**Восполняем дефицит витамина D аппаратом «Экосвет 1»**

**Витамин D играет большую роль в работе организма.**

**Оказывается, нехватка витамина D может быть причиной постоянной усталости.**

Организм человека – это очень сложная система. Нормальное его функционирование во многом зависит от наличия тех или иных витаминов, которые участвуют во многих процессах. К примеру, витамин D способствует хорошему усвоению фосфора и кальция, которые нужны для роста костей. Кроме этого, витамин D положительно влияет на работу нервно-мышечной, иммунной и эндокринной системы. Очень важно, чтобы организму хватала этого элемента.

**Солнечный витамин**

Давайте подробнее разберемся в том, откуда берется в организме витамин D, и для чего он вообще нужен. Начнем с того, что солнце играет большую роль в образовании витамина. Естественным образом он вырабатывается в организме под воздействием солнечных ультрафиолетовых лучей. Именно поэтому зимой люди наиболее часто ощущают его нехватку. Еще один источник витамина D – это продукты с высоким его содержанием. К примеру, он содержится в рыбе жирных сортов, молочных продуктах, грибах, куриных яйцах, мясе и говяжьей печени. В случаях, когда не получается получить нужное количество этого элемента естественным путем, многие врачи рекомендуют пропить курс витаминов. Но для этого необходимо сдать анализы и проконсультироваться со специалистом.



**Осторожно, дефицит!**

Витамин D отвечает за регулирование минерального обмена, за работу сердечно-сосудистой системы, функционирование щитовидной железы, а также за свертываемость крови. Очень важно следить за тем, чтобы его было достаточно организме человека. Один из ярких признаков дефицита витамина D – это постоянная усталость, быстрая утомляемость и плохое настроение. Помимо этого, врач отметила еще слабый иммунитет, ломкость волос и ногтей. Чрезмерная потливость, проблемы с весом, плохой сон – все это может быть симптомами нехватки витамина D.

**Как исправить положение?**

Что делать, если вы чувствуете, что вашему организму необходим витамин D? Рекомендуется ежедневно делать небольшие вылазки из помещения на свежий воздух. Особенно это касается тех людей, которые работают в офисе и за весь день практически не выходят на улицу. В течение 15-30 минут нужно находиться на солнце и принимать солнечные ванны. Кроме этого, необходимо скорректировать свой рацион. Пересмотрите ваше меню, добавьте в него продукты с высоким содержанием витамина D. О них говорилось выше. **Ну и, конечно же, использовать аппарат «Экосвет 1».**

Аппарат и реализуемый им способ лечения запатентованы в России Ю.М.Беляевым (к.т.н., д.э.н., профессор, чл.-корр.РАЕН). Механизм действия импульсного воздействия аппарата «Экосвет1», исследовался нами совместно с рядом медицинских учреждений в течение более 20 лет, результаты представлены в прилагаемых Заключениях. Было экспериментально с уверенностью подтверждено, что аппарат оказывает общеукрепляющее и противовоспалительное воздействия, стимулируя неспецифическую защиту клеточного и гуморального иммунитета. Аппарат реализует новый в мировой практике метод лечения и профилактики: неинвазивную полихроматическую светоимпульсную терапию (НПСИТ). Системные клинические исследования метода впервые проведены Н.К.Старковым в кандидатской диссертации (г.Краснодар, КубГМУ, 2000г., «Неинвазивная квантовая терапия в комплексном лечении гнойно- воспалительных хирургических заболеваний — клинико- экспериментальные исследования»).

Наши контакты: Тел. 8(800)201-60-26.

Моб. WhatsApp Viber Telegram +7(988)366-12-35

сайт [**https://матрица-здоровья.рф/**](https://матрица-здоровья.рф/)

Наш Telegram чат https://t.me/+ajbJLcdzJKZPGHah

Эл. почта: [**matrix-health@mail.ru**](mailto:matrix-health@mail.ru)

****