту женщин вообще по толщине зада – чем толще, тем лучше!

И все же, наряду с различиями, у всех без исключения народов есть и какие-то общие критерии. Все любят женщин с узкой талией и широкими бедрами. Всем нравится гладкая чистая кожа – без пятен и излишних волос. Все любят женщин с некрупным лицом, изящным подбородком и полными губами...

Но, между прочим, узкая талия и широкие бедра – это главный признак женщины, способной рожать крепких детей. Но светлая кожа – признак молодости – во всех расах у девушек и юных женщин она выглядит светлее, чем у пожилых. А некрупное лицо, изящный подбородок и полные губы – одно из самых достоверных свидетельств полноценного гормонального баланса.

То есть красота по представлениям всех народов Земли – это молодость и сохранность женского организма независимо от возраста. Красота, – это крепкое здоровье женщины.

Вот о крепком здоровье, которое делает женщин такими привлекательными, мы и поговорим на этих страницах.

## Возвращение красоты

*Каждые 4 килограмма лишнего веса отнимают у человека полгода жизни, и вдвое увеличивают скорость старения!*

Проще всего сказать, что современный человек ведет неправильный образ жизни. Конечно, неправильный. Но нельзя же, согласитесь, всем мужчинам снова заняться охотой на мамонтов, а всех женщин отправить за ягодами и травой! Как тогда быть с автомобилями, компьютерами, холодильниками?..

### Умный орган

Люди сегодня просто вынуждены вести малоподвижный образ жизни. А поскольку натуральных, не подвергшихся предварительной обработке продуктов становится все меньше, проблема усугубляется еще и пищей. К счастью, наш организм – система чрезвычайно умная и подвижная. И к современному образу жизни, который большинству из нас просто невозможно изменить, он как-то приспосабливается.

Один из самых умных органов человека – поджелудочная железа. Небольшая, – всего-то 80 – 90 граммов, она вырабатывают содержащий щелочи и пищеварительные ферменты панкреатический сок, который

обеспечивает переваривание белков, жиров и углеводов. А кроме того, синтезирует гормоны глюкагон и инсулин, регулирующие в организме обмен углеводов. Эти гормоны обладают противоположным действием: глюкагон уровень сахара в крови повышает, инсулин, наоборот, понижает, – а вместе они сохраняют необходимый для организма баланс.

Но если даже самый умный орган постоянно заставлять работать на пределе, то могут появиться проблемы. И дело не только в болях, которые неожиданно возникают в верхней части живота – вокруг пупка, а то и становятся «опоясывающими», когда боль отдает еще и в спину. Боль, в конце концов, – это пока только сигнал, призывающий обратить внимание на проблему. Дело в причинах.

### Разрушенный баланс

Оставим в стороне наследственную предрасположенность – это случай особый. Но злоупотребление алкоголем, но курение, но переизбыток – особенно жирная, жареная

По оценкам Всемирной организации здравоохранения миллиард населения Земли страдает избыточным весом. Первое место прочно удерживает Америка:

190 миллионов американцев весят гораздо больше нормы.

Когда-то самой стройной нацией

в Европе называли французов, а теперь около 40 процентов мужчин и женщин этой страны стремительно потолстело.

Потолстела и Азия: конечно, «восток – дело тонкое», но Саудовская

Аравия, например, обнаружила у себя 51 процент очень толстых

женщин и 45 процентов чересчур солидных мужчин!

Россия не хуже, но, к сожалению, и не лучше других – более чем у 50 процентов наших соотечественников избыточный вес.



ная, мясная пища и особенно вечером и ночью - могут стать причиной серьезного заболевания.

В ответ на постоянное и чрезмерное употребление жиров и легко усваиваемых углеводов поджелудочная железа начинает вырабатывать большее количество инсулина, поглощающего «лишний» сахар. А так как делаем мы это много и часто, то у большинства любителей «хорошо посидеть» и вкусно поесть к 40 годам отмечается повышение в крови уровня инсулина. Это состояние врачи называют гиперинсулинемией, и оно приводит к целой гамме нарушений.

1. Нарушается обмен жиров - они активнее всасываются, расщепление жировой ткани замедляется, и жир откладываются в так называемых «жировых депо». В результате начинается ожирение.

2. Нарушаются обмен веществ, - в крови повышается уровень холестерина и триглицеридов.

И возникают атеросклероз и связанные с

ним сердечно-сосудистые нарушения.

3. Нарушается работа сосудодвигательного центра, - и повышается артериальное давление. А это прямой путь к гипертонии.

4. И, наконец, возникает сахарный диабет 2-го типа, так называемый инсулиннезависимый или «диабет взрослых».

#### КОРРЕКТОР ВАШЕЙ ТАЛИИ

Инсулин - это гормон, который является проводником глюкозы внутрь клеток, обеспечивая тем самым клетки энергией. Но когда уровень его становится высоким, клетки перестают на него реагировать. Его поступление внутрь клетки сокращается, большое количество глюкозы остается в кровяном русле, и развивается парадоксальное состояние: инсулина в крови много, но клетки к нему нечувствительны, - а уровень глюкозы тоже оказывается повышенным. Образно говоря,

возникает некий замкнутый круг.

Можно (и нужно!) «сжигать» жиры. Но после изнурительной диеты и курса приема самых патентованных «жиросжигателей», избыточное количество инсулина немедленно восстановит и прежнее количество жира, и прежний вес.

Можно (и нужно!) принимать препараты, снижающие уровень холестерина. Но «инсулиновое звено» снова поднимет уровень холестерина - и будет способствовать возобновлению роста атеросклеротической бляшки.

Можно (и нужно!) специальными препаратами снижать давление. Но очень быстро развивается привыкание к ним, - и эффект от лекарств неуклонно снижается.

Подобное состояние получило название метаболический синдром. Для того чтобы этот круг «разорвать», необходима коррекция инсулинового звена нашего организма. Именно таким корректором и является коллоидная фитоформула Шугар Бэланс, разработанная специалистами Компании ЭД Медицины (Великобритания).

Коллоидная фитоформула Шугар Бэланс - сбалансированное сочетание целебных растений, витаминов, минералов, антиоксидантов, макро- и микроэлементов, необходимых для нормализации и поддержания оптимального уровня сахара в крови. Именно в коллоидной форме возможно полное усвоение природных целебных компонентов клетками организма, - и, в частности, клетками поджелудочной железы.

Шугар Бэланс снижает уровень инсулина в крови. За счет возвращения рецепторам клеток чувствительности к инсулину - повышает его эффективность. Улучшает обмен углеводов и жиров.

В состав коллоидной фитоформулы включены только природные компоненты, полностью сочетаемые с организмом человека и прошедшие самую тщательную проверку в клиниках Европы.

## Коллоидная фитоформула Шугар Бэланс:

- Способствует возвращению к норме всех звеньев развития и формирования метаболического синдрома.

- Создает так называемые явления компенсации, которые возмещают функции поврежденных систем и помогают организму справиться с заболеванием.

- Эффективно воздействует на липидный обмен, - что способствует снижению массы тела и формированию талии.

- На начальном этапе может не только остановить развитие болезни ее, но и стимулировать возвращение организма к нормальному состоянию.

- НЕ является синтетическим лекарственным средством! Но при этом обладает доказанным сахароснижающим эффектом, доказанным лабораторными исследованиями и широкой клинической практикой.

- Шугар Бэланс выпускается в виде коллоидного раствора.

- Коллоидная форма обеспечивает максимальное сохранение соединений и доставку к нужному органу максимального количества активных ингредиентов.

- Усвоение Шугар Бэланс начинается уже в полости рта, - это исключает разрушение биологически активных соединений ферментами желудочно-кишечного тракта. Попав в кровь, биологически активные компоненты доставляются к клеткам-мишеням, минуя барьер, который им «по привычке» создает печень, - это обеспечивает высокое усвоение и максимально быстрый эффект.

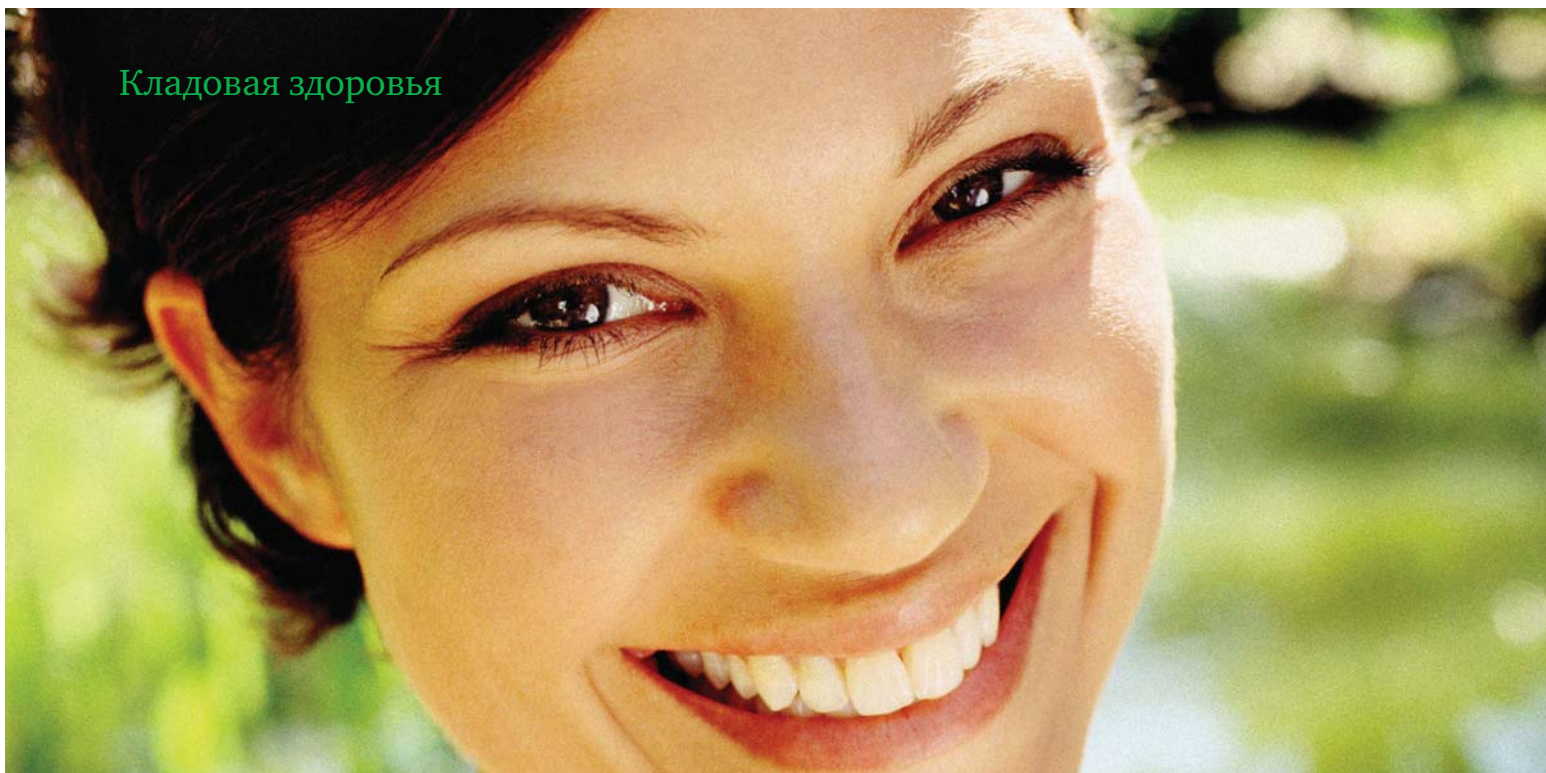
- Шугар Бэланс действует мягко, безопасен даже при длительном приеме. Все ингредиенты подобраны в соответствии с результатами новейших исследований, взаимно усиливают и дополняют эффекты друг друга.







Кладовая здоровья



На состояние  
кожи, волос  
и ногтей  
оказывают  
огромное влияние  
витамины и  
минеральные  
вещества. И об их  
уровне необходимо  
заботиться  
ежедневно.



## Все начинается изнутри

Чем занимается женщина, прежде чем выйти из дома? А одним и тем же: принимает душ, - чтобы кожа казалась чистой и свежей. Укладывает волосы, - чтобы не видно было, какие они сухие и тусклые. И красит ногти, - чтобы скрыть их ломкость и шелушение.

Хорошие волосы, крепкие ногти, чистую кожу, - без пятен или не дай Бог угрей, - действительно увидишь не часто. Женщины постоянно себя оправдывают: то климат не тот, то экология виновата, то сумасшедший темп жизни, то стрессы...

Но, признаемся откровенно, в первую очередь виноваты мы сами.

Все знают, например, что, необходима постоянная физическая нагрузка, - но об этом столько раз говорились, что повторяться нет смысла.

Поэтому подойдем к проблеме с другой стороны.

Для чего нужна физическая нагрузка? Да для того, чтобы в ткани нашего организма поступало как можно больше кислорода! Потому что кислород - очень важный фактор питания кожи и волос.

Для чего нужна сбалансированная пища?.. Опять и опять: на состояние кожи, волос и ногтей оказывают огромное влияние витамины и минеральные вещества, - о соответствующем уровне которых необходимо заботиться ежедневно. А дефицит витаминов и минеральных веществ в рационе рядового жителя России довольно велик. Например, витаминов С и Е, или очень важного для организма микроэлемента селена на территории России не хватает круглый

ход. А ведь даже небольшой недостаток витаминов и минеральных веществ оказывает негативное влияние на здоровье и внешний вид человека.

Недостаток витаминов и минеральных веществ у женщин возникает, во-первых, потому, что очень многие из них время от времени «салятся диету» - не сбалансированную, а просто «голодную». Мы же привыкли решать все «одним махом»! Во-вторых, многие постоянно используют противозачаточные таблетки, при долговременном применении которых может возникнуть дефицит фолиевой кислоты, витаминов групп В и С.

И самое главное: результаты этого дефицита отражаются, прежде всего, на тех частях женского тела, которыми она дорожит больше всего. Недостаток цинка, железа, витаминов группы В и других необходимых веществ может вызвать выпадение волос, тенденцию к ломке и расщеплению ногтей, блеклый и усталый вид кожи, ее сухость и нездоровый вид в целом.

Но если на физические упражнения и прогулки нет времени, если в наших условиях трудно поддерживать постоянный и точный баланс витаминов и минеральных веществ, если на состояние кожи, волос и ногтей пагубно влияют еще и хронические стрессы, и напряженный образ жизни - то надо же что-то делать!

Самый простой и логичный способ постоянно поддерживать организм в нормальном состоянии и предоставлять ему все необходимые витамины, минеральные вещества и природные нутриенты - при-







*Самый простой и логичный способ постоянно поддерживать организм в нормальном состоянии и предоставлять ему все необходимые витамины, минеральные вещества и природные нутриенты - принимать коллоидные фитоформулы компании ЭД Медицин!*

мать коллоидные фитоформулы компании ЭД Медицин!

Формула Бьюти Нэчурал создана специально для того, что сохранять и постоянно поддерживать в человеке здоровую красоту, которая в каждом заложена матушкой-природой. Это сбалансированный состав экстрактов целебных трав, нутриентов, витаминов и микроэлементов создан специалистами компании Эд Медицин специально для того, чтобы обеспечить женщине хороший вид и поддержать ее красоту. И не красками- лаками, которые, к слову сказать, тоже не добавляют дамам здоровья, а восстанавливая здоровое состояние внутренних органов и систем!

Антиоксиданты содержащиеся в Бьюти Нэчурал, - витамин С и Е, экстракт виноградных косточек, а также масло эвонимы оказывают сосудоукрепляющий эффект, улучшают микроциркуляцию крови, уменьшают вязкость крови и улучшают ее текучесть по сосудам. Все это способствует обеспечению питательными веществами каждой клетки. Больше того, они помогают своевременно очищать организм от продуктов обмена и обеспечивают их своевременное удаление. Таким образом, Бьюти Нэчурал улучшает работу органов выделения (в первую очередь кишечника). А ведь именно отходы нашей жизнедеятельности, - если только дать им остаться в организме, - способствуют образованию пигментных пятен, делают кожу более сухой и более «старой».

Метилсульфонилметан поставляет в организм серу, которая необходима для укрепления и построения соединительнотканых волокон, что повышает эластичность и упругость кожи, прочность и эластичность связочного аппарата, - а значит, способствует сохранению той самой грациозности, о которой мечтает каждая женщина.

Бьюти Нэчурал богата специально подобранными витаминами, минералами и травами, которые незаменимы именно для питания и укрепления волос, поддержания нормального состояния кожи и ногтей. Витамин С является одним из основных антиоксидантов и помогает защитить кожу от вредного воздействия окружающей среды. Витамин Е также обладает антиоксидантным воздействием, кроме того он увлажняет кожу. Биотин, витамины группы В и цинк, благодаря их способности синтезировать белки из аминокислот, незаменимы для здорового роста волос и ногтей и обновления клеток кожи. Масло льняных семян, масло авокадо и масло эвонимы обеспечивают организм незаменимыми жирными кислотами, которые делают волосы и ногти блестящими и предотвращают их ломкость.

Антиоксиданты, гуперцин, экстракт иохимбе снимают пагубное действие стресса – и позволяют при любых жизненных обстоятельствах выглядеть молодо и привлекательно.

## Плюс омоложение всего организма

### Три функции Бьюти Нэчурал

Если у вас есть даже небольшие проблемы, то стоит помнить, что красивые ногти, густые, блестящие волосы и здоровая кожа за один день не появляются. Организм должен получать живительные и восстанавливающие вещества день за днем и в достаточном количестве. Поэтому курсы приема Бьюти Нэчурал нужно проводить регулярно. И тогда эта коллоидная фитоформула даст вашим волосам, коже, ногтям то, что им необходимо, чтобы вы хорошо себя чувствовали и были всегда красивы.

#### 1. Здоровая, красивая кожа.

Кожа служит организму защитой от окружающей среды. Организм не в состоянии накапливать и сохранять вещества, восстанавливающие кожу. Чтобы обеспечить полноценные функции ее клеток, его нужно постоянно «подпитывать». Ценный комплекс витаминов В и микроэлементов в коллоидной фитоформуле Бьюти Нэчурал целенаправленно обеспечивает кожные клетки питательными веществами и поможет вам сохранить кожу гладкой, эластичной и красивой. А если возникли проблемы (акне, угревые высыпания и т. п.), Бьюти Нэчурал поможет избавиться от них.

#### 2. Густые, блестящие волосы.

У здоровых волос естественный блеск и упругость. Для того чтобы обладать этими свойствами, волосы должны получать из организма необходимые питательные вещества. Содержащиеся в Бьюти Нэчурал пантотенат кальция, фолиевая кислота и биотин успешно поддерживают биологические процессы, способствующие сохранению полноценной структуры волос.

Бьюти Нэчурал - новое слово в области лечения волос, - даже в тех случаях, когда они начали выпадать!

#### 3. Красивые ногти.

Особенно хорошо помогают сохранять здоровую структуру ногтей соли кальция и метиониновые соединения, которые содержатся в Бьюти Нэчурал. С помощью этой чудодейственной формулы ваши ногти станут твердыми и эластичными, а поверхность их станет красивой и гладкой.

Таким образом, Бьюти Нэчурал обеспечивает:

Улучшение внешнего вида вашей кожи, - придает ей свежесть и упругость.

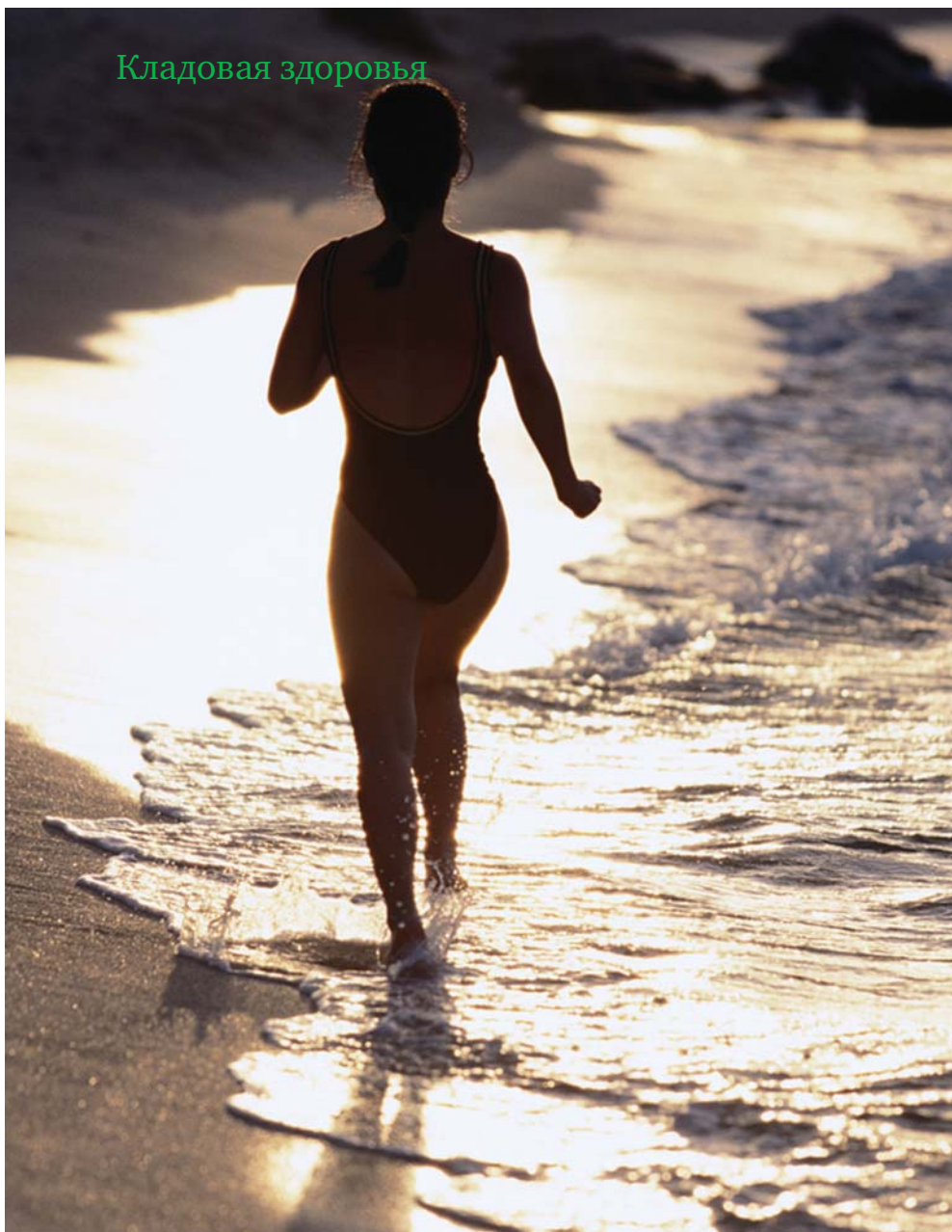
Укрепляет ваши волосы, - придает им густоту и блеск.

Укрепляет ваши ногти.

Улучшает состояние всего организма.

Останавливает процессы старения и раннего увядания.

И, наконец, делают вас совершенно неотразимой!



# Заветная масса тела

Не бросайтесь в борьбу за изменение веса, что называется с головой. Голову нужно сохранить хотя бы для того, чтобы спокойно оценить «масштабы катастрофы».

## Вес

Для начала вычислите, какое именно количество килограммов вам нужно набрать или сбросить, - то есть подсчитайте индекс массы тела и определите свой нормальный вес.

### Индекс массы тела (ИМТ)

вычисляют путем деления массы тела (в килограммах) на квадрат роста (в метрах).

**ИМТ** = вес в кг / рост в м<sup>2</sup>

Норма **ИМТ** - от 18,5 до 24,9

Если **ИМТ** меньше 18,5 - значит у вас недостаточная масса тела.

Если **ИМТ** от 25,0 до 29,9 - у вас избыточный вес.

Еще большие значения ИМТ - это ожирение:

**ИМТ** 30,0 - 34,9 - I степень

**ИМТ** 35,0 - 39,9 - II степень

**ИМТ** более 40 - III степень

Можно провести расчет нормальной массы тела и по упрощенной формуле - по ней результаты получаются приблизительно, но, в качестве экспресс-метода она вполне приемлема:

рост в сантиметрах - 110

Например: рост 175 - 110 = 65 кг.

Надо учесть еще и то обстоятельство, что иногда желанием похудеть или поправиться загораются люди с массой тела вполне нормальной. Часто речь идет не о лишних килограммах, а о дефектах фигуры. Например, женщине кажется, что у нее слишком объемные бедра и ягодицы. Но здесь могут быть «виноваты» особенности телосложения, и попытка изменить вес может привести к плачевным результатам. Избавившись от «крутых бедер», женщина получит осунувшееся лицо, а вместе с килограммами «потеряет» и размер бюста. Или наоборот, набранная масса может распределиться не в бюст, а в талию и живот...

Так что иногда достаточно ограничиться просто грамотно подобранным фасоном одежды, скрывающим «отдельные» недостатки. Бывает, конечно, что приходится прибегать к различным косметическим средствам и процедурам, а в крайних случаях - и к помощи косметической хирургии.

## Движение

И все же подобные проблемы лучше решать путем подбора соответствующих физических упражнений, которые помогут подтянуть или развить мышцы в «проблемных» областях.

Порекомендовать индивидуальный комплекс таких упражнений может инструктор в фитнес-центре. Вообще же физическая активность - один из важнейших способов нормализации нарушения обмена веществ, метаболического синдрома и их последствий - повышения массы тела.

Значит нужно добавить активности: заняться плаванием, пробежками. Или не пользоваться общественным транспортом, а взять за правило ходить на работу пешком, - хотя бы несколько остановок. Не подниматься на лифте, но воспользоваться лестницей. А самым занятым и самым ленивым (внимание автомобилистам!) обязательно ввести в распорядок дня пешие прогулки.

## Режим питания

Самые простые правила еды

Ограничить количество жиров. Заменить животные жиры на растительные: скажем, добавить в рацион оливковое масло вместо мясопродуктов.

Ограничить количество продуктов, содержащих легко усваиваемые углеводы (глюкозу) или отказаться от них совсем. Сократить до минимума прием сахара (можно использовать сахарозаменители). Резко уменьшить в





рационе картошку, макаронные изделия, выпечки и вообще минимизировать продукты с высоким гликемическим индексом (читайте об этом на странице 24). Наоборот, добавить в него нерастворимые углеводы (клетчатки): овощи, фрукты, крупы (гречка, пшено, овсянка), пищевые волокна.

Ввести в распорядок «разгрузочные дни». Очень хорошо зарекомендовал себя такой способ: 1-2 раза в неделю перейти только на груши, яблоки (можно сколько угодно!) с негазированной водой.

Считается, что для нормализации веса достаточно не есть вечером, - скажем после 18-00. Но среди тех, кто соблюдает это правило, людей с избыточным весом не меньше, чем среди тех, кто ест вечером и даже ночью.

Дело не в том, чтобы непременно «отказаться от ужина», а в грамотном распределении продуктов и блюд по их количеству и калорийности в течение дня! Помните античное выражение: «Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу»? Древние хорошо знали, что наша пищеварительная система на протяжении суток работает неодинаково...

Активность пищеварения определяется, главным образом, уровнем выработки пищеварительных ферментов, расщепляющих пищу на составляющие, - что позволяет организму усваивать ее полностью.

Наивысшая активность пищеварения приходится на утренние (7-9 утра) часы, - в это время все съеденное активно расщепляется и хорошо усваивается. Калории расходуются на обеспечение тела энергией, а не «ложатся на бока».

Днем активность пищеварительной системы несколько снижается, но к обеду (13 - 15 часов) сохраняется еще довольно высокой.

После 18 часов начинается резкое снижение выработки ферментов, работа желудочно-кишечного тракта замедляется. А после 20 - 21 часа задача пищеварительной системы заключается только в том, чтобы закончить переработку того, что уже попало в организм. Это - как вечерняя уборка в офисе, перед следующим рабочим днем...

Нужно обязательно помнить: все съеденное в период спада активности перерабатывается медленно и с трудом! И совершенно неважно, когда вы ложитесь в постель после ужина: если это 2 часа ночи, все равно не нужно есть за полночь, - в отличие от вас пищеварительная система уже спит и даже ради самой сочной отбивной проспать не станет.

#### **СХЕМА НАИБОЛЕЕ ОПТИМАЛЬНОГО ВАРИАНТА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА ПИЩИ И КАЛОРИЙ**

**На завтрак**

30 - 35 % суточного объема пищи

**На обед**

35 - 40 %

**На ужин**

5 - 20 %

Остальное - на «второй завтрак», полдник или небольшой «перекус» между едой.

Эта схема действительно помогает похудеть: калории, поступившие в организм вместе с завтраком и обедом, расходуются, а не



накапливаются, а к вечеру не возникает резкого чувства голода.

Конечно, если в течение многих лет вы привыкли ограничиваться утром чашечкой кофе и бутербродом, если у вас не хватает времени на нормальный завтрак или просто «нет аппетита» (ситуация, характерная для «сов»), перестроиться будет трудно.

#### **Несколько ПРАКТИЧЕСКИХ**

##### **СОВЕТОВ**

- Попробуйте раньше вставать: если между пробуждением и завтраком проходит 40 минут и более, пищеварительная система и аппетит тоже успевают «проснуться». В это время хорошо взбодрить организм небольшой разминочной зарядкой и душем.

- Сделайте ужин максимально легким. Это особенно актуально для тех, кто поздно приходит домой.

- Перед едой выпейте минеральной воды или стакан сока с мякотью. Затем можно фруктовый или овощной (из свежих овощей) салат с легкой заправкой: обезжиренный йогурт, чайная ложка оливкового масла, несколько капель яблочного уксуса. Такие салаты хороши низкой калорийностью, поэтому их можно есть много. Заменить салат можно нежирным творогом, или одним-двумя яйцами

ми всмятку с кусочком диетического хлеба. Можно небольшой кусок отварной морской рыбы (треска, окунь, ледяная), а для любителей - несколько ложек морской капусты. Закончить ужин можно соком или травяным (но не зеленым!) чаем.

Попробуйте и такой «фокус»: поменяйте ужин и завтрак местами. Вечером ограничьтесь яичницей или овсянкой, а с любовью приготовленную тарелку с отбивной, картофелем, сыром и колбасой отложите в сторону - и со вкусом съешьте все это на завтрак!

#### **Коллоидная ФИТОФОРМУЛА**

##### **Шугар Бэланс**

Необходимо регулярно принимать коллоидную фитоформулу Шугар Бэланс, которая за счет комплексного состава и широкого спектра эффектов позволяет воздействовать на основное звено нарушения обмена веществ - нарушенную работу поджелудочной железы. Шугар Бэланс повышает чувствительность клеток к инсулину, улучшает метаболизм жиров, ускоряет их расщепление и выведение из жировых депо. Шугар Бэланс - эффективный помощник для каждого, кто решил снизить массу тела.

# Под контролем гликемического индекса

Одна из причин сильного «ложного» голода – внезапное повышение и затем резкий спад в крови уровня глюкозы. Причина этого – углеводы. Связь между углеводами и уровнем глюкозы/инсулина в крови измеряется гликемическим индексом углеводов (ГИ).

Гликемический индекс показывает насколько возрастет содержание сахара в крови в зависимости от того или иного съеденного вами продукта. Чем выше гликемический индекс продукта, тем выше – если вы его все-таки съедите – у вас поднимется уровень сахара. А это, в свою очередь, повлечет за собой выработку мощной порции инсулина. Инсулин не позволит запасти съеденные углеводы в виде гликогена в печени и мышцах, а от-

правит их, главным образом, в жировые депо – на живот и в бедра.

А вы отправитесь в магазин за платьем или пиджаком на размер, а то и на два большим!..

Потребление в неразумных количествах пищи с высоким ГИ, приводит не только к чувству ложного голода, но и к серьезным проблемам со здоровьем. Это и хронически заниженный уровень глюкозы в крови (гипогликемия, перепады в настроении, головные боли, головокружения), диабет по второму типу (гипергликемия, которой страдают 90 процентов диабетиков), усталость, высокое кровяное давление, заболевания сердца, трудности с похудением.

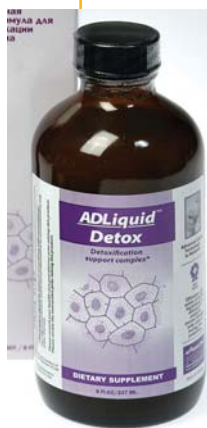
Но если при одном приеме пищи сочетать несколько продуктов с низким гликемическим индексом, – например, овсянку,

йогурт, творог, яблоко (предвидим неодобрение приверженцев раздельного питания), – то появление чувства голода не только отдалится, но даже за следующей трапезой вы не станете переедать. Организм еще будет под воздействием эффекта предыдущего приема продуктов, – тех самых, с низким гликемическим индексом.

Вот почему диетологи советуют начинать день не со сладкой сдобы со сладким же кофе, а со сложных углеводов – каш, хлеба из цельного зерна. С молочных и прочих белковых продуктов – у них тоже низкий гликемический индекс. Кроме того, белковые продукты, а также клетчатка существенно замедляет поступление в кровь глюкозы, – и общий ГИ такой трапезы понижается.

## “Очищаем” по новому

В коллоидной фитоформуле Детокс реализована концепция “выводить токсины, давая при этом организму необходимое питание – витамины, микроэлементы, нутриенты во избежание истощения”



Астраханская Медицинская академия стала одним из первых учреждений России, которое широко внедряет в свою практику новейшие передовые разработки – коллоидные фитоформулы. Могу с уверенностью сказать, что академия имеет едва ли не самый богатый в России опыт работы с коллоидными фитоформулами.

Вот уже несколько лет мы исследуем, в том числе и коллоидную фитоформулу Детокс. От наших коллег из клиник Европы мы достаточно много слышали о новой концепции проведения детоксикации, реализованной при ее создании, а также о весьма убедительных результатах применения Детокса даже в тяжелых случаях, когда многие другие средства оказывались малоэффективными или не помогали совсем. Но данные, полученные в ходе наших исследований, превзошли все самые смелые ожидания.

Как врач общей практики и специалист по использованию коллоидных фитоформул, имеющий обширный клинический опыт по их применению, могу отметить широкий диапазон Детокса – оздоравливающий, реабилитационный, лечебный, а также его практическую эффективность. Благодаря способ-

ности связывать и выводить токсины, то есть устранять явления эндотоксикоза, основной диапазон его применения – большая группа различных по этиологии и патогенезу заболеваний.

При многих заболеваниях именно эндотоксикоз обуславливает тяжесть течения болезни, ее устойчивость к проводимой терапии. Это состояние зачастую усугубляется большим количеством химиопрепаратов, которые с одной стороны пациенту необходимы, а с другой – ухудшают результаты дальнейшего лечения. Врачи знают, что для этого необходимы мощные сорбционные методы, однако современные методики “очистки” организма имеют много противопоказаний и могут вызывать опасные осложнения. Неоправданная детоксикация может привести к выведению множества полезных микроэлементов, витаминов, нутриентов, истощению организма и, как итог, к утяжелению основного заболевания (иногда – после короткого улучшения). Поэтому для нас важным было, что в коллоидной фитоформуле Детокс реализована концепция “выводить токсины, давая при этом организму необходимое питание – витамины, микроэлементы, нутриенты во избежание истощения”.

Применяя эту формулу на практике, мы получили прекрасные результаты при заболева-

ниях бронхолегочной системы, в дерматоневрологической практике, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и при заболеваниях гепатобилиарной системы. Детокс очень хорошо зарекомендовал себя при воспалительных заболеваниях желчного пузыря, желчевыводящих протоков, после удаления желчного пузыря и, особенно, – при хроническом панкреатите. Он эффективно устраняет воспаление, улучшает тонус протоков. Детокс является также эффективным гепатозащитным средством (улучшает работу печени). Полупина Ольга Сергеевна, доцент кафедры внутренних болезней педиатрического факультета Астраханской Государственной медицинской Академии, кандидат медицинских наук, профессор Российской Академии естественных наук.

### Справка для специалиста.

Гепатозащитный эффект коллоидной фитоформулы Детокс изучался в России в ходе клинической апробации на базе Астраханской государственной медицинской академии. Выводы, сделанные в результате проведенного исследования, свидетельствуют что Детокс обладает гепатозащитной активностью и может рекомендоваться в комплексной терапии заболеваний печени.

Полный текст клинической апробации находится в архиве компании Эд Медицина.





## Таблица гликемических индексов

### Продукты с низким гликемическим индексом.

Можно употреблять в пищу  
БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЙ

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| Кефир                          | 15    |
| Арахис                         | 15    |
| Орехи разные                   | 15-25 |
| Соя                            | 16    |
| Фасоль красная                 | 19    |
| Рисовые отруби                 | 19    |
| Брусника, клюква               | 20    |
| Фруктоза                       | 20    |
| Вишня                          | 22    |
| Шоколад черный (60 % какао)    | 25    |
| Ягоды                          | 25-30 |
| Черевица                       | 27    |
| Молоко цельное                 | 28    |
| Фасоль                         | 30    |
| Молоко обезжиренное            | 32    |
| Сливы                          | 33    |
| Йогурт нежирный фруктовый      | 33    |
| Груши                          | 35    |
| Яблоки                         | 35-40 |
| Хлеб из цельной муки           | 35    |
| Хлеб ячменный                  | 38    |
| Финики (сушеные)               | 40    |
| Овсяные хлопья                 | 40    |
| Гречневая каша                 | 40    |
| Земляника, клубника, крыжовник | 40    |
| Фруктовые соки                 | 40-45 |
| Спагетти белые, макароны       | 42    |
| Апельсины, мандарины           | 42    |

### Продукты с высоким гликемическим индексом.

Их лучше исключить из  
рациона или свести к  
минимуму.

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Арбуз             | 71  |
| Пшеничные хлопья  | 73  |
| Хлебцы пшеничные  | 75  |
| Картофель-фри     | 75  |
| Кукурузные хлопья | 80  |
| Карамель          | 80  |
| Картофель печеный | 85  |
| Мед               | 88  |
| Воздушный рис     | 94  |
| Глюкоза           | 100 |
| Мальтоза          | 105 |



### Продукты со средним гликемическим индексом.

Целесообразно  
ограничивать в рационе  
такие продукты.

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| Консервированный горошек               | 43 |
| Дыня                                   | 43 |
| Абрикосы                               | 44 |
| Персики                                | 44 |
| Пиво, квас                             | 45 |
| Виноград                               | 46 |
| Рис отварной                           | 47 |
| Хлеб с отрубями                        | 47 |
| Горошек зеленый                        | 47 |
| Грейпфрутовый сок                      | 49 |
| Ячменные хлопья                        | 50 |
| Манго, киви                            | 50 |
| Хлеб из муки грубого помола с отрубями | 50 |
| Фасоль консервированная                | 52 |
| Попкорн                                | 55 |
| Рис коричневый                         | 55 |
| Овсяное печенье                        | 55 |
| Овсяные отруби                         | 55 |
| Гречка                                 | 55 |
| Картофель вареный                      | 56 |
| Манго                                  | 56 |
| Бананы                                 | 57 |
| Рисовая вермишель                      | 58 |
| Макароны                               | 60 |
| Гамбургер                              | 61 |
| Хлеб ржаной                            | 63 |
| Свекла                                 | 65 |
| Манная каша                            | 66 |
| Изюм                                   | 67 |
| Сухофрукты                             | 67 |
| Пепси, кола и подобные напитки         | 67 |
| Хлеб белый                             | 70 |
| Пшеничная мука (в/ сорт)               | 70 |
| Белый рис                              | 70 |
| Кукуруза                               | 70 |
| Картофельное пюре                      | 70 |



В этой таблице гликемический индекс (ГИ) приводится относительно глюкозы. Ее ГИ равен 100 ед.

## Тест: Насколько вы зависимы от еды.

Прочитайте утверждения и возле каждого поставьте оценку: 1. Это вообще ко мне не относится. 2. Да, иногда это можно отнести ко мне. 3. Это типично для меня.

1. Вы долго переживаете обиды.
2. Вам очень важно, что думают о вас окружающие.
3. Вы любите читать про жизнь кинозвезд.
4. Вы считаете, что фраза "Как тебе не стыдно" имеет полезное воспитательное значение.
5. Когда вы чем-то обеспокоены, у вас появляется желание перекусить.
6. Ничто так не успокаивает, как хороший обед.
7. Вы чувствуете, что вашим мнением пренебрегают.
8. Ваши близкие считают, что вы слишком много переживаете.
9. Вы чувствуете себя очень неловко, если своим внешним видом сильно отличаетесь от окружающих.
10. Иногда вам бывает так стыдно, что хочется сквозь землю провалиться!
11. Очень важно научить ребенка с детства поддерживать бесконфликтные отношения с окружающими.
12. Вы заметили: когда у вас плохое настроение – съешьте шоколадку, и на душе легче.
13. Когда читаете или смотрите телевизор, у вас всегда под рукой что-то съедобное.
14. В хорошем доме на столе всегда должны стоять конфеты или печенье!
15. Близкие часто не ценят то, что вы для них делаете.
16. Иногда вам кажется, что вас никто не любит.
17. Вас раздражает, когда вы видите слишком экстравагантно одетого человека.
18. Для вас очень важно, чтобы ребенок держал себя так, как принято.
19. Не одеваться по моде – это значит не уважать окружающих.
20. Когда я нервничаю, хочется что-нибудь пожевать.

Подсчитайте общую сумму ответов.

От 40 до 60. У вас определенно есть склонность к зависимости от еды.

Вам необходимо пересмотреть свой образ жизни, желательно проконсультироваться с психологом. Вам необходимо пройти курс коллоидных фитоформул Ментал Комфорт и Брейн Бустер. Принимайте Брейн Бустер по 5-7 мл 2 раза в день до еды (например, утром и в обед), Ментал Комфорт также 2 раза в день по 5-7 мл вечером с интервалом в 2 часа (например, перед ужином и перед сном).

От 20 до 40. - В вашем случае рано говорить о зависимости. Но - внимательно действуйте в стрессовых ситуациях. В таких случаях вам поможет комбинация коллоидных фитоформул: Брейн Бустер по 5 мл два раза в день (например, утром и в обед) и Ментал Комфорт (5-7 мл однократно в вечернее время).

До 20. Вы определенно преодолеваете стресс не прибегая к помощи еды. Постарайтесь действовать таким образом и дальше.

А если столкнетесь с сильным стрессом, то преодолеть его вам поможет Ментал Комфорт (по 5-7 мл один раз в день). Если стрессовая нагрузка чрезмерна, можно использовать Ментал Комфорт два раза в день в вечернее время с интервалом в 2-3 часа (например, перед ужином и перед сном).

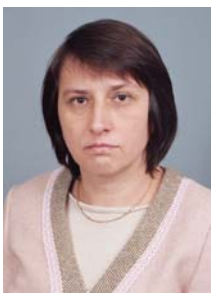




Кладовая здоровья

# Коллоидный психолог

АМЕРИКАНСКИЕ УЧЕНЫЕ ДАЛИ ЗАДАНИЯ ДВУМ ГРУППАМ ЛЮДЕЙ. ПЕРВОЙ ПРЕДЛОЖИЛИ ПОДГОТОВИТЬ РЕЧЬ ДЛЯ ВЫСТУПЛЕНИЯ ПЕРЕД ПУБЛИКОЙ, А ВТОРОЙ ПРОСТО ПРОСЛУШАТЬ ОТРЫВОК ТЕКСТА. ПОТОМ ОБЕ ГРУППЫ ПРИГЛАСИЛИ НА ОБЕД, - ПРИЧЕМ, ВЫБОР БЛЮД БЫЛ САМЫЙ РАЗНООБРАЗНЫЙ. ГРУППА, У КОТОРОЙ ЗАДАЧА БЫЛА БОЛЕЕ ТРУДНОЙ, ВЫБИРАЛА В ОСНОВНОМ ЖИРНОЕ И СЛАДКОЕ!



Александра Пенова  
(Болгария)  
Доктор психологии.  
Директор Балканского  
офиса ЭД Медицина  
Балкан

Представьте, что вам угрожает автомобильная катастрофа, - что происходит у вас внутри?..

А вот что. Мозг медленно дает организму команду выбросить в кровь стрессовые гормоны: ваш пульс ускоряется, давление повышается, поток крови направляется в сторону мышц, в крови увеличивается уровень глюкозы, - и вы оказываетесь в состоянии повышенной бдительности и внимания. Организм готов к встрече с опасностью! Когда же ситуация стабилизируется, «выключают» стресс сами гормоны. Они достигают мозга, и он дает команду уменьшить их выработку. Но не то стресс хронический. При нем стрессовые гормоны продолжают выделяться, (хотя и на более низком уровне), «выключения» не происходит, физиологические изменения, сопутствующие стрессу, продолжают. И если это состояние длится долго, наступает самое страшное - дистресс, или истощение ресурсов организма. То есть, страшен не стресс сам по себе, а именно дистресс, - который может привести к необратимым последствиям.

И вот тут организм проявляет свою исключительную мудрость. Он начинает быстро-быстро накапливать жир в области живота, - поскольку для производства энергии печени легче мобилизовать его именно из этой области. Естественно, что организм предпочитает при таких ситуациях пищу более калорийную!

Отсюда и избыточный вес со всеми его последствиями - рисками гипертонии, диабета, ишемической болезни сердца, сексуальных дисфункций, - всего, что в последнее время часто объединяется в понятие «метаболический синдром».

Есть ли другие способы бороться с хроническим стрессом? Да: спорт, йога, медитация, секс. Но самое главное, необходимо изменить свою интерпретацию стрессовых событий.

Если при остром стрессе мы обычно становимся объективной опасностью - бешеная собака, преступник, мчащаяся на нас машина, - то хронический стресс чаще всего вызывает события социально-психологического порядка. Страх потерять любимого человека, например. Или окантовка без работы. Или неодобрение окружающих, критика со стороны начальства, незавидное материальное положение... Каждое из этих событий трудно измерить объективно. Даже такое неприятное переживание как увольнение, один человек может воспринимать как трагедию, а другой - как новые возможности. Стрессовое влияние многих событий зависит, прежде всего, от того, как мы их воспринимаем.

Поэтому исключительно важно во всем,

что с нами происходит, научиться видеть позитивное. Еще важнее, руководствоваться собственной системой ценностей, а не соображениями типа «что обо мне скажут». Развитие личности - это прежде всего развитие чувства своей уникальности, собственного достоинства, своих, а не навязанных извне целей и ценностей.

К сожалению современная медицина обычно уделяет внимание только отдельным аспектам этой проблемы - избыточному потреблению калорий, малоподвижности. Или их следствиям - ожирению и сопутствующими ему болезнями. А психологические, энергетические, ценностные, духовные составляющие медицина обычно пропускает. Хотя, не учитывая их, решить проблему невозможно.

Конечно, сразу и немедленно изменить свою ценностную систему очень трудно. И вот здесь на помощь приходит Ментал Конфорт.

Ментал Конфорт - это наш «коллоидный психолог», который поможет легче воспринимать стрессовые ситуации, снижая тем самым потребность в излишней энергии, - читай, все в той же пище.

Помочь Менталу в этом деле смогут Брейн Бустер - уменьшающий чувство усталости и действующий как энергитизатор, Детокс - освобождающий организм от излишних шлаков, и Шугар Баланс, который способен на много уменьшить аппетит и влечение к сладкому.







# Раз, два, три!

Чтобы быть красивой, нужно стать здоровой. А чтобы стать здоровой, нужно в дополнение к ФИТОФОРМУЛАМ, ОКАЗЫВАЮЩИМ БЛАГОТВОРНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ТУ ИЛИ ИНУЮ ПРОБЛЕМУ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ, ДОБАВИТЬ КОМПЛЕКСНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НЕСКОЛЬКИХ ДРУГИХ ФОРМУЛ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ СТАТЬ ЗДОРОВЫМ ВСЕМУ ВАШЕМУ ОРГАНИЗМУ.



Специалисты ЭД Медицины разработали схему применения коллоидных растворов для достижения максимального эффекта красоты и здоровья.

## 1 Очищение

Используются коллоидные фитоформулы Детокс и Анти-Оксидант коллоидный. Комбинация позволяет эффективно произвести детоксикацию, улучшить работу органов выведения - печени и кишечника, органов гепатобилиарной системы - желчного пузыря, желчевыводящих протоков, поджелудочной железы.

Первый этап позволяет эффективно оздоровить организм, улучшить его состояние по широкой гамме нарушений и - подготовиться к последующим этапам.

При совместном приеме целесообразно использовать Детокс утром и в обед, Анти-Оксидант коллоидный - в вечернее время.

## 2 Гармония гормонов

Для регуляции гормонального фона используются коллоидные фитоформулы Фимейл Эктив Комплекс и Остео Комплекс. Применяется для комплексного улучшения здоровья: в любом возрасте позволяют улучшить обменные процессы, регулировать гормональный статус, нормализовать

состояние здоровья, самочувствие и внутреннюю уверенность.

Фитоформула Фимейл Эктив Комплекс регулирует гормональный статус, поддерживает все органы и системы, - включая сердечно-сосудистую и желудочно-кишечный тракт. Улучшает обмен кальция и включение его в различные ткани организма - соединительную ткань, костную систему.

В этой комбинации наиболее оптимально применять Фимейл Эктив Комплекс утром. Остео Комплекс нормализует обмен кальция, ликвидирует его дефицит в организме, улучшает его включение в различные структуры. В том числе укрепляет волосы, ногти, зубы. В этой комбинации наиболее оптимально применять Остео Комплекс в обед. Комбинация Фимейл Эктив Комплекс и Остео Комплекс позволяет эффективно укрепить костную ткань, улучшить ее микроструктуру, тем самым предупреждают развитие остеопороза (разряжение костной ткани), снижает риск переломов и улучшают осанку.

На этом этапе целесообразно в схему ввести коллоидную фитоформулу Бьюти Нэчурал. Она улучшает микроциркуляцию крови, укрепляет соединительную ткань, обладает антиоксидантным эффектом и улучшает процессы восстановления тканей. Действие Бьюти Нэчурал комплексное: она позволяет питать, увлажнять, повышать упругость и эластичность тка-

ней, улучшать процесс обновления тканей новыми молодыми клетками. Позволяет улучшить внешний вид, состояние кожи, а также укрепить волосы, ногти. В этой комбинации наиболее оптимально применять Бьюти Нэчурал в вечернее время.

## 3 Питание и укрепление

Фитоформулы Бьюти Нэчурал и Анти-Оксидант предполагают целенаправленное воздействие на внешний вид, на сохранение и поддержание здоровой красоты, сохранение молодости, свежести, женской привлекательности.

С этой целью, Бьюти Нэчурал рекомендуется применять (по необходимости) два раза в день (утром и в обед).

Анти-Оксидант коллоидный является универсальной фитоформулой, которая, благодаря антиоксидантному эффекту, позволяет повысить эффект любого БАДа или комбинации БАДов. Рекомендуется дополнительно с целью повышения эффективности.

В этой комбинации целесообразно использовать Анти-Оксидант коллоидный 1 раз в день (для повышения эффекта) вечером.

М.Е.Мозжелин,

кандидат медицинских наук, член правления и главный эксперт по коллоидным формам БАД Общества Натуральной Медицины, член Российского Общества Фитотерапевтов, научный эксперт ЭД Медицины в России.

## ТАБЛИЦА МАКСИМАЛЬНЫХ ЭФФЕКТОВ СОЧЕТАНИЯ КОЛЛОИДНЫХ ФИТОФОРМУЛ

| БАД                         | Применение |         |         |
|-----------------------------|------------|---------|---------|
|                             | утро       | день    | Вечер   |
| 1 этап ОЧИЩЕНИЕ             |            |         |         |
| Детокс                      | 5-10 мл    | 5-10 мл |         |
| Анти-Оксидант               |            |         | 10 мл   |
| 2 этап ГАРМОНИЯ ГОРМОНОВ    |            |         |         |
| Фимейл Эктив Комплекс       | 5-10 мл    |         |         |
| Остео Комплекс              |            | 5-10 мл |         |
| Бьюти Нэчурал               |            |         | 5-10 мл |
| 3 этап ПИТАНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ |            |         |         |
| Бьюти Нэчурал               | 5 мл       | 5 мл    |         |
| Анти-Оксидант               |            |         | 10 мл   |

Внимание! Каждый этап является самостоятельным. Начинать прием коллоидных фитоформул можно на любом шаге или использовать любой этап в качестве поддержки после проведенной комплексной схемы. Более того, каждый этап, используемый в отдельности, позволяет получить выраженный эффект.



Ольга Анатольевна  
Клочихина -  
медицинский  
консультант компании  
ЭД Медицин. Она  
кандидат медицинских  
наук, активно  
практикующий  
врач-невролог,  
член Российского  
фитотерапевтического  
общества. Много ездит  
по стране, читает лекции,  
ведет семинары и  
“круглые столы”. Ее кредо:  
«Самая эффективная  
методика для здоровья  
и профилактики  
заболеваний –  
коллоидные растворы  
плюс физическая  
активность».



## Сибирские травы и высокие технологии

- Есть врачи, которые активно используют в своей практике биологически активные добавки, рекомендуют их пациентам. И есть врачи, которые их не используют, - либо потому что ничего не знают о них, либо просто им не доверяют. Вы явно принадлежите к первой группе...

- Считаю, что мне несказанно повезло, - врачом я стала в Сибири, где растет множество лекарственных трав. Причем, самых разнообразных. Народы Сибири использовали их веками, - когда не было еще никаких химических препаратов, эти травы были единственным средством лечения. И они помогали, - достаточно вспомнить, какой крепкий народ сибиряки... Сегодня у врачей накоплен большой опыт использования лекарственных трав, есть замечательные практические результаты. И у меня тоже появилось желание изучить целебные растения и начать их использовать - и как средство профилактики, и как средство для повышения эффективности терапии. Могу сказать как врач: в любой методике крайне важно испытание временем. После многолетней работы, по результатам наблюдения за своими пациентами, я могу утверждать, что использование трав существенно повышает эффект проводимой терапии, снижает количество токсичных по-

бочных эффектов. Такие пациенты отличаются просто разительностью.

- И вы сами собирали травы?..

- Нет, конечно, для этого нужно далеко и долго уходить в тайгу, - а кто отпустит врача с работы? Кроме того, собранное нужно тщательно готовить к использованию, - делать это в домашних условиях просто невозможно... Да и зачем, если существуют современнейшие технологии! Гораздо удобнее и эффективнее использовать готовые БАДы, созданные на основе тех же целебных трав. Только нужно полностью доверять компании, которая их производит. Я всегда обращаю внимание на стандарт производства, - вы удивитесь, но многие БАДы, которые широко рекламируются в средствах массовой информации, не имеют никакой стандартизации технологического процесса, и вообще, производятся на коленке в каком-нибудь, извините, гараже!..

- Каким стандартам вы лично доверяете?

- Общеизвестно, что самый строгий – GMP, система качества и контроля производства фармацевтической продукции в соответствии с международными стандартами. Это многоступенчатый контроль всех этапов создания препарата, - он учитывает качество ингредиентов и готовых форм, точность вы-

полнения всех технологических процессов, стерильность помещений и оборудования и даже личную гигиену персонала! И сводит риск получения некачественного продукта к абсолютному минимуму. Кроме того, очень важно чтобы продукт был разрешен в нашей стране, то есть имел бы Российский сертификат. Именно таким критериям отвечает продукция компании ЭД Медицин.

- Вы говорите не только как практикующий врач, но и как человек науки...

- Знаете, я с детства мечтала стать врачом, - всегда хотела помогать людям. В 1993 окончила Медицинский институт в Благовещенске, получила диплома врача и стала неврологом - сначала в бригаде «скорой помощи», а затем в отделении Железнодорожной больницы. Мечта осуществилась... Но я всегда считала, что врач обязан постоянно совершенствовать свои знания, расти профессионально и, еще работая больнице, начала собирать материалы для защиты диссертации. Как практикующий врач я видела, сколько страданий приносят человеку заболевания, связанные с нарушением мозгового кровотока, в частности инсульт, насколько тяжелы его последствия, как сложно проходит восстановительный период, - хотя при грамотной профилактике многие пациенты





могли бы избежать подобных проблем. Поэтому, темой моих исследований стал именно инсульт. В 2000 году мне предложили место в аспирантуре Иркутского Государственного института усовершенствования врачей, а в 2003 году я стала кандидатом медицинских наук. Огромную пользу оказала научная стажировка в Швеции, в городе Умеа, - было очень интересно познакомиться с работами коллег из Европы. Там я окончательно убедилась, что путь, который дает наиболее ощутимые результаты - это медицина профилактическая.

Важным шагом своей работы я считаю создание в 2001 году в Бурятии Центра исследования и профилактики инсульта в рамках общероссийской программы "Регистры инсульта в России". Не стоит и говорить, через какие технические и организационные трудности нужно было пройти, чтобы создать такой центр буквально «с нуля». Приходилось заниматься не только организацией самого Центра, но и преодолевать сопротивление огромной бюрократической машины. Данные статистики в нашей стране не всегда, мягко говоря, достоверны, и, например, по заболеваемости инсультом они явно занижены. Объективная картина заболеваний четко отражает истинную ситуацию в экономике региона, и это резко ухудшает его показатели. Ну, и кому из чиновников это нужно?.. Однако Центр мы все-таки открыли, и сегодня он эффективно работает. К примеру, теперь можно с цифрами в руках утверждать, что количество инсультов в России достоверно растет. Причем, волна увеличения идет с Запада на Восток. Это, кстати, еще одна причина моего активного интереса к фитотерапии и, в частности, к коллоидным формулам.

**- Как и когда вы узнали о них?**

- С компанией Эд Медицин меня познакомил обязательный директор ее Восточно-Европейского бюро Петр Доновский. И я, представьте, - влюбилась...

**- В кого, простите?..**

- Господи, не в кого, а во что, - в продукцию Эд Медицин, конечно! Дело было на конференции, где меня и многих других врачей интересовало очень многое: данные о работах коллег из-за рубежа, состояние и подходы к фитотерапии в Европе, рациональное сочетание нескольких ингредиентов в одном препарате и так далее. Беседуя с Петром, мы получали четкие и грамотные ответы на все вопросы, а данные, которые он приводил, убеждали, что уровень западной фитотерапии чрезвычайно высок. И я сказала себе: «Почему бы российским врачам не использовать лучшие мировые разработки? Да, у нас есть много качественных отечественных средств, но разве наши люди не достойны, чтобы добавить к этому арсеналу то хорошее, что есть в науке и практике других стран? Разве рациональное сочетание различных продуктов и методик - не наиболее оптимальный подход к лечению?..» Я уходила со встречи с твердой уверенностью, что необходимо внедрять в свою практику коллоидные растворы.

**- А первого своего пациента, которому порекомендовали начать прием коллоидных фитотормул, вы помните?**

- Очень хорошо помню! Это был мужчина, которому поставили диагноз «грыжа межпозвонкового диска». Несколько недель ему



## Применение коллоидных фитотормул дает эффект быстрый, эффект выраженный, эффект стойкий и длительный

не могли снять изнуряющую боль в спине и ноге, - уже возникла мысль о проведении хирургического вмешательства. И только как последнюю надежду решили попробовать две коллоидные фитотормулы: Артро Комплекс и Остео Комплекс, - они только-только появились в России. Представьте, уже на 3 день болевой синдром начал снижаться, через 7 дней вопрос о срочной операции был снят, а через 14 дней у пациента полностью исчезли боли и дискомфорт!.. Мы наблюдаем его уже в течение года, и никаких неприятных ощущений наш пациент не отмечал. Он старается, конечно, беречь спину от перегрузок, но два раза в год проводит курсы коллоидных фитотормул, и полностью вернулся к обычному образу жизни. Именно после такого замечательного результата я стала активно и безбоязненно применять коллоиды в своей практике.

**- Что для вас, известно доктора или, как часто говорят, «врача с репутацией», наиболее важно в практике применения коллоидных фитотормул?**

- Эффективность. Отмечу сразу: применение коллоидных фитотормул дает эффект

быстрый, эффект выраженный, эффект стойкий и длительный! В моей практике было много молодых активных людей, страдающих мигренью. Поверьте, мучиться от боли так, что несколько дней невозможно работать - состояние очень неприятное. А периодическое курсовое использование коллоидной фитотормулы Брейн Бустер многим позволило об этих болях надолго забыть... Естественно, выслушивать слова благодарности от пациентов - приятно. Но, основываясь на уже большом опыте, могу утверждать, что если врач владеет не только фармацевтическими препаратами, но и ультрасовременными натуральными и безопасными коллоидными растворами - это существенно повышает и его личный статус, и авторитет всей нашей профессии.

**- Отвлечемся чуть-чуть от профессии... Что помогает вам жить так напряженно, - вести прием больных, заниматься научной работой, руководить исследовательским Центром, сотрудничать с Эд Медицин...**

- Обожаю спорт! Раньше очень серьезно занималась лыжами, а сейчас обязательно 3 раза в неделю - фитнес. Кстати, одна из самых эффективных методик для здоровья и профилактики заболеваний - это коллоидные растворы плюс физическая активность...

С детства осталось увлечение фотографией. Любовь к ней привил мой отец, - он был заядлым фотолубителем. Мы много путешествовали, ходили в турпоходы и приносили домой длинные рулоны отснятой пленки. Запирались в ванной, и под светом красного фонаря начиналось настоящее волшебство: вот из леса вышел лось и подошел вплотную к одному из геологов, вот плещется в кристально чистой воде омуль, или вот сблалась многолетняя мечта нашего соседа - он целует "Жигули - копейку"!.. Правда, эта работа часто проходила под аккомпанемент криков домашних: «Пустите помыться!» или «Кто последний в ванную?..» Я и сейчас, когда еду в регионы в качестве врача-консультанта компании Эд Медицин, всегда беру с собой фотоаппарат. Мечтаю о профессиональной камере, чтобы создать фотоальбом географии использования коллоидных растворов...

**- Неужели собираетесь менять профессию?**

- Нет, что вы! Я - врач. И мне очень нравится работать в Эд Медицин, - в дружной и сплоченной команде единомышленников, которая бережно и внимательно относится к каждому сотруднику. Я постоянно ощущаю искреннюю поддержку, - можно сказать, чувствую себя в компании как дома. Особенно мне нравится, что люди Эд Медицин небезразличны к здоровью и благополучию аргонавтов. Они постоянно думают о том, как упорядочить и облегчить работу с коллоидами. Они абсолютно бескомпромиссны к качеству продукта и вообще к качеству всего, что они делают. И мне очень приятно работать с людьми, выполняющими свою работу честно, ответственно, с полной отдачей всех сил. Это подходит мне по характеру. Жизнь с Эд Медицин стала намного интереснее!

Интервью подготовила Юлия Литвиненко, медицинский аналитик Эд Медицин



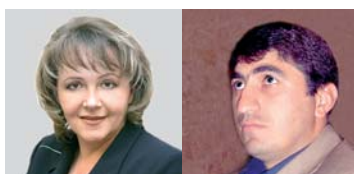
VIP - АНГЛИЙСКАЯ АББРЕВИАТУРА СЛОВ VERY IMPORTANT PERSON, - ОЗНАЧАЕТ «ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК». Наш клуб еще молод, ему нет и года. Но он стал уже довольно большим собранием успешных и поэтому действительно очень важных и влиятельных людей.

Мы обратились к новым «ВИПам» с тремя вопросами:

1. Как вы стали членом ВИП-клуба?

2. Какими качествами должен обладать «ВИП» ЭД Медицин?

3. Что вам лично дает участие в деятельности клуба?



**Лариса Гостева  
и Алан Худзиев**  
Владикавказ.

1. Мы любим все новое, и с первых дней появления в Арго компании ЭД Медицин сразу решили познакомиться с ней поближе. Посещали все мероприятия компании ЭД Медицин и одним из первых организовали сертификационный курс на 170 человек, который прошел во Владикавказе на высочайшем европейском уровне. Остались довольны и организаторы, и лидеры и 170 потребителей Арго. Регулярно, каждые 3 месяца, мы проводим семинары по продукции ЭД Медицин, в которых принимает участие более 200 новичков, потребителей, лидеров.

2. Кандидат в члены клуба должен соответствовать уровню английской компании: элегантный внешний вид, деловой и красивый офис, высокое качество обслуживания консультантов Арго. И, конечно, он должен уметь так продать БАД, чтобы клиент не спрашивал: «Сколько это стоит?», - а просто сказал: «Мне это надо!»

3. Масса приложений к вип-карте - бесплатные курсы, информационная поддержка, образцы новой продукции, документы и сертификаты... Но главное, я чувствую гордость за то, что в любимой компании Арго оказываюсь частью огромной команды мирового масштаба, которой по плечу покорить не только Россию, но и весь мир! Наша «Золотая карта» полностью отражает наши ощущения: мы чувствуем себя именно самыми ценными, самыми дорогими компаньонами ЭД Медицин.



**Татьяна Дровольская,**  
Директор-президент Арго.  
Ставрополь.

1. Сообщение том, что я принята в вип-клуб - самая прекрасная новость этого года. Пройдя обучение, которое ЭД Медицин организует совместно с ГИНФО и Обществом натуральной медицины, чувствуешь себя очень уверенно. У компании, безусловно, есть свои критерии, но 7-летний опыт в работы в АРГО подсказывает, что целеустремленность, любознательность, обучаемость, творческий подход ко всем жизненным процессам, умение быть хорошим организатором, доброжелательное отношение к людям и помогли мне, вероятно, обратить на себя внимание профессионалов компании ЭД Медицин.

2. ВИП-клуб ЭД Медицин - это команда единомышленников, новаторов и блестящих организаторов, которые сумели оценить коллоидные фитоформулы, как продукцию высочайшего качества. Кроме того, члены клуба - это люди, принимающие методы и принципы сотрудничества с компанией ЭД Медицин: позитивные, обязательные, энергичные, прошедшие обучение в ЭД Медицин и умеющие передавать свои знания консультантам и потребителям Арго.

3. В полной мере ощущаю на себе все преимущества членов клуба: скидки на обучение, эксклюзивную рассылку информации, возможность одним из первых попробовать новинки продукции. Кроме того, для меня, как организатора наших структур на Северном Кавказе, - это еще и блестящая возможность профессионального роста.



**Наталья Копылова,  
Вероника Сокуренок,**  
Ярославль.

1. Мы участвовали в подготовке и проведении первой региональной конференции ЭД Медицин, которая проходила в Ярославле. Теперь в нашем городе регулярно проводится обучение по коллоидным фитоформулам, а мы и наши консультанты стали активными потребителями всех коллоидных фитоформул ЭД Медицин.

2. Член ВИП-клуба должен досконально знать продукцию. Но только владеть информацией - мало, ее нужно активно распространять. Очень важны желание и готовность учиться, быть открытым для всего нового, прогрессивного. И, конечно, понимание перспектив развития проекта Арго - ЭД Медицин.

3. Для нас очень важно, что когда мы стали членами ВИП-клуба, в наших структурах выросло уважение к нам, как к лидерам. Мы чувствуем, что нас любят и ценит весь коллектив ЭД Медицин, - это проявляется и в постоянном контакте, обмене информацией. Нас не покидает ощущение причастности к большому и важному делу - укреплению здоровья населения перспективными продуктами мирового масштаба. Мы оперативно получаем образцы новой продукции. Очень ценно и то, что у нас есть возможность получать грамотные консультации врачей и специалистов. Вообще, та доброжелательная и теплая атмосфера, которой окружила нас компания ЭД Медицин, позволяет эффективнее работать.





Многие число 13 считают несчастливым. А для меня оно самое замечательное: 13 июля 1999 года стало днем рождения моего бизнеса в Арго, - я подписала соглашение и стала консультантом.

К тому времени я жила одна с двумя детьми - без квартиры и без работы... Но так всегда и бывает: стоило мне по-настоящему захотеть изменить свою жизнь, как тут же к нам приехали консультанты Арго Руслан Приз и Наталья Калантарова. И буквально через 15 минут презентации я приняла решение о сотрудничестве.

Скажу сразу: за семь лет моя жизнь изменилась самым кардинальным образом. Я оплатила обучение дочери, купила трехкомнатную квартиру, новенький «Форд», съездила за границу... И все это, - даже то, что я вышла замуж - случилось благодаря созданной мною структуре в компании Арго!

Я горжусь своими консультантами первого уровня - Кирой Александровной Бугровой, Маргаритой Кузминичной Кривошеиной, Галиной Аркадьевной Пескишевой. Благодаря именно таким людям в Кирове и состоялось Арго. И



# Счастливое число

когда наши спонсоры Светлана Споркова и Наталья Калантарова предложили нам участвовать в проекте компании ЭД Медицин, мы были рады, что в Арго появилась продукция мирового уровня, которая может быстро и эффективно восстановить и поддержать здоровье россиян.

Вообще, в ЭД Медицин буквально все на самом высоком уровне! Взять хотя бы сертификационные курсы, которые всегда производят глубокое впечатление своей организованностью, насыщенностью интереснейшей информацией и дружественной атмосферой. Но главное, конечно, - это люди ЭД Медицин. Петр Доновский и Григорий Орман буквально покорили кировчан своим умом, шармом, интеллектностью и качеством своей работы.

Аргonautы полюбили коллоидные фитоформулы и с нетерпением ждут новинок. А я благодарю Петра Доновского и всю замечательную команду ЭД Медицин за то, что как член VIP-клуба получила в подарок три новых фитоформулы.

Сама я регулярно употребляю коллоиды с января 2003 года, - они дают быстрый эффект и надолго приводят в состояние физического комфорта. Три года назад у меня было серьезное воспаление, меня лечили антибиотиками... Но потом я пропила два флакона женской формулы, и мой гинеколог была просто поражена скоростью выздоровления и абсолютным отсутствием отрицательных последствий в восстановительном периоде. А после «Кардио Саппорт» я буквально через две минуты чувствую, как сердце отвечает теплотой и благодарностью за его поддержку.

У нас с мужем есть правило: для поддержания своего здоровья каждый месяц употреблять по одной-две коллоидных фитоформулы. Очень люблю Анти-Оксидант и Фимейл Эктив, а муж предпочитает, конечно, Мейл Эктив Комплекс и Брейн Бустер.

«Коллоидные фитоформулы – это быстрый путь к здоровью» так я назвала лекцию Михаила Мозжелина в нашем городе. Встреча прошла просто великолепно, Михаил выступил как всегда убедительно и профессионально. Сразу же после встречи было выкуплено 12 флаконов. А через две недели мы узнали о первых результатах их применения. Л.А. Драчкова, ответственный работник, много лет страдала головными болями, - чтобы к 8 часам прийти на работу, она с 4 утра начинала пить различные таблетки! А после двухнедельного курса Анти-Оксиданта боли у нее совершенно прошли. У Людмилы Потаповой, благодаря Шугар Баланс, сахар в крови держится в норме. М.К.Кривошеина страдала аритмией, у нее была ишемия, - а после курса Кардио Саппорт и Анти-Оксиданта электрокардиограмма показала, что сердце находится в норме. У А.М. Прудникова была аритмия он задышался, плохо себя чувствовал, - ежу уже предложили операцию на сердце. А после курса Анти-Оксиданта и Кардио Саппорт операцию отложили...

Дорогие аргonautы!

В ЭД Медицин работает команда профессионалов, и любая форма сотрудничества с ними поднимает и ваш профессионализм, и ваш бизнес на новый, более качественный уровень. Пейте коллоидные фитоформулы сами, помогайте стать здоровыми своим близким - и подвигайте эти замечательные продукты на российский рынок!

Желаю всем аргonautам ментального комфорта, активного долголетия в Арго, крепкого иммунитета, красоты душевной и физической. Все это даст вам дружба и тесное сотрудничество с компанией ЭД Медицин.

Елена Николаева, Директор-Президент, рейтинг 86  
Руководитель ИЦ «Елена». Город Киров

Компания ЭД Медицин и Доктор ЭД поздравляют Елену Николаеву и всю ее замечательную организацию аргonautов с седьмым днем рождения!

Доктор  
ЭД

лето 2006

# Учиться, учиться и учиться... профилактике

Наши постоянные читатели хорошо знают, что большую помощь консультантам компании в повышении их профессионального уровня оказывает Общество натуральной медицины. Сегодня на вопросы нашего корреспондента отвечает Председатель правления Общества, доктор медицинских наук, профессор, академик Российской Академии естественных наук Владимир Алексеевич Курашвили.



- Совсем недавно прошел форум Лиги здоровья нации, в котором, как мы знаем, вы принимали участие...

- Лигу здоровья нации возглавляет кардиохирург с мировым именем, руководитель Государственного научного центра сердечно-сосудистой хирургии, председатель комиссии Общественной палаты РФ по формированию здорового образа жизни, академик Лео Антонович Бокерия. В правление Лиги входят известные ученые, артисты, спортсмены, государственные деятели, бизнесмены. Основные ее цели - работа с населением по пропаганде здорового образа жизни, вопросы духовно-нравственного воспитания, общественного здравоохранения, физической культуры, образования, охраны окружающей среды. Экспертный совет Лиги разработал концепцию создания постоянно действующей общественной информационно-консалтинговой сети, которая должна представлять собою систему информационно-пропагандистских Центров, расположенных в столице и субъектах федерации на базе региональных отделений Лиги. Они и должны будут заниматься поддержкой и развитием программ, направленных на сохранение здоровья нации. Задача, как видите, грандиозная, - восстановить утерянные традиции российского здравоохранения. Такие, например, как пропаганду здорового образа жизни, формирования у людей понимания необходимости позитивных изменений в образе жизни, разумного отношения к своему здоровью. А, главное, умения и навыков сохранять здоровье – свое и своих детей.

*Сегодня большая часть человечества умирает от тех же болезней, от которых умирали фараоны в Египте*

- Но ведь эти же цели и задачи ставит перед собой и компания ЭД Медицин, и компания Арго?

- Безусловно, все, что декларируют программные документы форума, так или иначе уже реализуется в деятельности этих компаний. Вопрос в том, насколько грамотно, професси-

онально будут действовать ее представители на местах.

- То есть речь идет о повышении их образовательного уровня. Какие рекомендации вы могли бы дать нашим читателям?

- В качестве первого шага - сертификационный курс обучения по продукции компании ЭД Медицин. Мы договорились, что по окончании их слушателям будет выдан диплом от компании ЭД Медицин и билет члена Общества натуральной медицины. Можно сочетать несколько образовательных программ - по окончании каждой слушатель получит соответствующий диплом и сертификат. Создается и дистанционная, заочная форма обучения.

- Это начальная, базовая ступень обучения. А что дальше?

- Компания Эд Медицин вместе с Государственным институтом новых форм обучения (ГИНФО) Министерства образования РФ и Обществом натуральной медицины создали базовый курс «Основы нутриентологии». В его программе лекционные и семинарские занятия, а также самостоятельная работа с информационными материалами. Успешно окончившим курс будет выдано Свидетельство государственного образца от ГИНФО с присвоением квалификации «Консультант по рациональному питанию и применению БАД».

- Существуют ли какие-то формы обучения для врачей, сотрудничающих с ЭД Медицин?

- Да, компания ЭД Медицин вместе с Российским научным Центром восстановительной медицины и курортологии Министерства здравоохранения и социального развития РФ, вместе с Обществом натуральной медицины организовала курсы тематического совершенствования врачей различных специальностей по теме: «Роль эссенциальных нутриентов в профилактике и купировании расстройств». Слушателям этих курсов тоже будет выдаваться Диплом государственного образца и билет члена Общества натуральной медицины.

- Кстати, многие врачи часто говорят, что не все их коллеги с пониманием относят-





ся к применению БАД. Как быть в такой ситуации?

- Большинство специалистов согласны с тем, что применение БАД в качестве дополнительного питания - единственный выход из тупика, куда «загоняют» нас «достижения цивилизации». БАДы дают возможность сохранить здоровье, избежать многих заболеваний или устранить их самостоятельно и, таким образом, реализовать свой человеческий потенциал.

- Однако, стоит заговорить об этом с чиновниками системы здравоохранения, как тут же возникает стена непонимания...

- Мы очень долго отдавали предпочтение

## К БАДам, которые не вызывают сомнений в качестве, смело могу отнести коллоидные фитоформулы компании ЭД Медици

химиотерапевтическим препаратам и буквально отворачивались от других методов и средств лечения. Хотя уже давно известно, что синтетические лекарственные препараты, - это в сущности, ксенобиотики, способные вызывать огромное количество осложнений и нежелательных побочных эффектов. А многие нозологические формы заболеваний до сих пор не поддаются лечению известными нам химическими препаратами. Поэтому люди все чаще ищут неординарные средства. И хотя многие инстанции все еще расставляют вокруг БАДов «красные флажки», хотя многих врачей все еще изгоняют с работы за одно упоминание о биодобавках, - жизнь не остановишь. Врачи эти препараты назначают, а люди их принимают - потому что положительный эффект очевиден... Впрочем, уже наметилась положительная тенденция. Если врач ориентирован не только на химиофармацевтические препараты, но использует и фитотерапевтические средства, натуральные и качественные БАД - это повышает его авторитет среди пациентов, поднимает его престиж. Но обязан подчеркнуть: БАДы должны быть высокого качества. Обращайте внимание на стандарт производства, упаковку, состав ингредиентов, уровень сопроводительных материалов.

- Не можете ли привести конкретный пример?

- К БАДам, которые не вызывают сомнений в качестве, могу смело отнести коллоидные фитоформулы компании ЭД Медици (Великобритания). С медицинской точки зрения коллоидные растворы имеют ряд несомненных преимуществ. Каждая частичка в составе

формулы как бы «подвешена» в коллоидном растворе и заключена в активную жидкую «капсулу». Таким образом, нет взаимодействия частиц между собой, в формулу можно включить необходимое количество ингредиентов и не бояться их взаимной нейтрализации. Другая важная особенность продуктов ЭД Медици - это конгруэнтность (соответственность) состава коллоидных биологически активных продуктов. Для нас, ученых и врачей, коллоидные фитоформулы ЭД Медици - это повышение качества врачебного труда, повышение эффективности терапии пациентов, уменьшение доз лекарственных средств, а следовательно и побочных эффектов. И, наконец, - эффективная профилактика! Это стоит подчеркнуть особо: использование природных корректоров необходимо не только тогда, когда болезнь уже обнаружилась, а на более ранних этапах, когда проявились пока только легкие расстройства, - чреватые, однако, последующими изменениями.

- Все знают, что профилактика - самое перспективное направление в здравоохранении. А вот студентам-медикам их профессора решительно ничего не говорят о роли БАД в предотвращении и коррекции патологических процессов...

- Это очень большая тема... В лучшем случае студентов учат тому, какими должны быть особенности питания человека при язвенной болезни, мочекаменной и так далее. Иными словами, рассказывают им о диетах. Но о целительной силе растений - ни слова! Поэтому мы буквально вынуждены призывать врачей учиться заново. Практикующий врач обязательно должен знать о самых различных воз-

Для нас, ученых и врачей, коллоидные фитоформулы ЭД Медици – это повышение качества врачебного труда, повышение эффективности терапии пациентов, уменьшение доз лекарственных средств, а следовательно и побочных эффектов.

можностях поддержания здоровья человека или профилактики заболеваний.

- Многие считают, что современная медицинская наука не умеет лечить хронические заболевания, зато с этим успешно справляются специалисты по восточной медицине. Справедливо ли это?

- Что говорить, если и сегодня большая часть человечества умирает от тех же болезней, от которых умирали фараоны в Египте! Но самое печальное то, что нынешняя медицина не ставит перед собой цель сохранить человеку здоровье, а пытается лишь устранить конкретный симптом.

- Известно, что на состояние нашего здоровья влияют загрязнения земли, воздуха и воды промышленными отходами, влияют шумы, различные излучения и так далее. Что делать в этих условиях обычному человеку?

- На протяжении многих лет ваш покорный слуга участвовал в многочисленных научных конференциях - и в нашей стране, и за рубежом и знает, что ведущие мировые специалисты согласны с тем, что и в этой сложнейшей, нужно признать, ситуации могут существенно помочь именно БАДы, - при разумном их применении, конечно. И как препараты вспомогательной терапии, а в ряде случаев вполне самостоятельно.

- А еще нас постоянно пугают, что среди БАДов, попадающих на наш рынок, есть и вредные. Что иногда они дают побочные эффекты, могут вступать в конфликт с лекарствами...

- Конечно, есть и фальсифицированные продукты, есть в целом ряде случаев и противопоказания к приему БАДов - на фоне беременности, например, или при некоторых патологических состояниях. Есть и случаи индивидуальной непереносимости. Но о том же предупреждают в аннотациях и подавляющее большинство фармпрепаратов, только почему-то никто от них никто не приказывает отказываться... По-моему, нужно просто обратиться к здравому смыслу. БАДы можно и нужно проверять на безопасность - для этого разработан достаточно четкий порядок регистрации. А что до противопоказаний, то ответ очевиден: обязательно нужно советоваться с врачом! Другой вопрос, что врачи должны быть грамотными специалистами в области применения БАДов. И тут мне придется вернуться к началу нашей беседы: надо учиться. Могу даже повторить это слово трижды, - как нас учили когда-то комсомольские вожди... Наша эпоха характеризуется не только техногенными катастрофами и загрязнением окружающей среды, но, к счастью, и техническими достижениями. Например, Интернет позволяет организовать дистанционное обучение, когда человеку, желающему повысить свои знания, не нужно куда-то выезжать, искать какие-то «неизвестные пути» в науку. Каждый свободно и бесплатно может посетить наш сайт [www.nutrition.ru](http://www.nutrition.ru), где широко представлены материалы о природных целебных средствах, о методах профилактики и лечения с помощью натуральных средств.

С.В.А. Курашвили беседовал  
Главный медицинский представитель ЭД Медици  
в странах Восточной Европы Г.В. Орман







Академик В.А.Курашвили на семинаре  
ЭД Медицины и ГИНФО

Научные консультанты компании «Арго» ведут большую просветительскую работу. Однако каждому из них хотелось бы не только расширить кругозор, но и повысить свой социальный «просветительский» статус. Проще говоря, иметь официальный документ о прохождении квалифицированного и, - обязательно! - официального курса обучения.

Такую возможность дает Государственный институт новых форм обучения (ГИНФО), в котором создано медико-профилактическое направление.

Специалисты ГИНФО совместно с Обществом натуральной медицины и компанией ЭД Медицины проводят специально разработанные учебные курсы для консультантов без медицинского образования, на котором слушатели по окончании цикла обучения смогут получить государственное удостоверение Института новых форм обучения. Программа цикла обеспечивает базовый уровень подготовки по основным вопросам диетологии, нутрициологии и фитотерапии и рассчитана на 72 часа занятий - как лекционных, так и самостоятельной работы.



**Обучение по основам нутрициологии проводится дистанционно и разбито на пять этапов.**

**Этап 1.** По согласованной программе слушатели получают по электронной почте разделы учебного материала. Темп обучения, а также сроки получения учебно-методических материалов и сроки предоставления материалов для итоговой аттестации устанавливаются самим слушателем, в зависимости от скорости усвоения материалов.

Учебный материал представляется в виде тематических лекций или учебных пособий для практического использования.

Российское Бюро компании ЭД Медицины, Общество Натуральной Медицины, Государственный институт новых форм обучения Министерства Образования РФ (ГИНФО), Российский Научный Центр восстановительной медицины и курортологии Министерства Здравоохранения и Социального развития РФ организовали обучение по базовому курсу «Основы Нутрициологии». По окончании курсов обучения выдается Свидетельство государственного образца.

## Получите удостоверение!

**Программа курсов разбита на три этапа:**

**Первый.** Очная часть цикла, на которой преподаватели читают лекции, проводят со слушателями семинарские занятия, отвечают на вопросы.

**Второй.** Учебный материал предоставляется слушателям в виде тематических лекций или учебных пособий. По согласованной программе он может быть предоставлен на электронных носителях (на компакт-диске, отправлен по электронной почте) или в распечатанном виде.

**Третий.** Основываясь на знаниях, полученных в ходе двух предыдущих этапов, а также собранных самостоятельно материалов, слушатель пишет экзаменационную работу и отправляет ее в учебную часть Общества натуральной медицины.

По результатам обучения и качеству экзаменационной работы слушателю присваивается квалификация "Консультант по рациональному питанию и применению БАД" и выдается удостоверение государственного образца.

## Дистанционное обучение

**Этап 2.** Предполагается, что слушатель затрачивает на занятия в среднем 3 часа ежедневно, или 18 часов в неделю. Таким образом, при данном сценарии проведения цикла общее количество часов аудиторных занятий составляет 72 часа.

Для слушателей, у которых возникают неясности или появляются конкретные вопросы, производятся консультации по электронной почте. Оценка степени усвоения пройденного материала производится способом тестирования - также по электронной почте.

**Этап 3.** После прохождения цикла каждый слушатель включается в систему так называемого "Оперативного непрерывного образования" по избранной специальности. Периодически по электронной почте он получает свежую информацию по нормативно-правовым вопросам, по новинкам литературы, по новым БАДам, по новым диагностическим

и лечебным методикам, а также рекламную информацию.

**Этап 4.** В конце цикла проводится заочный итоговый экзамен: слушатель на основании полученных учебно-методических материалов готовит и высылает по электронной почте итоговый реферат по выбранной теме объемом 5 - 7 машинописных страниц и получает сертификат государственного образца.

**Заключительный этап.** По окончании обучения слушатели получают:

- Свидетельство государственного образца о прохождении цикла "Эссенциальные нутриенты в предупреждении и коррекции расстройств" по направлению "Медико-профилактическое дело".

Им присваивается квалификация

- "Консультант по рациональному питанию и применению БАД"

КАЖДЫЙ РУБЛЬ, ВЛОЖЕННЫЙ  
В ОФИЦИАЛЬНУЮ МЕДИЦИНУ,  
СОХРАНЯЕТ РЕСУРСЫ ЗДОРОВЬЯ  
В СРЕДНЕМ НА 6 РУБЛЕЙ, В СА-  
НАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ –  
НА 18 РУБЛЕЙ, В МЕДИЦИНСКУЮ  
РЕАБИЛИТАЦИЮ – НА 30 РУБЛЕЙ,  
В ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ – НА  
42 РУБЛЯ И В РАЦИОНАЛЬНОЕ  
ПИТАНИЕ – НА 64 РУБЛЯ



### ТВОРЧЕСКИЙ ПОДХОД



Особое впечатление на меня произвели такие цифры: «Каждый рубль, вложенный в официальную медицину, сохраняет ресурсы здоровья в среднем на 6 рублей, в санаторно-курортное лечение – на 18 рублей, в медицинскую реабилитацию – на 30 рублей, в

физическую культуру – на 42 рубля и в рациональное питание – на 64 рубля». Получается, что эффективность натуральной дополнительной медицины относительно медицины официальной, выше в разы! Компания ЭД Медицины всегда отличалась творческим подходом и к информационным материалам, и к обучающим семинарам. Обучение на сертификационных курсах не стало исключением – они прошли очень интересно. Преподаватели дали очень большой блок информации по самой актуальной Российской Федерации проблеме – здоровью населения и, связанного с ней оздоровительного питания. Особое внимание уделялось применению

БАД для профилактики здоровья. Только на курсах я стал понимать всю глубину того, какое важное и нужное дело в России делают Компания ЭД Медицины и Компания Арго. Как важно использовать коллоидные растворы и как нужно нести эту информацию людям.

Сегодня на всех уровнях государственной власти ищется национальная идея. Я думаю, что идея найдена в практических делах компании ЭД Медицины и компании Арго, лозунг которых «Здоровье и успех – для всех».

Валерий Черкасов,  
Директор Президент.Москва.

### БЛЕСТЯЩИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ



Владимир Алексеевич Курашвили рассказывал нам как о законах и стандартах, так и о способах коррекции веса. И всегда, даже о самых серьезных вопросах он говорил легко, с юмором и просто покорил аудиторию обаянием, умом, жиз-

ненной энергией. От Михаила Евгеньевича Мозжельина мы получили исчерпывающую информацию о коллоидных растворах, их роли и месте в современной России. Узнали не только о механизме действия коллоидных фитогормонов, но и получили конкретные рекомендации по их применению и по созданию сочетаний коллоидов. Перед нами выступали ученые, кандидаты, профессора, врачи. Выступления были очень интересными и, главное, доступными. Теперь не нужно думать, что именно рекомендовать консультанту, или какими должны

быть его первые шаги в Арго. Достаточно открыть записи – и все шаги становятся простыми и понятными.

Так что если вы хотите добиться успеха – идите учиться! И именно к тем, кто проводят сертификационные курсы «ЭД Медицины - Общество Натуральной Медицины - Государственный институт новых форм обучения (ГИНФО)».

Большое спасибо организаторам!

Татьяна Казакова,  
директор-президент. Республика Беларусь.



### ЗАМЕЧАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

Слушала конкретные блестящие доклады. Видела и общалась с великолепными специалистами. Меня не оставила равнодушной и организация обучения, и его качество. Мне приходилось участвовать во множестве обучающих семинаров - и в Арго, и в компании, где пришлось работать раньше. И могу ответственно сказать: такого высоко-

кого уровня я еще не встречала. И самое главное – я получила полезнейшие знания и практические методики, которые позволяют мне эффективно помогать моим знакомым и близким, а также строить бизнес в Арго. Выбор был правильным и достойным. Благодарю организаторов.

Ольга Ветрова,  
Директор-президент.

### УНИКАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Все участники семинара получили уникальную информацию: сборники статей по государственному регулированию оборота БАД, нормативные правовые акты, данные по состоянию здоровья населения, конкретные рекомендации по профилактике и оздоровительным мероприятиям, которые необходимо проходить современному человеку. Очень важны и документы: Удостоверение

государственного образца и Сопроводительное письмо от Общества натуральной медицины. Эта информация, эти материалы и документы вне всякого сомнения делают работу консультанта Арго и интереснее, и эффективнее. Я с огромным удовольствием и огромной пользой посетила сертификационные курсы ЭД Медицины.

Ирина Фомина  
директор-президент. Москва.



# У современной компании - современные инструменты

Компания Эд Медицин считает одной из своих основных задач предоставление он-лайн информации всем своим сотрудникам, клиентам и, безусловно, консультантам АРГО. Именно для консультантов и лидеров Арго открыт официальный сайт Эд Медицин в России [www.admedicine.ru](http://www.admedicine.ru).

## Разделы сайта ПРОДУКЦИЯ

Сайт компании Эд Медицин - мощное средство оповещения, где каждый может найти, - а также, безусловно, распечатать и использовать в общении с потенциальными партнерами - информацию о новом поколении БАД - коллоидных фитоформулах.

## ИСТОРИЯ КОМПАНИИ, ТЕХНОЛОГИИ, ПРОИЗВОДСТВО

Рассказывает о компании Эд Медицин, о ее философии и технологиях

## ОТЗЫВЫ

Публикует результаты применения коллоидных фитоформул, которые компания Эд Медицин получает со всех уголков России и стран СНГ. Все отзывы - подлинные. При публикации стилистика авторов сохраняется. Рукописные варианты хранятся в архивах компании Эд Медицин

## КОНТАКТЫ

Вам нет надобности ломать голову над тем, какую конкретно фитоформулу или какой их набор можно порекомендовать человеку в той или иной ситуации. Вы можете получить оперативную консультацию на хорошем русском языке у врачей-

представителей Компании Эд Медицин.

## ОБУЧЕНИЕ

Огромное внимание Компания Эд Медицин уделяет обучению консультантов Арго. В настоящий момент проводятся курсы, на которых даются практические рекомендации по применению коллоидных фитоформул, а по окончании их - выдаются документы государственного образца. Обучение как очное, - семинары, консультации специалистов, - так и заочное.

На сайте Вы можете подписаться на

РАССЫЛКУ от компании Эд Медицин, которая проводится 1 раз в неделю. Самые яркие события из жизни Эд Медицин, новости, открытия, научная полемика, консультации, рецепты молодости и здоровья, приемы успешных продаж и многое другое - вот что это такое. На то, чтобы подписаться, у вас уйдет не более минуты:

- войдите в раздел

ПОДПИСКА НА НОВОСТИ и в открывшемся окне введите адрес вашей электронной почты, фамилию, имя, отчества и город. И вы окажетесь в самом центре событий компании Эд Медицин.

Сайт [www.admedicine.ru](http://www.admedicine.ru) - важнейший источник информации, который даст каждому из вас возможность получить ответы на большинство возникающих вопросов. Он - ваш эффективный помощник и очень полезный инструмент в такой сложной, но столь нужной и важной работе, как консультант компании Арго.





# Брифинг Доктора Эда

**- Почему на продукции компании ЭД Медицины отсутствует штрих код? Многие консультанты думают, что штрих-код необходим как защита от подделки.**

**Консультант Арго Мария Н., 44 года, врач**

- Штрих-код содержит информацию о стране, где произведен товар, фирме-изготовителе, очень часто – о наименовании товара, его потребительских свойствах, размере, массе. Фирма-изготовитель не обязана использовать и наносить штрих код, - это делается исключительно для оптимизации работы ее товарного отдела, а также склада, куда товар поступает, или магазина – если он оборудован специальными сканерами для считывания информации. Наличие или отсутствие штрих-кода не может служить гарантией подлинности или, наоборот, свидетельством подделки товара.

У компании ЭД Медицины не было необходимости использовать штрих-код на упаковках коллоидных фитоформул, поставляемых в Россию. Однако, по многочисленным просьбам консультантов компании Арго, которым часто приходится сталкиваться с подобными вопросами, теперь на упаковку продукции ЭД Медицины штрих-код будет наноситься. В новых партиях он будет размещен на нижней грани картонной упаковки. Кстати, подлинность штрих-кода можно проверить. Для этого надо следовать следующим правилам:

1. Сложить все цифры, стоящие на четных местах;
2. Полученную сумму умножить на 3. Результат - назовем его X - запомнить;
3. Сложить все (без контрольной!) цифры, стоящие на нечетных местах;
4. Прибавить к этой сумме число X;
5. От полученной суммы - назовем ее YZ - оставить только Z;
6. Выполнить простое арифметическое действие:  $10 - Z$ ;
7. Если результат соответствует контрольной цифре штрих-кода, - перед вами не подделка.

ПРИМЕР. Штрих-код коллоидной фитоформулы ДЕТОКС (новинка компании Арго)

-506005992008 (контрольная цифра - 2)

1.  $0+0+5+9+0+8 = 22$
2.  $22 \times 3 = 66$
3.  $5+6+0+9+2+0 = 22$
4.  $66+22=88$
5. От 88 оставляем 8.
6.  $10-8=2$

Результат соответствует контрольной цифре.

Точно так же проверяется штрих-код и на остальных коллоидных фитоформулах.

**- Можно ли применять коллоидные растворы беременным и кормящим женщинам? Допустимо ли давать их детям?**

**Консультант Арго Наталья Н., 39 года, директор-президент**

- Если не проводились специализированные исследования, то беременным и кормящим женщинам, а также детям до 3 лет официально рекомендовать использование тех или иных средств нельзя. Правда, достоверно известно, что фитоформулы не токсичны и содержат только безопасные для матери и плода ингредиенты. Более того, все сотрудницы компании ЭД Медицины, которые были “в положении”, широко использовали коллоидные фитоформулы, - так же, впрочем, как и потом, в периоды кормления. Однако специализированных апробаций в этой области проведено не было, и рекомендовать их мы не можем.

Детям можно широко и безбоязненно давать коллоидные фитоформулы с трех лет. Но с 3 до 12 лет рекомендуются дозировка в два раза меньшая, чем дозировка для взрослого человека. Давать “взрослую” дозировку можно только с 12 лет.

**- Как-то отметил, что цвет коллоидных растворов изменялся: в одной партии он был красным, в другой тоже красным, но - темнее. Нормально ли, что цвет колеблется от светлого до темного?**

**Консультант Арго Николай Д., 32 года, директор-президент**

- Когда речь идет о натуральных продуктах, созданных на основе травяных экстрактов - это абсолютно нормально. При производстве коллоидных фитоформул приходится сталкиваться с целой массой нюансов, которые приводят к варьированию цвета. Большое влияние на это оказывают влажность, температура в производственном помещении. На качестве продукта это не сказывается.

Когда используются экстракты из трав, количество обеспечивающих их эффективность биологически активных веществ не меняется. Но экстракты в микродозах содержат дополнительные пигменты, - именно эти абсолютно нейтральные для организма вещества и «дают» цвет. Влияют на цвет время и место сбора, - из-за них экстракт, полученный из одного и того же целебного растения, может быть светлее или темнее. Для нас главное - качество, безопасность и эффективность используемых экстрактов и конечного продукта. Оттенки цвета и плотность консистенции на эти показатели не влияют. Наоборот, должно насторожить, если натуральный, как заявлено, продукт, «созданный на основе трав» весь год поступает к вам одного и того же цвета! Скорее всего, в нем используются синтетические красители, - как правило, не указанные ни в одной сопроводительной аннотации.

**-Что я, что мои коллеги-врачи отмечаем при применении коллоидных фитоформул чрезвычайно быстрый эффект. Чем это может быть вызвано?**

**Консультант Арго Тамара Р., 29 года, директор-президент**

- Обратите внимание на состав коллоидных фитоформул. В них входят экстракты из целебных трав и природные нутриенты, - то есть продукты природного происхождения, но в более высокой концентрации. Достаточной, например, для того, чтобы оказать эффект на клеточном уровне, - а он проявляется быстро. Такое сочетание позволяет ускорить действие коллоидов и, что немаловажно, оказать пролонгированное действие, продлить эффект.



# Астрологический прогноз

осень 2006 года

## ОВЕН

Укрепление сердечно-сосудистой системы - главная задача этой осенью. Потребуется забот и состояние позвоночника - не забывайте о гимнастике. Обратите внимание на комплекс коллоидных фитоформул для защиты сердца и сосудов (Кардио Саппорт и Анти-Оксидант Коллоидный). Общее ослабление энергетики можно ожидать в ноябре и начале декабря. Постарайтесь в этот период пройти курс Иммюн Саппорта.

## ТЕЛЕЦ

Внимание почкам, мочеполовой системе! Минимум алкоголя и сладкой газированной воды, предпочтение морсам из клюквы, красной смородины, брусники. Это особенно актуально в сентябре-октябре, когда запас сил пойдет на убыль. Используйте комбинацию коллоидных фитоформул Анти-Оксидант и Иммюн Саппорт для повышения защитных сил. Это позволит уберечь и почки, и предупредить ОРЗ во время осенней вспышки заболевания.

## БЛИЗНЕЦЫ

Страдающие хроническим гепатитом, холециститом, панкреатитом, в эту осень должны особенно внимательно следить за диетой! Ограничить жирную пищу, копчености, соленья и алкоголь. Вашими постоянными спутниками в сентябре-ноябре должны стать коллоидные фитоформулы Детокс и Анти-Оксидант.

## РАК

Вашему здоровью можно позавидовать! Для большинства раков единственная рекомендация - правильное питание. Старайтесь не злоупотреблять сладостями, копченостями, а вот продукты, способствующие выведению шлаков и переработке жиров, полезны. Используйте Детокс и Анти-Оксидант. В ноябре-декабре обратите внимание на иммунитет (пропейте курс Иммюн Саппорта).

## ЛЕВ

В течение осени могут дать о себе знать любые хронические болячки. Энергетический потенциал будет невысоким, повысится утомляемость, но главный упадок сил ожидается в октябре и начале ноября. Поддержите жизненный тонус поможет комбинация Иммюн Саппорт и Анти-Оксидант Коллоидный.

## ДЕВА

Потребуется внимания и заботы нервная система - старайтесь соблюдать режим труда и отдыха. Необходимо использовать коллоидную фитоформулу Ментал Комфорт, полезны бассейн, общий массаж. В ноябре фон настроения близок к депрессии, в результате возможно обострение любых хронических хворей. Поможет комбинация Иммюн Саппорт и Анти-Оксидант Коллоидный.

## ВЕСЫ

Особое внимание на свое самочувствие должны обратить гипертоники. Колебания давления наиболее вероятны в сентябре-октябре. Всем без исключения в этот период следует избегать алкоголя и крепкого кофе. Возьмите за правило по утрам принимать контрастный душ, а комбинация Кардио Саппорт и Анти-Оксидант сбалансирует ваше давление.

## СКОРПИОН

Здоровье обещает быть достаточно крепким, - если, конечно, не перегружать себя работой и не "баловать" тяжелой пищей и алкоголем. В октябре-ноябре можно поддержать свой организм коллоидными фитоформулами Анти-Оксидант и Иммюн Саппорт. Ослабленная печень также требует умеренности в еде, особенно в ноябре - декабре. Избегайте острого и жирного, пропейте курс Детокса.

## СТРЕЛЕЦ

Осенью придется воевать с собственными душевными про-

блемами, страхами, эмоциями. От психического состояния во многом будет зависеть и телесное здоровье. Унять "плененной мысли раздражение" помогут Ментал Комфорт, но не забывайте и о спорте. В ноябре не планируйте большой объем нагрузок и будьте особенно осторожны за рулем автомобиля. Поддержите свой организм комбинацией Анти-Оксидант и Иммюн Саппорт.

## КОЗЕРОГ

Вам могут повредить безразличия к собственному здоровью и неразумное расходование сил. Велик риск заболеваний половой сферы - старайтесь не переохлаждаться, при малейшем недомогании показывайтесь врачу. Используйте фитоформулы Мейл или Фимейл Эктив Комплекс, которые можно усилить Анти-Оксидантом Коллоидным. Восстановить ослабленный иммунитет (пик придется на конец ноября) поможет Иммюн Саппорт.

## ВОДОЛЕЙ

Запас здоровья достаточный, однако страдающим заболеваниями почек стоит побережиться - в осенние месяцы возможны обострения. В ноябре вероятны простудные заболевания. Используйте Иммюн Саппорт и Анти-Оксидант - это позволит провести осень без сложностей со здоровьем.

## РЫБЫ

Здоровье ослаблено, хвори принимают затяжной характер, могут обостриться хронические заболевания. Берегите себя и свой организм, постарайтесь избежать стрессов и физического переутомления. Используйте схему коллоидных фитоформул: первым этапом Детокс для улучшения работы органов выделения (в первую очередь - печени) а затем, вторым этапом, укрепите организм комбинацией Анти-Оксидант и Иммюн Саппорт. И болезни обойдут вас стороной.

### РЕДКОЛЕГИЯ

**Петр Доновский** - Глава Восточно-Европейского бюро ЭД Медицины

**Григорий Орман** - Главный медицинский представитель ЭД Медицины в Восточной Европе, профессор Европейской Академии естественных наук

**Мозжелин Михаил** - Кандидат медицинских наук, Член Правления и Главный эксперт по коллоидным формам БАД Общества Натуральной медицины, Член Российского Общества фитотерапевтов, научный эксперт ЭД Медицины

**Ольга Полунина** - Научный консультант ЭД Медицины Кандидат медицинских наук, доцент кафедры внутренних болезней педиатрического факультета Астраханской Государственной медицинской Академии, профессор РАЕ

**Юлия Литвиненко** - кандидат медицинских наук, медицинский аналитик ЭД Медицины

**Джей Дейли** (США) - доктор фармацевтики. Директор CH Labs, директор производственного комплекса ЭД Медицины в США

**Дениел Хопкинс** (США) - доктор медицины, доктор биологии, Профессор

**Дэвид Ричардсон** (Великобритания) - директор по маркетингу ЭД Медицины по странам Западной Европы

**Роджер Грин** (США) - доктор клинической биохимии.

Главный технолог ЭД Медицины

**Хоаким Деместре** (США) - доктор фармацевтики, научный консультант CH Labs

**Владимир Христов** (Болгария) - Доцент кафедры эндокринологии Государственной медицинской Академии Болгарии, руководитель клиники эндокринологии Медицинской академии г. Софии, национальный консультант по эндокринологии, член Европейского общества диабетологов, главный редактор международного журнала "Диабет", председатель ассоциации "Мужское здоровье"

**Влади Манев** (Болгария) - Доцент, ведущий иммунолог Болгарии, зав. Центром иммунологии в Медицинской Академии, г. Софии, председатель общества по иммунологии, член европейских и американских обществ.

**Румен Бостанджиев** (Болгария) - Доктор медицины, психиатр, сексолог. Преподаватель Медицинской Академии г. Софии, ведущий сексолог Болгарии, председатель Международного Общества сексологии и сексопатологии, президент Международного Университета сексологии.

**Врабка Орбецова** (Болгария) - доктор медицины, профессор, ведущий специалист по клинической биохимии, преподаватель Медицинской Академии г. Софии, заведующая Лабораторией клинической биохимии национальной больницы "Царица Иоанна", председатель международного общества альтернативной медицины Болгарии, член Европейского общества по биохимии Американско-

го общества по онкологии, Главный консультант Международного онкологического общества при ЕЭС.

**Александра Пенюва** (Болгария) - доктор психологии. Директор Балканского офиса ЭД Медицины Балкан

### РЕДАКЦИЯ

**Петр Доновский** - главный редактор

**Владимир Колесников** - PR-директор,

**Оскар Кузнецов** - редактор

**Мария Кристал** - главный художник

**Редакция выражает благодарность за консультации равные и научно-методическое сопровождение:**

**В. А. КУРАШВИЛИ** д.м.н. профессору, председателю правления Общества натуральной медицины. Действительному члену Российской и Европейской академий наук, профессору Университета натуральной медицины (Сант Фе, США), члену Правления Европейской Академии естественных наук, члену Правления Российской ассоциации специалистов восстановительной медицины научный консультант Аппарата Мэра г. Москвы, члену Правления Всероссийской ассоциации традиционной и народной медицины

Согласно Закону о рекламе редакция журнала "Доктор ЭД" не делает никаких лечебных и медицинских заявлений.





# На страже вашего здоровья и красоты

Коллоидная фитоформула женской привлекательности, здоровья и красоты.

Бьюти Нэчурал

- улучшение внешнего вида кожи, придания свежести и упругости
- повышение женской привлекательности
- укрепление волос, придания густоты и блеска
- укрепление ногтей
- зримое улучшение состояния всего организма
- профилактика старения и раннего увядания

Коллоидная фитоформула антистрессовой защиты и душевного равновесия

Ментал Комфорт

- защита организма от стресса
- устраняет депрессивные расстройства, в том числе и скрытую депрессию
- эффективная помощь при стрессовых (психосоматических) заболеваниях
- способствует нормализации сна, возвращает чувство свежести
- нормализует чрезмерный аппетит

Коллоидная фитоформула для детоксикации организма.

Детокс

- комплексная очистка организма с пролонгированным действием
- улучшение работы органов детоксикации (в первую очередь – печени и кишечника)
- комплексная поддержка органов гепатобилиарной системы (желчного пузыря, желчевыводящих протоков)



98%

Самый  
высокий  
процент!

В самых надежных банках!





