

**ΒΟΥΛΩΜΕΝΗ ΜΥΤΗ,
ΠΟΝΟΛΑΙΜΟΣ ΚΑΙ ΒΗΧΑΣ;
Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΑΜΥΝΑ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΜΕΣΑ ΜΑΣ**



**Πληροφορίες και χρήσιμες συμβουλές για την καλύτερη
αντιμετώπιση της χειμερινής περιόδου.**

www.aboca.com

Aboca

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

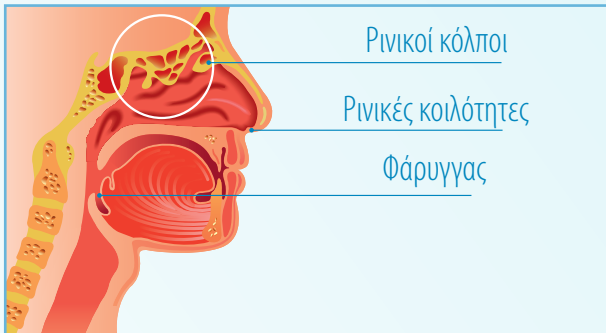


Κάθε μέρα χιλιάδες κύτταρα δουλεύουν για να προστατεύουν τον οργανισμό μας από τις επιθέσεις παθογόνων και ουσιών που βρίσκονται στο περιβάλλον. Μιλάμε για τα κύτταρα του ανοσοποιητικού συστήματος, ένα πολύ περίπλοκο και τέλεια οργανωμένο σύστημα το οποίο διαθέτει ο οργανισμός μας. Σε ορισμένες περιστάσεις, όμως, μπορεί να βρεθεί σε δυσκολία, ιδίως αν παραμένουμε για μεγάλο χρονικό διάστημα σε χώρους με συνωστισμό και αν εκτιθέμεθα σε ρύπανση, ιούς και βακτήρια, κ.λπ.. Καταστάσεις που διαταράσσουν την ισορροπία του ανοσοποιητικού συστήματος μπορεί να παρουσιαστούν σε όλες τις ηλικίες, αλλά αφορούν, με ιδιαίτερο τρόπο, τα πιο ευπαθή άτομα όπως παιδιά, ηλικιωμένους και ενήλικες σε στρεσογόνες περιόδους ή σε ανάρρωση. Οι ανεπαρκείς αμυντικές δυνατότητες μπορούν να έχουν διάφορες συνέπειες, μεταξύ των οποίων γρίπη και λιγότερο ή περισσότερες σοβαρές λοιμώξεις. Για να αποτραπεί κάτι τέτοιο είναι θεμελιώδης η υποστήριξη του ανοσοποιητικού συστήματος, κυρίως κατά τους χειμερινούς μήνες, όταν καλείται να κάνει «υπερωρίες». Πολύ συχνά, πράγματι, στη διάρκεια αυτής της περιόδου του έτους εμφανίζονται **λοιμώξεις του αναπνευστικού συστήματος**, που εκδηλώνονται με **βήχα, πονόλαιμο και βουλωμένη μύτη**. Η υποστήριξη, επομένως, του ανοσοποιητικού συστήματος μπορεί να είναι χρήσιμη για την αποτροπή

αυτών των προβλημάτων ή, σε περίπτωση που έχουν ήδη εκδηλωθεί, να προωθήσει την αποκατάσταση της υγείας. Αλλά, σε συνεργασία με τον οργανισμό μας, θα μπορούσαμε να απαλλαγούμε από τους κυριότερους εχθρούς της χειμερινής περιόδου, αυτά τα συμπτώματα που καταστρέφουν τον ύπνο μας, σημαντικές ημέρες εργασίας ή μελέτης και πιθανόν ακόμη και τις διακοπές. **Βήχας, πονόλαιμος και βουλωμένη μύτη**, πράγματι, είναι πολύ ενοχλητικά, για αυτό τον λόγο τείνουμε να τα καταπολεμούμε. Στην πραγματικότητα **πρόκειται για διαφορετικές εκδηλώσεις του αμυντικού μηχανισμού που οι αναπνευστικές οδοί θέτουν σε εφαρμογή έναντι ερεθιστικών και αλλεργιογόνων παραγόντων**. Σε αυτές τις συνθήκες, επομένως, είναι θεμελιώδες, πέρα από την αντιμετώπιση του συμπτώματος, η παρέμβαση στα αίτια, διαμορφώνοντας τους αμυντικούς μηχανισμούς και υποστηρίζοντας, ταυτόχρονα, το ανοσοποιητικό σύστημα.

Αναρωτηθήκατε ποτέ γιατί αυτά τα προβλήματα συνυπάρχουν;

Επειδή η μύτη και ο λαιμός επικοινωνούν μεταξύ τους και αν κάτι συμβαίνει στη μία δεν μπορεί να περάσει απαρατήρητο για τα προβλήματα στον άλλο. Για παράδειγμα, στη βάση του βήχα ή του πονόλαιμου υφίσταται, πολύ συχνά, η ρινική συμφόρηση (βουλωμένη μύτη). Η παραγωγή περίσσειας βλέννα συνεπάγεται οπισθορινική καταρροή και μετατοπίζεται προς τον φάρυγγα όπου προκαλεί ερεθισμό και φλεγμονή και, κατά συνέπεια, βήχα και πονόλαιμο.



ΒΗΧΑΣ



Ο βήχας αντιπροσωπεύει έναν πρωταρχικό αμυντικό μηχανισμό για την προστασία των αναπνευστικών οδών και έχει εξέχουσα σημασία για τη φυσιολογική λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος.

Όταν βήχουμε, ο οργανισμός μας προσπαθεί να ελευθερώσει τις αναπνευστικές οδούς από ενδεχόμενο υφιστάμενο υλικό, αποβάλλοντας και παθογόνους παράγοντες (ιοί και βακτήρια) και επιβλαβείς ή ερεθιστικές, για τον βλεννογόνο, εισπνεόμενες ουσίες.

Πρόσφατες μελέτες υπογράμμισαν πως στη βάση του βήχα υφίσταται μία φλεγμονή του βλεννογόνου των ανώτερων αναπνευστικών οδών (ιδιαίτερα του φάρυγγα αλλά και της μύτης, των παραρρίνιων κόλπων και του λάρυγγα). Στο μεγαλύτερο μέρος των περιπτώσεων, ο βήχας συνοδεύεται από άλλα προβλήματα, όπως φαρυγγίτιδες (πονόλαιμος), αμυγδαλίτιδες και ρινίτιδες. Ο λαιμός και η μύτη, πράγματι, εμπλέκονται άμεσα στους μηχανισμούς που προκαλούν τον βήχα.

GRINTUSS ADULT

Σιρόπι και δισκία

Το **σιρόπι Grintuss Adult** και τα **δισκία Grintuss Adult** ενδείκνυνται για τη θεραπεία του βήχα, τόσο ξηρού όσο και παραγωγικού, σε ενήλικες και παιδιά **από την ηλικία των 12 ετών**. Είναι προϊόντα με βάση Poliresin® και Μέλι που δρουν καταπραΰνοντας τον ερεθισμό, προστατεύοντας τον βλεννογόνο και ευνοώντας την ενυδάτωση και την αποβολή της βλέννας.

Με **Poliresin®**
φυτικό μοριακό σύμπλοκο
ρητινών, πολυσακχαριτών
και φλαβονοειδών

ΑΠΟ
12 ΕΤΩΝ
ΚΑΙ ΑΝΩ

gluten
free

ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ
ΓΕΩΡΓΙΑ



ΕΙΝΑΙ ΙΑΤΡΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

CE 0373

Διαβάστε προσεκτικά τις προειδοποιήσεις και τις οδηγίες χρήσης

ΔΙΣΚΙΑ

ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΗΣΗΣ

1 δισκίο 2 έως 4 φορές την ημέρα, αφήνοντας το να διαλυθεί αργά στο στόμα.

ΣΙΡΟΠΙ

ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΗΣΗΣ

10 ml (2 κουταλάκια) δύο έως τέσσερις φορές την ημέρα, παίρνοντας την τελευταία δόση πριν τον βραδινό ύπνο.

Είναι οι πρώτες περιοχές του οργανισμού μας που έρχονται σε επαφή με τις ερεθιστικές και/ή παθογόνες ουσίες, στις οποίες αντιδρούν ενεργοποιώντας μία φλεγμονώδη απόκριση η οποία μπορεί να εκτείνεται μέχρι τις κατώτερες αναπνευστικές οδούς (τραχεία, βρόγχοι, πνεύμονες).

Επιπλέον, **σε περίπτωση ρινίτιδας και βουλωμένης μύτης, παράγεται περίσσεια βλέννα, που δύσκολα αποβάλλεται, η οποία τείνει να κατεβαίνει προς τον λαιμό. Αυτή γίνεται αιτία του ερεθισμού και της διέγερσης των νευρικών απολήξεων** που βρίσκονται κάτω από τον βλεννογόνο των ανώτερων αναπνευστικών οδών. Όλα αυτά **μεταφράζονται σε παράφορο και συνεχή βήχα**. Συνεπώς, παρόλο που ο βήχας έχει ως σκοπό την άμυνα των αναπνευστικών οδών, μπορεί να γίνει ιδιαίτερα ενοχλητικός και να προκαλέσει, με τη σειρά του, ερεθισμό.



*Για να παρέμβουμε στον βήχα,
έχει θεμελιώδη σημασία η προσπάθεια
μείωσης της φλεγμονής και του ερεθισμού του
βλεννογόνου που βρίσκονται στη βάση του.*

GRINTUSS PEDIATRIC

Σιρόπι

Το **σιρόπι Grintuss Pediatric** ενδείκνυται για τη θεραπεία του βήχα, τόσο ξηρού όσο και παραγωγικού, σε παιδιά **από 1 έτους και άνω**. Είναι ένα προϊόν με βάση Πολιρεςίν και Μέλι που δρα καταπραΰνοντας τον ερεθισμό, προστατεύοντας τον βλεννογόνο και ευνοώντας την ενυδάτωση και την αποβολή της βλέννας.

Με **Poliresin®**
φυτικό μοριακό σύμπλεγμα
ρητινών, πολυσακχαριτών
και φλαβονοειδών

ΑΠΟ
1 ΕΤΟΥΣ
ΚΑΙ ΑΝΩ

gluten
free



ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΙΑΤΡΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ **CE** 0373
Διαβάστε προσεκτικά τις προειδοποιήσεις και τις οδηγίες χρήσης

ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΗΣΗΣ

5ml (ένα κουταλάκι) για παιδιά από 1 έως 6 ετών και 10 ml (δύο κουταλάκια) από 6 ετών και άνω, δύο έως τέσσερις φορές την ημέρα, με χορήγηση της τελευταίας δόσης πριν τον βραδινό ύπνο.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

Να τι μπορείτε να κάνετε για να ενισχύσετε τις άμυνές σας και να αποτρέψετε βουλωμένη μύτη, πονόλαιμο και βήχα:



Ακολουθήστε ισορροπημένη διατροφή, πλούσια σε φρούτα και ζαχαβατικά.



Περιορίστε την κατανάλωση αλκοολούχων ποτών.



Μειώστε το στρες.



Περάστε χρόνο στο ύπαιθρο.



Ασχοληθείτε τακτικά με κάποιο άθλημα.



Αποφύγετε το κάπνισμα και/ή τον καπνό τσιγάρων.



Αποφύγετε τις απότομες μεταβολές θερμοκρασίας.




Στην κατοικία σας διατηρείτε τη θερμοκρασία μεταξύ των 18 και 20 βαθμών και υγραίνετε τους χώρους.



Για να προστατευτείτε από τις λοιμώξεις αποφύγετε στενές επαφές με κρυολογημένα άτομα.



Αποφύγετε να αγγίξετε το πρόσωπο (ιδίως στόμα και μύτη) με τα χέρια εάν δεν τα έχετε μόλις πλύνει.



Για την υγεία του σήμερα και του αύριο.

Ο άνθρωπος, αν το θελήσει, μπορεί να βρει τις λύσεις στα προβλήματά του στην φύση.

Είμαστε όλοι φτιαγμένοι από το ίδιο υλικό: τον γενετικό κώδικα. Το DNA.

Φυτά, ζώα, άνθρωποι: απαντούμε όλοι στην ίδια γλώσσα και είμαστε αλληλένδετοι. Για να θεραπεύσουμε τον άνθρωπο, εμείς στην Aboca μελετούμε αυτόν τον κώδικα, εκείνους τους δεσμούς, και ανακαλύπτουμε φυτικά μοριακά σύμπλοκα που θεραπεύουν τον άνθρωπο γιατί μιλούν την ίδια γλώσσα με αυτόν.

Είναι από τη συνάντηση ανάμεσα στον κόσμο των φυτών, την επιστήμη και την καινοτομία που δημιουργούνται τα προϊόντα μας.

Με ένα ολοκληρωμένο σύστημα που αρχίζει από την 100% βιολογική καλλιέργεια, από την φυτοχημική και βιολογική έρευνα, μέχρι την παραγωγή, στην Aboca οι γνώσεις και η εμπειρία μας αποτελούν θεμέλιο για την παρασκευή προϊόντων που ανταποκρίνονται στις ανάγκες υγείας παρέχοντας λύσεις θεραπείας που υπολογίζουν την υγεία του αύριο. Όλα αυτά τα κάνουμε από την αρχή της ιστορίας μας αγναντεύοντας ένα πιο ψηλό σημείο του ορίζοντα, αναζητώντας με την δουλειά μας όφελος και για την κοινότητα. Μια δέσμευση που έχουμε επιλέξει να κατοχυρώσουμε και μέσα από το Καταστατικό της Aboca, που επίσημα αποτελεί *Benefit Corporation*.

Αυτό σημαίνει ότι δεσμευόμαστε να δραστηριοποιούμαστε με υπεύθυνο, βιώσιμο και διαφανή τρόπο έναντι της κοινότητας, των ατόμων και του περιβάλλοντος.

Aboca | Καινοτομία για την υγεία.

Παράγεται από την: **Aboca S.p.A. Società Agricola**

Loc. Aboca, 20 - 52037 Sansepolcro (AR) - Italia

www.aboca.com

Υπεύθυνος διανομής: Marathon Trading,
35 Kilikis Avenue, 2234 Latsia, Nicosia, Cyprus

FSC