

Wciąż czuję się młodo

Anna obawiała się dnia, kiedy do chorób, na które cierpiała od lat, dołączyć się objawy menopauzy. Alveo pomogło jej przetrwać okres przekwitania bez żadnych komplikacji.

Anna Jarecka z Gdyni od trzydziestego piątego roku życia chorowała na reumatoidalne zapalenie stawów. Elementem jej codziennej egzystencji stały się bóle stawów i poranna sztywność kończyn. Miała trudności z trzymaniem szklanki, otwieraniem butelek, przedmioty wypadały jej z rąk. Dwa razy w roku trafiała do szpitala reumatologicznego na intensywne, miesięczne leczenie. Od ponad dwudziestu lat regularnie leczyła się też na nadciśnienie tętnicze. Zażywanie licznych leków (Voltaren, Enap, Erynal) spowodowało choroby układu trawiennego. Pojawiły

poniżej stu, a bóle stawów nie ustępowały. Co gorsza, niektóre medykamenty miałam zażywać do końca życia - wspomina dziś 56-letnia Ania Jarecka, dyrektor sieci regionalnej firmy Akuna Polska.

Lęk przed menopauzą

Była już w wieku, kiedy lada moment mogła spodziewać się menopauzy. Z obserwacji i rozmów z koleżankami dokładnie wiedziała, z czym się to wiąże. Uderzenia gorąca, zimne poty, zasłabnięcia, nierzadko krwotoki, wizyty u lekarzy, nawet pobyt w szpitalu, a do tego absolutne załamanie psychiczne - *przecież* kobiecie tak trudno pogodzić się ze starzeniem i gasnącą urodą. Bała się, że jeśli do codziennych problemów i bólów spowodowanych gościem dojdą jeszcze powikłania związane z okresem przekwitania, normalne codzienne funkcjonowanie stanie się prawie niemożliwe. Wiedziała również, że w jej przypadku terapia hormonalna, stosowana na ogół podczas menopauzy, absolutnie odpada - w rodzinie były przypadki nowotworów, znajdowała się w pierwszej grupie zagrożenia (miała już dwa onkologiczne zabiegi chirurgiczne). Gdy trzy lata temu zaczęły się pierwsze objawy menopauzy, z lękiem myślała o kolejnych dniach. Już męczyły ją uderzenia gorąca, na które nie miała wpływu, była nieustająco rozdrażniona, a naj-

bardziej dokuczały jej zmęczenie i bezsenność.

Butelka na targach

W lutym 2002 r. Ania poszła na targi „Zdrowie i Natura” i tam zobaczyła butelkę ziół o nazwie Alveo. Zdziwiło ją, że był to jedyny produkt na całym stoisku. Spodobała jej się opakowanie, butelka przyciągała wzrok kolorami i kształtem. Przeczytała broszurę. Zawarte w niej opinie i badania

Najczęściej występujące objawy menopauzy:

bóle mięśni i stawów, obniżona koncentracja, zaburzenia pamięci, uderzenia gorąca, zmienność nastroju, spadek zainteresowania życiem seksualnym (tzw. spadek libido), tkliwość piersi, kołatanie serca, bezsenność, pogorszenie pamięci, zmiany w zachowaniu, lęki, częste zmęczenie, trudności w podejmowaniu decyzji, brak motywacji do działania, drażliwość, nadmierna wrażliwość skóry, płacizliwość, suchość pochwy, osteoporoza, zwiększone owłosienie twarzy, przyrost wagi i tkanki tłuszczowej

się wrzody żołądka, problemy z wątroba i nadżerka na dwunastnicy.

Z powodu tych schorzeń przeszła na rentę. - Mój dzień zaczynał się od garści leków, bez których nie mogłam się obejść. Mimo to dolne ciśnienie nie schodziło

Powikłania w okresie menopauzy - osteoporoza

Osteoporoza jest schorzeniem, w wyniku którego dochodzi do stopniowej utraty masy kostnej prowadzącej do niebezpiecznego wzrostu ryzyka wystąpienia wielu groźnych złamań (np. złamania kości kręgosłupa, szyjki kości udowej, kości nadgarstka). Masa kostna u kobiet jest generalnie niższa niż u mężczyzn, lecz jej najbardziej wyraźny spadek związany z niedoborem estrogenów występuje przez pierwsze pięć lat po menopauzie. Większość kobiet w wieku średnim traci około procenta masy kostnej na rok, zdarzają się jednak przypadki utraty aż 5 procent rocznie. Hormonalna terapia zastępcza zmniejsza ryzyko złamań w przebiegu osteoporozy o 30-40%.

Powikłania w okresie menopauzy - choroby układu krążenia

Ryzyko choroby układu sercowo-naczyniowego wzrasta gwałtownie u kobiet po menopauzie, co może być związane z zanikiem ochronnego działania naturalnych estrogenów, które poprawiają przepływ krwi, stabilizują ciśnienie tętnicze. W późniejszym okresie rozwijające się zaburzenia gospodarki lipidowej i ustanie ochronnego wpływu estrogenów na ścianę naczyń krwionośnych powodują zrównanie ryzyka choroby wieńcowej kobiet i mężczyzn. Prawdopodobieństwo wystąpienia choroby układu sercowo-naczyniowego u kobiety po menopauzie szacuje się na ok. 46 proc., a ryzyko śmierci z powodu tej choroby wynosi około 31 proc.

wskazywały, że zestaw ziół przywraca równowagę organizmu i oczyszcza go z toksyn. Kupiła więc kilka butelek dla całej rodziny.

- Już dziesięć lat temu zmieniłam tryb życia, zaczęłam się zdrowo odżywiać, raz na pół roku robiłam głodówki oczyszczające, parzyłam też ziółka. Wymagało to jednak wiele zachodu. Szukałam prostszego i bardziej

skuteczniejszego rozwiązania - re-lacjonuje Ania. Pierwsze efekty działania Alveo zaobserwowała

już po dwóch tygodniach - lepiej spała (wcześniej budziła się 0 pierwszej w nocy i nie mogła zasnąć do rana) i wstawała wypoczęta, przestało jej dokuczać tak typowe dla menopauzy uczucie słabości i zmęczenia. Po dwóch miesiącach zauważyła, że nie odczuwa już bólów stawów, zniknęła też poranna sztywność kończyn, spróbowała więc odstawić Voltaren. Uregulowała się również przemiana materii, przestała pić herbaty typu Figu-

ra i Regulavit itp. Wreszcie, po pięciu miesiącach, podczas rutynowego mierzenia ciśnienia, zobaczyła na ciśnieniuomierzu wynik 135/85. Pomyślała, że baterie się wyczerpały i pobiegła do kiosku kupić nowe. Po wymianie baterii - wynik nadal był taki sam. Zadzwoiła do znajomej lekarki i spytała, co ma robić. - Zdziwiona lekarka kazała mi na próbę odstawić leki na obniżenie ciśnienia. Zaleciła też jego codzienne kontrolowanie.

we skończyły się z dnia na dzień, bez żadnych komplikacji. Uderzenia gorąca następowały coraz rzadziej, a co najważniejsze - czuła się jak nowo narodzona. Nie była ani rozdrażniona, ani apatyczna, zaczęła tryskać energią. Zauważyła też, że jakość jej skóry się poprawiła - stała się bardziej sprężysta, a procesy starzenia się spowolniły. Dziś Ania poleca Alveo swoim koleżankom, wie, że to najskuteczniejszy środek na przejście menopauzy bez problemów. - Pijemy Alveo trzeci rok i jest to rozwiązanie, na jakie czekaliśmy. Mówię „pijemy”, bo dotyczy to całej rodziny. Ponieważ dużo podróżuję, mam w samochodzie Alveo. Gdy czuję się niedotleniona i zmęczona długą jazdą, pijam



Ciśnienie wróciło do normy

Robię to do dziś i tylko czasami wspomagam się lekarami - wspomina Ania.

Wróciła energia

A menopauza? Prawie o niej zapomniała - krwawienia miesiączko-

zioła. Polecam preparat wszystkim kierowcom bez względu na wiek. Mała przerwa w podróży i dwa łyki Alveo działają znacznie lepiej, niż dopingi kupione na trasie. Ale zróbmy to pół godziny przed jedzeniem - radzi Ania.

Anna Szulc