The background features a grey field with various white icons inside gears: a padlock, a molecular structure, an atom, lungs, a microscope, a checkmark, a caduceus, a flask, a shield with a cross, an apple, and a document with a ribbon. A large, colorful abstract shape in shades of teal, green, and red is on the right side.

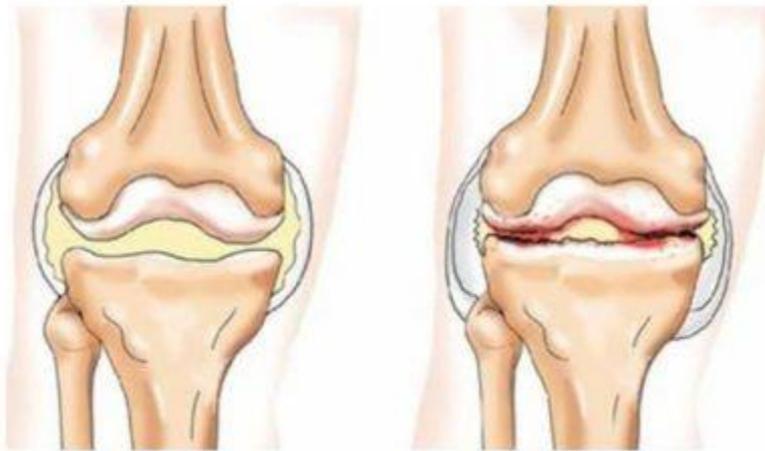
ПРИМЕНЕНИЕ БИОКОМПЛЕКСОВ «АРТЛАЙФ» ПРИ ДЕГЕНЕРАТИВНО- ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ

ТАТЬЯНА ПОТКИНА,
врач-травматолог-ортопед высшей категории,
победитель 9 Всероссийского конкурса «Лучший врач года»

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

цикл онлайн-встреч

Арт Лайф



Норма

Остеоартроз

Дегенеративно-дистрофические заболевания суставов являются патологиями, суть патогенеза которых заключается в прогрессирующем нарушении метаболических процессов в хрящевой ткани суставов, изменении структуры костной ткани эпифизов, а также в постепенном вовлечении в процесс дегенерации остальных суставных структур. К ДДЗС относят остеоартроз, остеохондроз, спондилоартроз, остеохондропатию.

Патологический процесс сопровождается деформированием суставов, дисконгруэнтностью (несоответствием суставных поверхностей), болезненностью, снижением функциональности, формированием вторичной воспалительной реакции. В итоге, такие болезни существенно снижают качество жизни человека, а в самых тяжелых случаях приводят к инвалидизации.





- Симптомы ОА наблюдаются более чем у 10–20% населения земного шара*
- Число пациентов с ОА в нашей стране около 10–12% от всего населения, а частота его выявления у больных старше 65 лет достигает более 60%*
- Примерно треть пациентов, страдающих ОА, имеет ту или иную степень нетрудоспособности
- По данным ВОЗ у 80% населения к 50–60 годам в той или иной степени отмечаются проявления остеохондроза позвоночника

*Н.В.Чичасова. Современные рекомендации по лечению остеоартроза. Consilium Medicum. 2016; 02: 124-133

ФАКТОРЫ РИСКА

- Как правило остеоартроз выявляют у людей старшей возрастной группы (старше 50 лет)
- Чаще болеют женщины, так как с наступлением климакса резко снижается выработка женских половых гормонов, которые защищают хрящ в молодом возрасте.
- Наличие ОА у ближайших родственников, так же является одним из факторов риска.
- Избыточный вес. В настоящее время является одним из основных факторов риска развития остеоартроза.
- Травмы опорно-двигательного аппарата, инфекционное и бактериальное поражение
- Нарушение обмена веществ и гормонального фона, вредные привычки, нарушение фосфорно-кальциевого обмена.



СИМПТОМЫ

- боль в суставе после длительной механической нагрузки.
- это утренняя скованность, которая может быть охарактеризована как «чувство геля» в суставе; потребность размять, помассировать сустав перед началом движения
- Хруст в суставе.
- Деформация. Характерна для более поздних стадий.



I стадия

II стадия

III стадия

IV стадия

1 стадия – сомнительный остеоартроз (сомнительные признаки остеоартроза в виде слабовыраженных костных разрастаний; основного рентгенологического признака- сужения суставной щели ещё не видно);

2 стадия – начальные изменения (видно незначительное сужение суставной щели);

3 стадия - умеренно выраженный остеоартроз (явное сужение суставной щели, множественные остеофиты, краевые разрастания);

4 стадия – резко выраженный остеоартроз (значительное сужение суставной щели, резко выраженные костные разрастания, выраженные изменения кости под хрящом)



На работе каких органов сказывается

Возможные заболевания

Шейный отдел:

Лоб, глаза, нос, пазухи, губы, рот, язык, зубы, голосовые связки, щитовидная железа, гипофиз, лицевые нервы, мышцы, мозговое кровообращение, локти.

Грудной отдел:

Солнечное сплетение, грудь, грудная клетка, сердце, легкие, бронхи, коронарная артерия, запястья, ладони, пальцы, кровь, лимфа, пищевод, желудок, печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка, почки, надпочечники, мочеиспускательный канал, тонкая кишка, толстая кишка, пах.

Нижний отдел:

Брюшная полость, аппендикс, половые органы, яичники, яички, матка, мочевой пузырь, предстательная железа, слепая кишка, мышцы низа спины, верх бедра, седалищный нерв, ягодицы, бедренные кости, икры, своды стоп, стопы, пальцы ног, лодыжки.

Копчик:

Прямая кишка, задний проход.



1. Головная боль, нервозность, насморк, гипертония, ухудшение памяти.
2. Болезни пазухи лба и носа, аллергия, ухудшение зрения, снижение слуха.
3. Невралгия, гайморит, экзема.
4. Фарингит, аденоиды, глухота
5. Ларингит, ангина, боль в горле
6. Боли в плечевых мышцах и суставах.
7. ОРЗ, локтевые бурситы, зоб.

1. Астма, затрудненное дыхание, приступы кашля, боли в мышцах и суставах рук.
2. Нарушение работы сердца, боль в груди.
3. Бронхиты, плевриты, пневмонии, повышенная восприимчивость к гриппу.
4. Проблемы желчного пузыря.
5. Ухудшение состояния печени, восприимчивость к гепатитам, гипотония, малокровие, артриты.
6. Проблемы с желудком
7. Болезни печени, язвы, гастриты
8. Низкая устойчивость к инфекциям
9. Аллергии, слабость иммунной системы
10. Проблемы с почками.

11. Нарушения обмена веществ, токсикозы, болезни кожи, волос, ногтей.
12. Ревматизм, риск бесплодия

1. Запоры, колиты, диарея, развитие пупочной или паховой грыжи.
2. Аппендицит, колики, затруднение дыхания, ацидоз, варикозное расширение вен.
3. Все женские и мужские болезни, расстройство мочевого пузыря, артрозы
4. Ишиас, радикулит, риск аденомы, кисты, опухоли, аденома простаты, циститы
5. Нарушение кровообращения в ногах, опухание лодыжек, отеки лодыжек и голеностопных суставов, холодные ноги

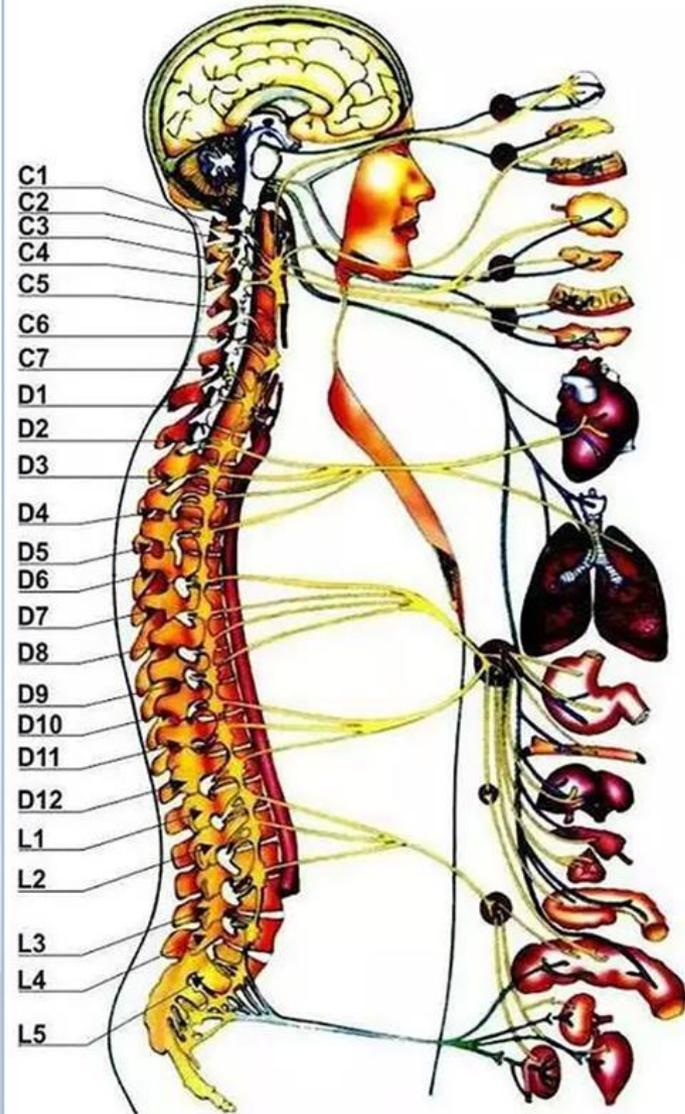
1. Паралич, тромбоз подвздошной артерии, расстройство сексуальной жизни.

1. Геморрой, боль в крестце, нарушение функции тазовых органов

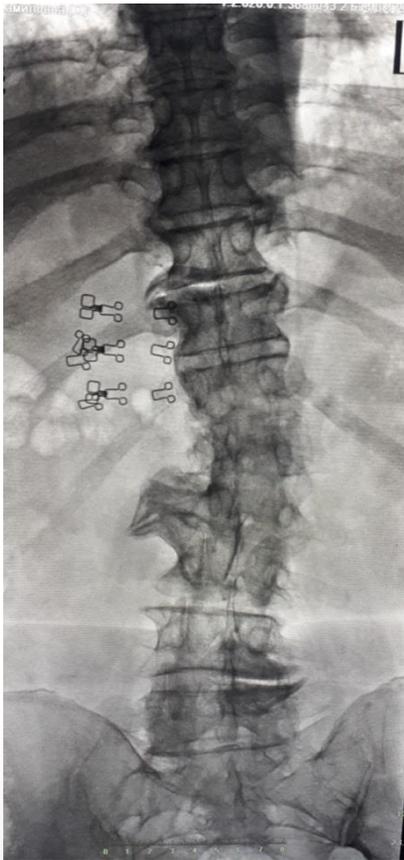


цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ



Обозначение позвонка	Соответствующие органы и части тела	Патологические симптомы
C1	Гипофиз, внутреннее ухо, мозг, симпатическая нервная система	Головные боли, нервозность, повышенное артериальное давление, мигрени, проблемы со сном
C2	Глаза, зрительный и слуховой нервы, височные кости	Заболевание глаз, аллергии, снижение слуха, обмороки
C3	Щеки, внешнее ухо, лицевой нерв, зубы	Невралгии, невриты, угри
C4	Нос, губы, рот, евстахиева труба	Нарушение слуха, увеличенные аденоиды
C5	Голосовые связки	Боль в горле, тонзиллит, ларингит
C6	Мышцы шеи, надплечья	Боли в шее, в плечах, в затылке
C7	Щитовидная железа, плечевой и локтевой сустав	Гипотиреоз, нарушение подвижности в плечах и локте
D1	Руки, запястья, ладони, пищевод, трахея	Астма, кашель, боли в руках и ладонях
D2	Сердце, перикард, коронарные артерии	Аритмии, боли за грудиной, ишемическая болезнь
D3	Бронхи, легкие, плевра, грудь и соски	Бронхиты, астма, плевриты, пневмонии
D4	Желчный пузырь, общий желчный проток	Камни в желчном пузыре, желтуха, нарушение усвоения жиров
D5	Печень, солнечное сплетение	Расстройства работы печени, желтуха, нарушения свертываемости крови
D6	Желудок	Гастриты, язвы, нарушения пищеварения
D7	Поджелудочная железа, двенадцатиперстная кишка	Диабет, язвы, расстройства пищеварения и стула
D8	Селезенка, диафрагма	Расстройства пищеварения, икота, нарушение дыхания
D9	Надпочечники	Аллергические реакции, слабость иммунной системы
D10	Почки	Болезни почек, усталость, слабость
D11	Почки, мочеточники	Расстройства мочеиспускания, хронические заболевания почек
L1	Аппендикс, брюшная полость, слепая кишка, верх бедра	Грыжи, запоры, колит, диарея
L2	Аппендикс, брюшная полость, слепая кишка, верх бедра	Аппендицит, кишечные колики, боли в бедре и паху
L3	Половые органы, мочевой пузырь, колено	Расстройство мочевого пузыря, импотенция, боли в коленях
L4	Предстательная железа, голени, стопы	Боли в голених, стопах, ишиас, люмбагия, нарушения мочеиспускания
L5	Голени, стопы, пальцы ног	Отеки, боли в лодыжках
Крестец	Бедренная кости, ягодицы	Боли в крестце
Копчик	Прямая кишка, задний проход	Гемморой, нарушение функции тазовых органов
D12	Тонкая и толстая кишки, лаховые кольца, фаллопиевые трубы	Нарушения пищеварения, заболевание женских половых органов, бесплодие



Пац.К.Р., 61 год

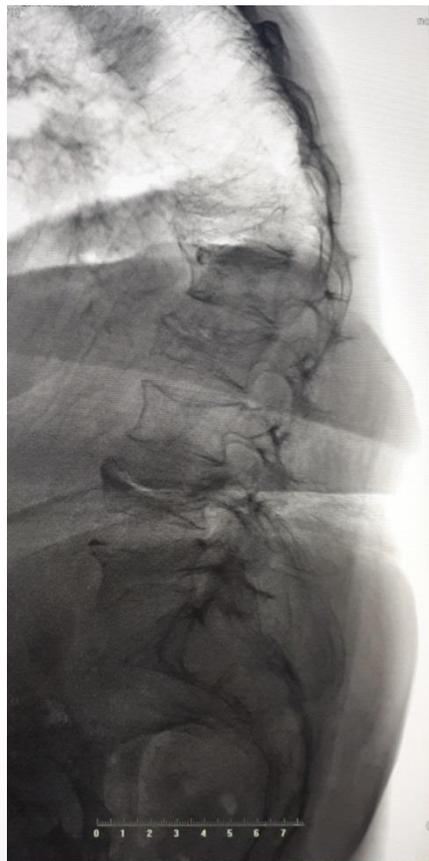
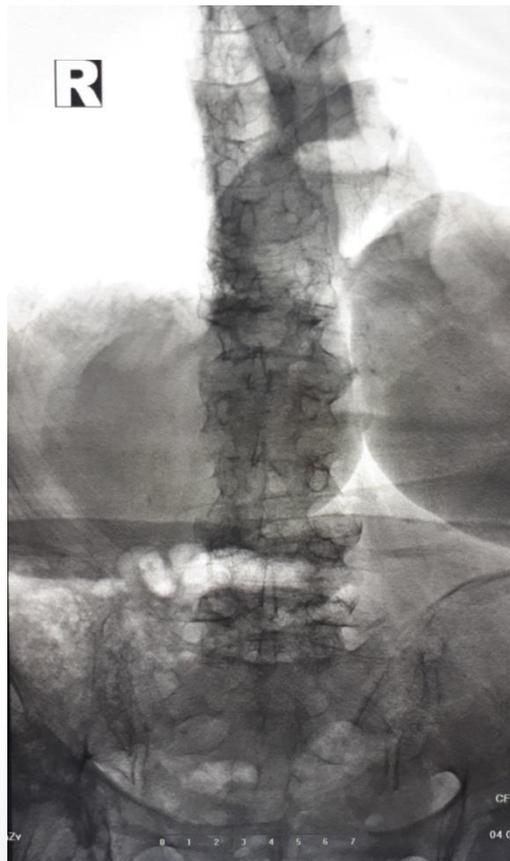
Травма L1 позвонка 38 лет назад, операция, аутопластика. Инвалид 3 гр.

S - образный сколиоз, деформация Th 12, L1, L2 позвонков.

Массивные краевые костные разрастания по передней, боковой поверхности тел L2 – L5.

DS: Поясничная дорсопатия L3 – S1. Посттравматическая деформация Th12, L1, L2 позвонков.

ДОА 3 ст. коленных суставов.



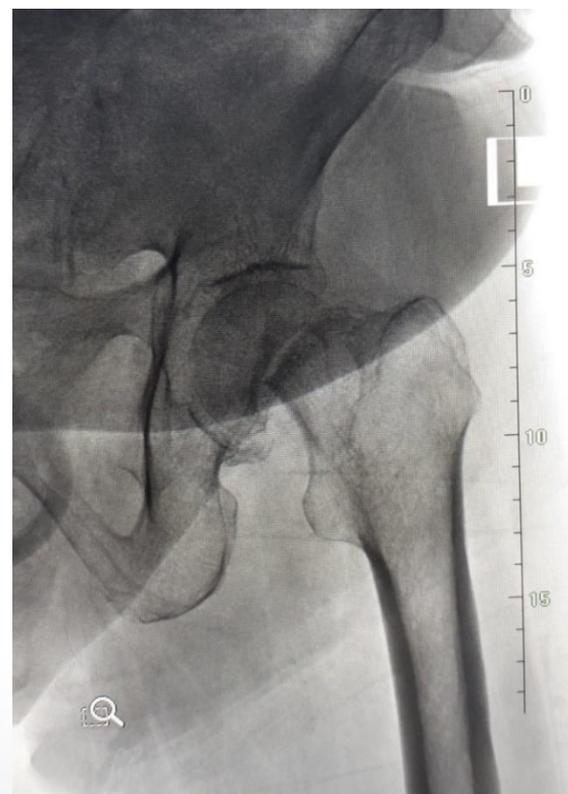
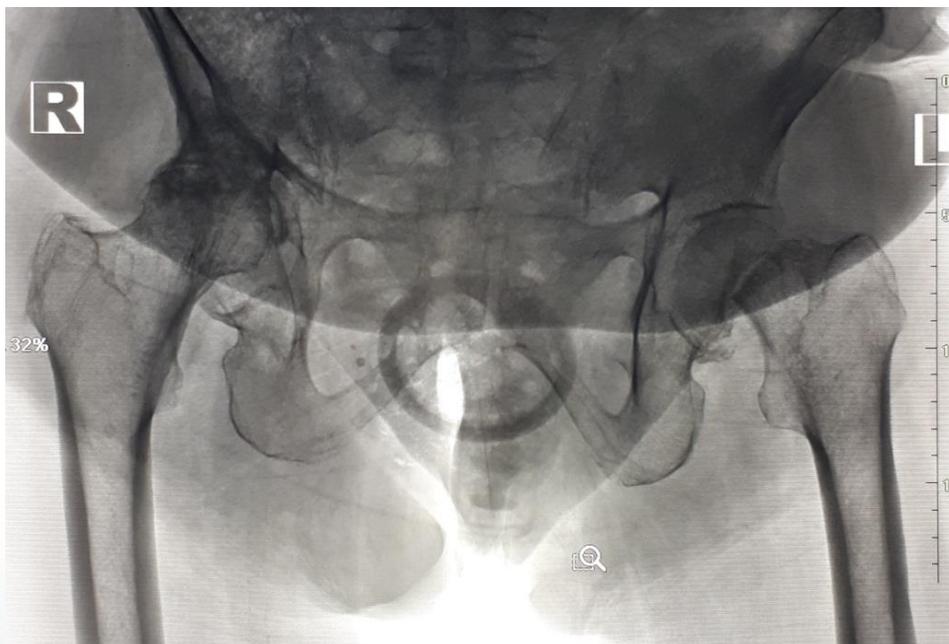
Пац. К.Т., 78 лет.

Межостистый остеоартроз L1-S1. Снижение высоты тел Th10,Th11,Th12,L1-L4 с клиновидной деформацией, замыкательные пластинки склерозированы (травма в анамнезе).

DS: Кифосколиоз 3 ст. грудного отдела позвоночника, консолидированный перелом L2,L4,L5 позвонков. Люмбалгия слева.

цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

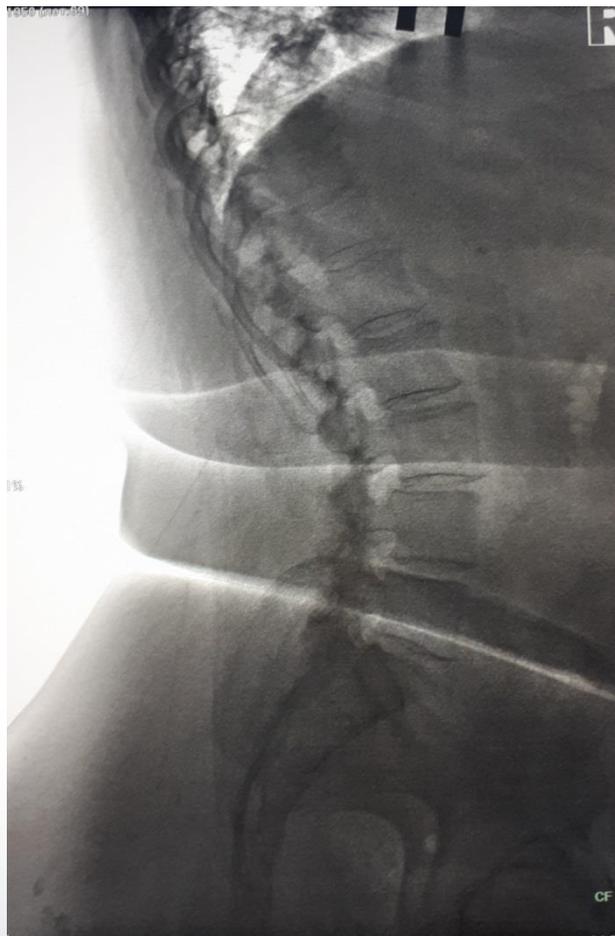
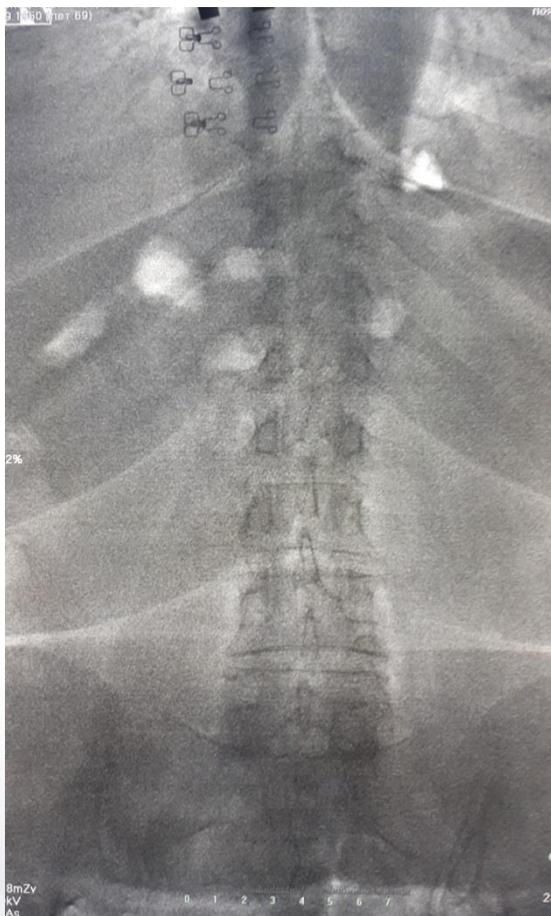


Ходила с тростью, при подъеме по лестнице почувствовала «щелчок» и боль в области тазобедренного сустава слева.

Рентгенконтроль через 3 недели с момента травмы.

DS: Коксартроз 4 ст, асептический некроз головки бедренной кости справа.

Закрытый перелом шейки бедра слева со смещением.



Пац.Л.М., 69 лет.

Краевые костные разрастания по передней и боковой поверхности тел L1-L5.

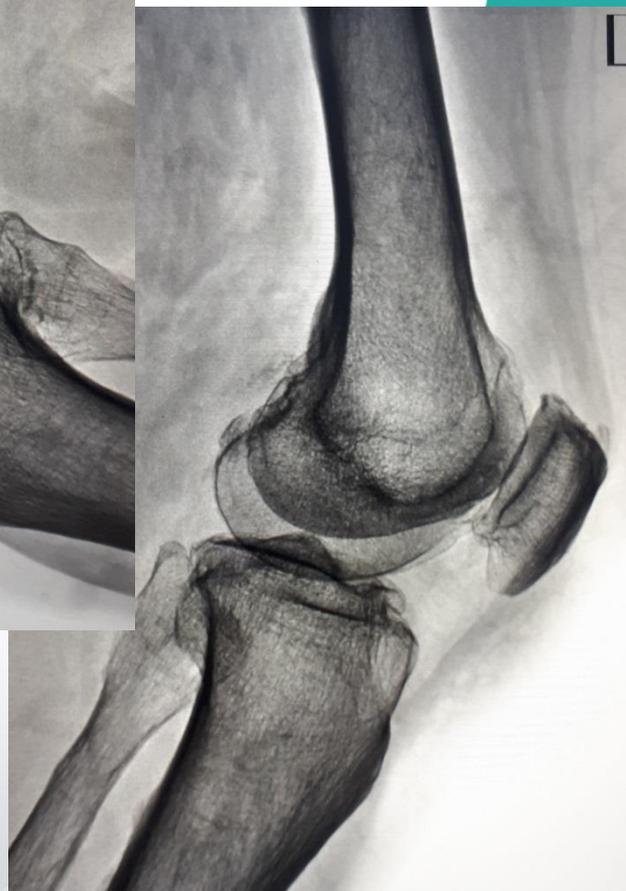
DS: Дорсопатия ПОП L1 – S1. Соп. ДОА 3 ст. коленных суставов.

цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ



DS: Гонартроз 3 ст, остеофиты, хондропатия пателло-фemorального сустава, Мыщелка бедра, надколенника, мыщелка большеберцовой кости, гоналгия..

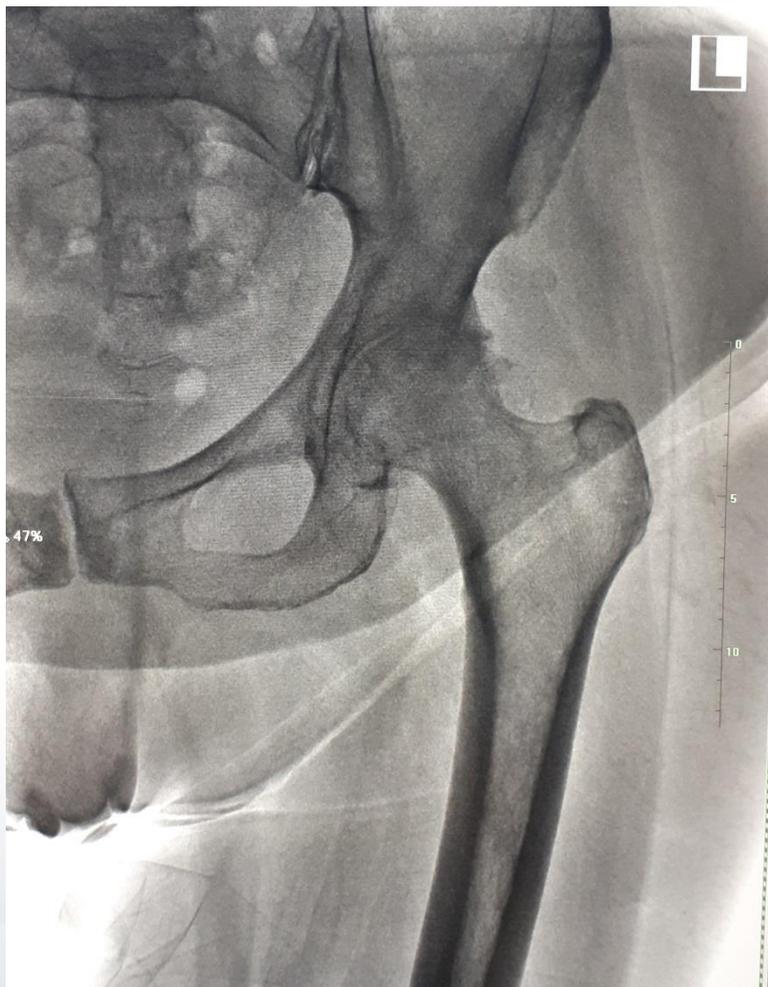


Правый

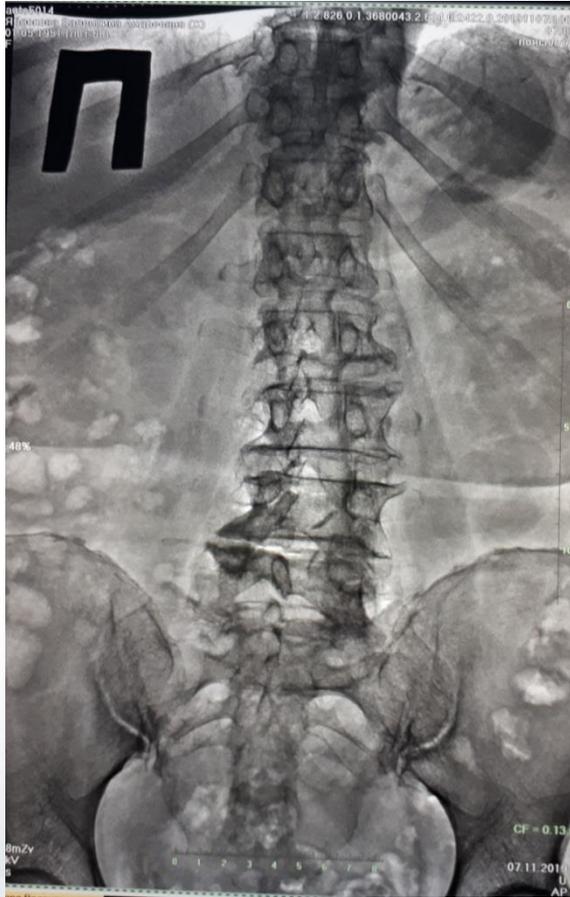
Пац. Ш.Л., 70 лет.

Гонартроз, множественные остеофиты,
Хондропатия пателло-фemorального сустава 3 ст. справа,
2 ст. слева.





Пац. Г.А. 71 год, болен более 5 лет.
Коксартроз 3 ст. , асептический некроз головки левого бедра.
Состояние после тотального ЭПТС слева.

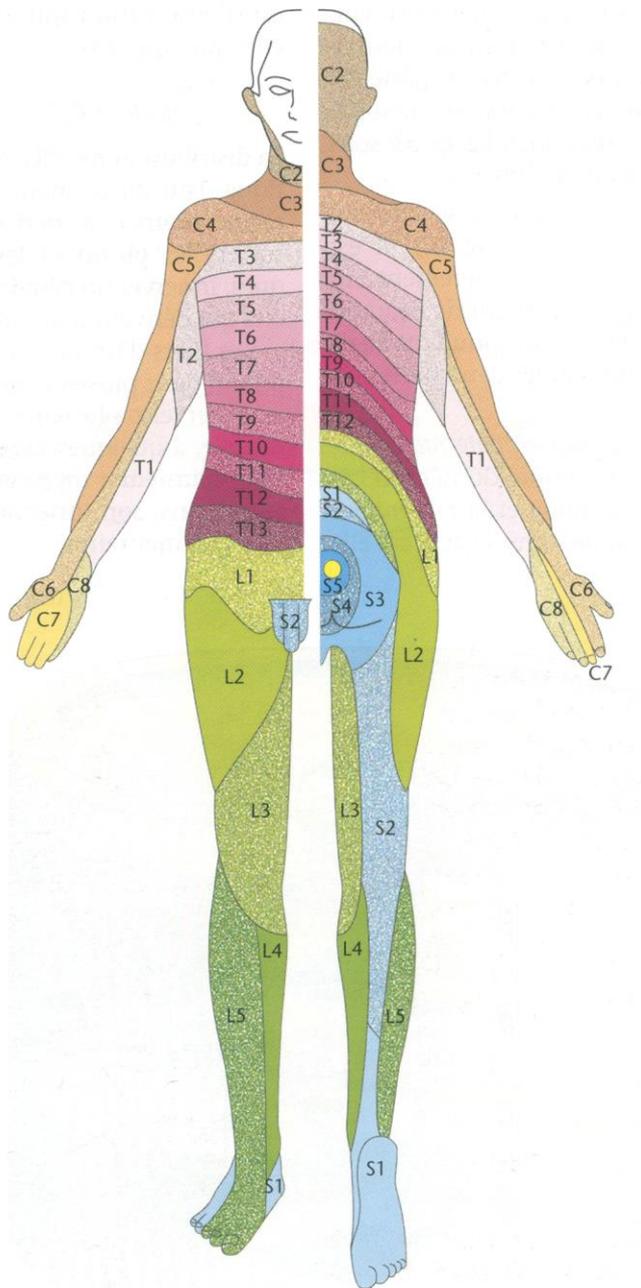


Пац. Я.В. 68 лет, ж.

Лордоз сглажен, костные разрастания, межкостистый остеоартроз, определяется смещение L5 позвонка кпереди относительно тела S1 позвонка до 0,5 см - дорсопатия L1 –S1, спондилолистез L5.



В месте прикрепления подошвенного апоневроза определяется
остеофит справа до 0.7 см, слева до 0.9 см



Топография сегментов спинного мозга в позвоночном канале и соответствующие им дерматомы

Отходящие от корешков
одного сегмента
спинномозговые нервы
иннервируют
соответствующие сегменты
тела (сомиты) голубой –
крестцовый отдел (S 1 -S 5)

Поэтому корешки выходят
из спинного мозга под
углом





**Пац. К.А., 28 лет. Патология коленного сустава
не выявлена.**





Пац. В.Л., 61 год.

DS:Подагра. Гонартроз 3 ст. справа, множественные остеофиты, артроз пателло – феморального сустава, хондропатия мышелка бедра, надколенника, мышелка большеберцовой костей.



ЛЕЧЕНИЕ

Принципы лечения:

- Своевременное лечение (начинать следует на ранних стадиях);
- Комплексное лечение (сочетание различных методов: диета, соблюдение водного режима, лечебной физкультуры, физиотерапии, массажа, медикаментозная коррекция);
- Курсовое лечение 3 месяца * 2 раза в год.

Основные задачи лечения ОА:

- Главная задача – замедление прогрессирования остеоартроза.
- Уменьшение болевого синдрома.
- Улучшение функциональных возможностей сустава.
- Повышение качества жизни пациента.





В соответствии с национальными клиническими рекомендациями МЗ РФ и АССОЦИАЦИИ РЕВМАТОЛОГОВ РОССИИ в комплексную терапию остеоартроза и остеохондроза должны быть включены препараты на основе глюкозамина и/или хондроитина*

**Клинические рекомендации Министерства Здравоохранения РФ (2016 г.) и Ассоциации ревматологов России (2013 год) по диагностике и лечению Остеоартроза*

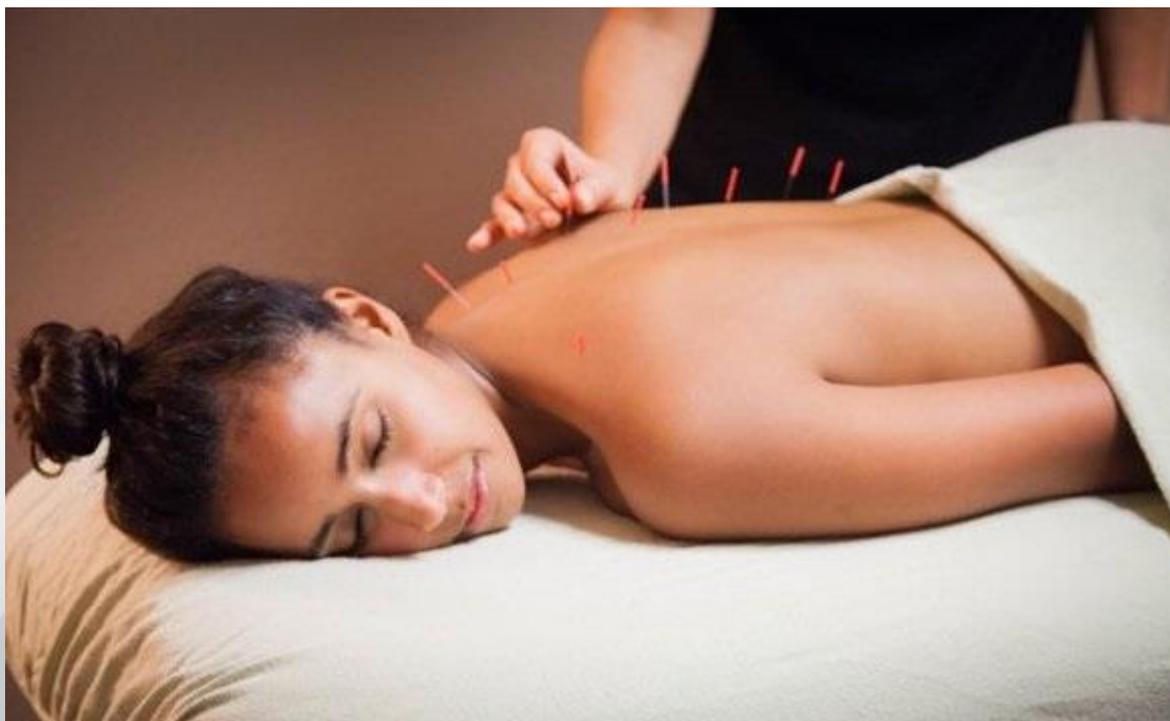


ЛФК



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

**ФТЛ,
ИРТ,
МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ,
МАССАЖ,
ВАННЫ ДЛЯ СТОП...**



Одним из самых перспективных путей коррекции структуры питания в мире признаны биологически активные добавки. Минздрав дал этим продуктам строгое определение:

БАДы, или так называемые нутрицевтики и парафармацевтики – это концентраты биологически активных веществ, предназначенные для непосредственного приема или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона питания человека отдельными биологически активными веществами или их комплексами.

Биологически активные добавки к пище (БАД) получают из растительного, животного или минерального сырья, а также химическими или биотехнологическими способами.



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

ХОНДРОФОРМУЛА С MSM

Комплексные препараты на основе глюкозамина и хондроитина в первую очередь применяются для профилактики и терапии различных нарушений суставов.

Входящий в состав глюкозамина сульфат – стимулирует регенерацию хрящевой ткани, хондроитина сульфат является структурной единицей, из которой и состоит хрящевая ткань, а также гиалуроновая кислота, входящая в состав синовиальной жидкости, что обеспечивает подвижность и уменьшает трение суставов друг о друга.

Метилсульфонилметан (MSM) - это сероорганическое соединение с выраженным противовоспалительным действием, позволяет снизить болевые ощущения в суставах и связках.

*Особо хочу обратить внимание, что в состав комплекса входят сульфатные соли глюкозамина так как по данным исследования Персиани, концентрация, которая устанавливается в крови при регулярном приеме глюкозамина сульфата в равных дозах, в 2 раза выше, чем глюкозамина гидрохлорида, следовательно большее количество активного вещества попадает в хрящевую ткань и оказывает там свое действие



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

НЕОКОЛЛАГЕН АРТРО

Только особая форма коллагена - *гидролизат коллагена*, имеющая уникальную структуру, идентичную по своим биологическим параметрам составу клеток соединительной ткани, стимулирует обновление собственного коллагена.

Гидролизат коллагена содержит самое большое количество аминокислот, коллагеновых пептидов и биогенных трипептидов, стимулирующих выработку костными и хрящевыми клетками физиологического коллагена и веществ, создающих основу хрящевой и костной матрице.



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

ДЖОИНТ ФЛЕКС ФОРТЕ

Содержит натуральные хондропротекторы, которые необходимы для построения и обновления хрящевой ткани, и вещества, предупреждающие хроническое воспаление в соединительной ткани.

Хондроитин сульфат, Глюкозамин сульфат, Аминокислоты

Экстракт босвеллии, юкки, ивы и фермент бромелайн уменьшают интенсивность воспалительных процессов в суставе.

Экстракт виноградных косточек, витамин С ответственны за нейтрализацию ферментов, разрушающих структуру соединительной ткани.

Витамины (В6, биотин), микроэлементы (медь) обеспечивают питательную поддержку соединительной ткани.

Osteol (инновационные пептиды молочного белка) подавляет активность ферментов, вызывающих воспаление в суставе, усиливает обновление хрящевой ткани. При совместном использовании глюкозамин и хондроитин в несколько раз увеличивает синтез необходимых для хряща структур и макромолекул.



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

КАЛЬЦИМАКС

- Компенсирует дефицит минеральной недостаточности при несбалансированном питании
- Подходит для профилактики и включения в комплексную терапию заболеваний, сопровождающихся повышенной потребностью в минералах (остеопороза, остеохондроза и т.д)
- Положительно влияет на процесс восстановления кости после травм и переломов

Кальций составляет основу костной ткани, обеспечивает мышечное сокращение и передачу импульса в нервной системе, принимает участие в активации некоторых гормонов, свертывании крови. *Кальций в продукте представлен в форме гидроксипатита – легкоусваиваемого природного соединения кальция и фосфора (соотношение 2:1).*

Магний необходим для всех клеток и тканей, участвует в обмене фосфора, углеводов, в процессах сокращения и расслабления мышц. Наряду с кальцием обеспечивает прочность костей.

Хондроитинсульфат – важнейший компонент хрящей, связок и сухожилий, обеспечивает их прочность и целостность.

Бор участвует в обмене кальция и калия.

Марганец необходим для полноценного функционирования опорно-двигательного аппарата, и нервной системы.

Хром ускоряет углеводный обмен, способствует поддержанию нормального уровня сахара в крови и обеспечивает организму приток энергии.

Витамин D регулирует минеральный обмен и способствует отложению кальция в костной ткани и дентине, препятствуя снижению прочности костей.

Витамин C обладает антиоксидантным действием, необходим для сохранения структуры соединительной ткани.



цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

ДЖОИНТ ФЛЕКС АКТИВ

В качестве вспомогательной терапии после физических нагрузок на суставы и для снятия боли вам помогут местные средства, такие как крем "Джоинт Флекс Актив", 100 мл.

Быстро избавляет от боли в зоне воспаленного сустава.

Оказывает местное противовоспалительное, разогревающее и противоотечное действие, облегчает боль в суставах и мышцах, снимает напряжение, улучшает кровообращение



цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

БУРДОК-С

комплекс для улучшения обменных процессов

- Поддержка организма при нарушении углеводного, жирового, белкового или минерального обмена
- Может использоваться в составе программ коррекции заболеваний мочевыделительной системы, подагры, обменных артритов, печени и желчевыделительной системы

Экстракт корня лопуха оказывает мочегонное, потогонное, умеренное болеутоляющее и желчегонное действие, стимулирует образование ферментов поджелудочной железы, является легким слабительным.

Действующие вещества корня лопуха обладают антиаллергическим, антимикробным, антисептическим и дезинфицирующим действием; устраняют зуд, оказывают противодиабетическое действие, улучшают состав крови, усиливают рост волос, препятствуют образованию камней и отложению солей.

Листья брусники эффективны при воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря, мочекаменной болезни, подагре.

Аскорбиновая кислота снижает проницаемость и хрупкость стенок капилляров, усиливает способность организма к образованию антител, препятствующих развитию инфекций



цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

VIP комплекс «Виктория (Victoria)»

Активные компоненты VIP-программы "Виктория" оказывают выраженное антиоксидантное действие, способствуют улучшению структуры кожи, волос, ногтей, подвижности суставов. осполнению дефицита витаминов и микроэлементов.

Способствуют:

- Восстановлению обмена веществ
- Поддержке опорно-двигательной системы при высоких нагрузках
- Может использоваться в комплексной терапии заболеваний суставов, при дегенеративно-дистрофических процессах в соединительной ткани, после косметологических процедур.

Глюкозамин и хондроитин сульфат помогают обеспечить нормальную подвижность и комфорт в работе суставов.

Экстракт стебля бамбука является источником органического кремния, предназначен для питательной поддержки соединительной ткани, костей, волос, кожи и ногтей.

Экстракт зеленого чая богат полифенолами и катехинами, которые обладают мощными свойствами по нейтрализации свободных радикалов.

Натуральные экстракты алоэ вера, листьев и косточек красного винограда, орнитин, витамин B3 и парааминобензойная кислота способствуют регенерации тканей, поддерживают тонус эпителиальных тканей, предупреждают гипоксию, .

Коэнзим Q10 обладает антиоксидантными свойствами, необходим для производства энергии в клетках, принимает участие в поддержании нормальной работы сердца.

Основу каркасной таблетки комплекса "Виктория" составляет запатентованный антиоксидантный комплекс **«Цифрол-5»**. Входящие в него компоненты помогают устранить нежелательные оксидативные реакции, улучшить микроциркуляцию.



цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

НОВОМЕГИН

Сбалансированный комплекс полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) и веществ с высокой антиоксидантной активностью.

Обеспечивает поддержку сердечно-сосудистой, иммунной, нервной систем организма.

Повышает работоспособность.

Незаменимые омега-3 и омега-6 жирные кислоты растительного (льняное масло) и животного (рыбий жир) происхождения являются строительным материалом клеточных мембран, принимают участие в выведении из организма вредных продуктов обмена холестерина, снижают риск атеросклеротического поражения сосудов, повышают эффективность антиоксидантных систем, способствуют восстановлению клеток и тканей при повреждениях, повышают устойчивость к воспалительным процессам.

Дигидрокверцетин (биофлавоноид лиственницы сибирской) увеличивает прочность и эластичность сосудов, уменьшает проницаемость сосудистой стенки, восстанавливает микроциркуляцию.

Витамин Е, липоевая кислота, селен (в органической форме селексена) обладают высокой антиоксидантной активностью, препятствуют окислению ПНЖК, защищают клетки организма от вредных факторов окружающей среды и активирует процессы регенерации поврежденных клеток.



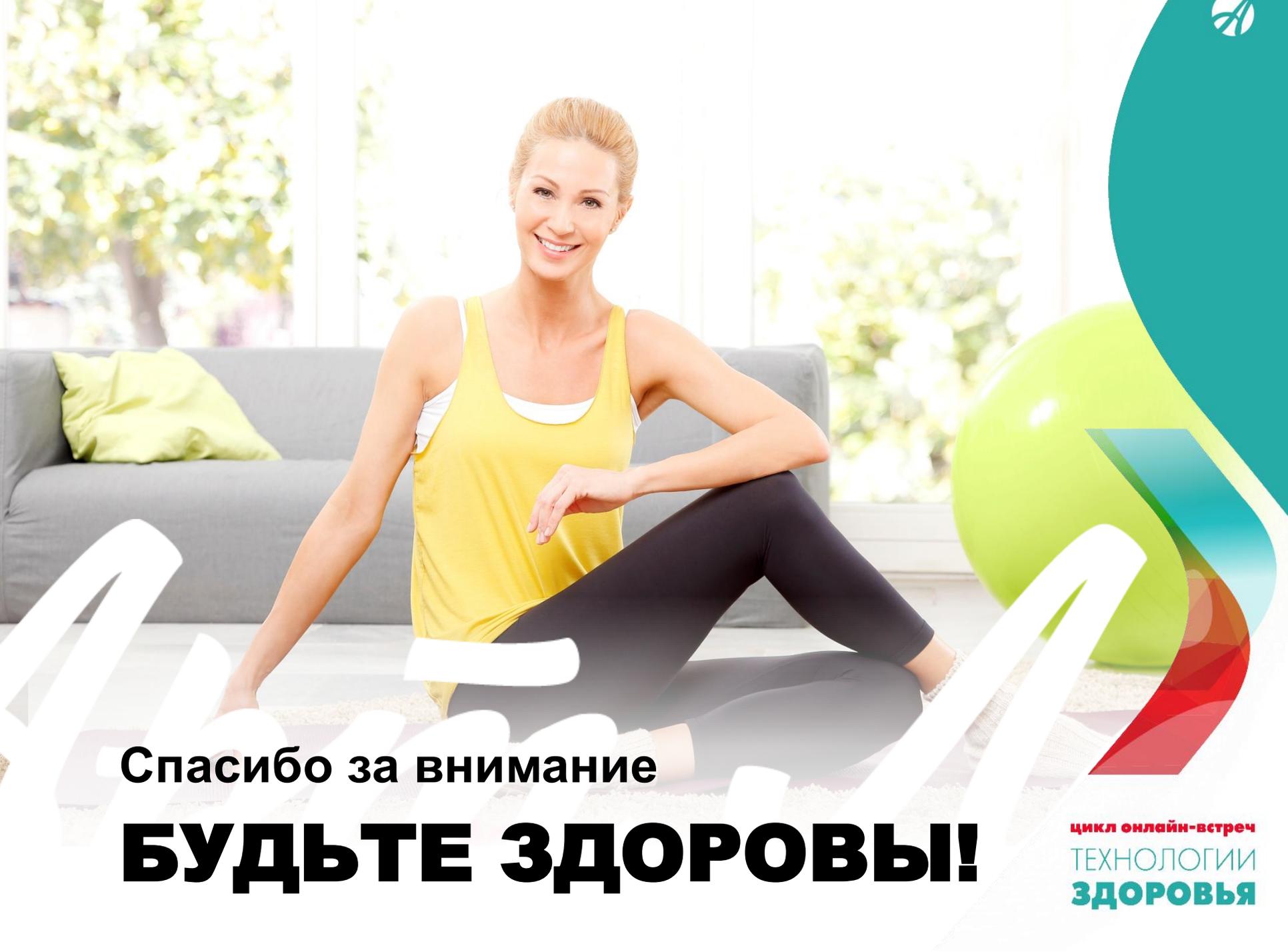
цикл онлайн-встреч

ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ

КОРРЕКЦИЯ ПРИ ОСТЕОАРТРОЗЕ И ДОРСОПАТИИ

Цель: противовоспалительный эффект, улучшение кровоснабжения, питания нервной ткани, суставного хряща и продукции синовиальной жидкости, восстановление баланса суставов, мягкой ткани, купирование болевого синдрома.

Комплексы	Продолжительность приема	Дополнительные рекомендации
<p>Основная программа №1 «Джойнт флекс Форте» по 2 таблетке 2 раза (обед, вечер), «Новомегин» по 1 капсуле 2 раза в день, «Кальцимакс» по 2 капсулы вечером, «Комплекс Ферментов Биокаскад» по 1 таблетке 3 раза в день (до еды), «Атеролекс» по 1 капсуле 3 раза в день, «Лецитин» по 1 чайной ложке 3 раза в день во время еды, «Нейростронг» по 2 таблетке 2 раза в день (утро, обед).</p> <p>Основная программа №2 «Хондроформула с MSM» 4 ч.л. в день, «Виктория» по 1 табл*2 раза, «Новомегин» по 1 капсуле 2 раза в день, «Нейростабил» 2 табл на ночь.</p>	<p>Общий курс 3-6 месяцев 1 этап: очищение 2 недели; 2 этап: коррекция ЖКТ (2 недели); 3 этап: очищение 2 недели; 4 этап: основная программа №1; 5 этап: очищение 2 недели; 6 этап: основная программа №1; 7 этап: очищение 2 недели; 8 этап: основная программа №2.</p>	<p>ЛФК ежедневно, Плавание, Прогулки, Контроль веса, Диета, Питьевой режим, «Неоколлаген Артро» по 3 чайные ложки в сутки, крем «Джойнт Флекс Актив» 3-4 раза в день, крем «Хондротол».</p>



Спасибо за внимание

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

цикл онлайн-встреч
ТЕХНОЛОГИИ
ЗДОРОВЬЯ