Milgamma® N cps

Liek na opakované bolesti chrbta*

BOLESŤ CHRBTA SA DÁ LIEČIŤ, NIELEN POTLÁČAŤ*

REGENERUJE POŠKODENÉ NERVY
A POMÁHA LIEČIŤ PRÍČINU BOLESTI CHRBTA*

* Bolestivé postihnutie koreňov periférnych nervov (postihnutie pri vysunutí medzistavcovej platničky alebo ako výsledok degenerativneho ochorenia chrbtice). Bolestivé natiahnutie svalov (muskuloskeletálna bolesť).

Milgamma® N kapsuly je liek na vnútorné použitie. Pred užitím lieku si pozorne prečítajte písomnú informáciu pre používateľa a poraďte sa s lekárom alebo s lekárnikom.

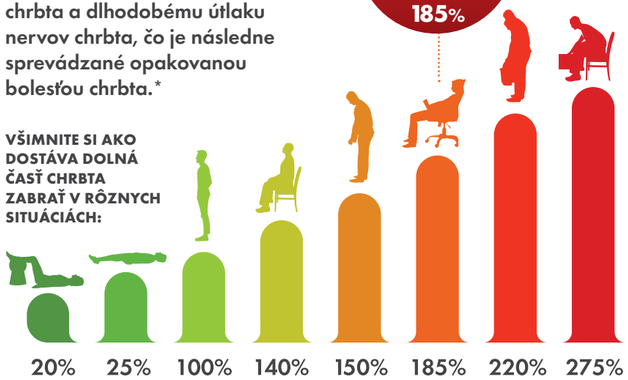
wörwag PHARMA

Wörwag Pharma Slovensko s.r.o.
Ivánska cesta 30/B, 821 04 Bratislava – mestská časť Ružinov
Tel.: +421 (2) 44 88 99 20, E-mail: info@woerwagpharma.sk

Šetrite si chrbát a dbajte na zdravý životný štýl

Dlhodobé nerovnomerné zaťaženie chrbta alebo naopak, nedostatok pohybu, dlhodobý stres či nadváha postupne vedú k poruche opornej funkcie, strnulosti svalov chrbta a dlhodobému útlaku nervov chrbta, čo je následne sprevádzané opakovanou bolesťou chrbta.*

VŠIMNITE SI AKO DOSTÁVA DOLNÁ ČASŤ CHRBTA ZABRAŤ V RÔZNYCH SITUÁCIÁCH:



Hýbte sa a pravidelne cvičte.
Pokúste sa znížiť svoju hmotnosť, prestaňte fajčiť a nestresujte sa.

BOLESŤ CHRBTA SA DÁ LIEČIŤ, NIELEN POTLÁČAŤ*

Aby ste predišli opakovaným bolestiam chrbta, je potrebné robiť aj tie najbežnejšie činnosti správne.

červené tričko – **NESPRÁVNE**

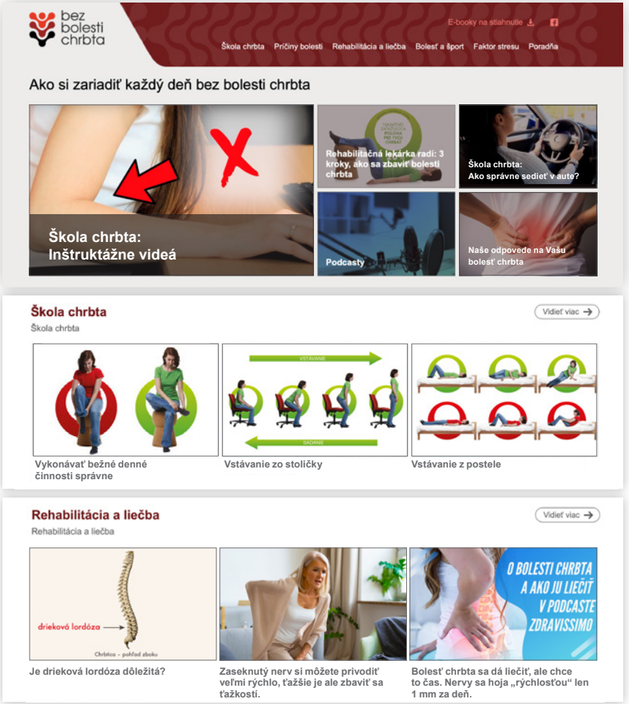
zelené tričko – **SPRÁVNE**

Ťažké predmety dvíhajte zásadne z drepu silou nôh, nie ohnutým chrbtom.

Pri každej podobnej činnosti rozšírte bázu – rozkročte sa, prípadne stojte predkročený s jednou nohou vpredu a druhou vzadu 1., 2.. Takto **môžete prenášať hmotnosť a šetriť chrbát pred zbytočným zaťažením.**

* Bolestivé postihnutie koreňov periférnych nervov (postihnutie pri vysunutí medzistavcovej platničky alebo ako výsledok degenerativneho ochorenia chrbtice). Bolestivé natiahnutie svalov (muskuloskeletálna bolesť).

MILBROZSK1222



Viac informácií o škole chrbta nájdete na stránke

www.BezBolestiChrbta.sk

milgamma.sk

Zbavte sa akútnej bolesti

Okamžitá úľava

Prvou pomocou pri bolesti chrbta je poloha, ktorá prináša úľavu.
Ak bolia kríže, ľahnite si na chrbát a vyložte si nohy, napr. na stoličku.

najnižšie zaťaženie chrbta

NAJMENEJ ZAŤAŽUJÚCA POLOHA PRE TVOJ CHRBÁT

20%

Rastlinný liek na zmiernenie bolesti svalov
Capsagamma®
53 mg/100 g krém

Krém, ktorý ošetrí preťažené svalové partie - zahreje, zmierni bolesť. Zvýši prekrvenie v mieste bolesti.

Dlhodobý útlak nervov spôsobený preťažovaním chrbta vedie k opakovaným bolestiam chrbta.

Poškodené nervy je preto potrebné dlhodobo regenerovať a liečiť tak samotnú príčinu bolestí chrbta.

Vyživované nervové bunky sa lepšie hoja, silnejú a sú schopné dlhšie odolávať poškodeniu a vzniku bolesti.

Analgetiká

Lieky proti bolesti prinášajú úľavu a sú indikované v akútnej fáze ťažkostí. Neriešia však príčinu vzniku bolesti. Tu je dôležitá trvalá zmena životného štýlu.

BOLESŤ CHRBTA SA DÁ LIEČIŤ, NIELEN POTLÁČAŤ*

TVOJ CHRBÁT SA TI POĎAKUJE

Voľnopredajný liek Milgamma® N cps **obsahuje vitamíny benfotiamín, B_6 a B_{12},** ktoré majú priamy protibolestivý účinok a zlepšujú výživu nervov a svalov, čím regenerujú poškodené nervy a riešia príčinu bolesti chrbta.*

Benfotiamín sa až 5-krát lepšie vstrebáva v porovnaní s bežnou formou vitamínu B_1

Poškodené nervy môžu byť jednou z príčin opakovanej bolesti chrbta.

*Bolestivé postihnutie koreňov periférnych nervov (postihnutie pri vysunutí medzistavcovej platničky alebo ako výsledok degenerativneho ochorenia chrbtice). Bolestivé natiahnutie svalov (muskuloskeletálna bolesť).

Správny sed

Sed je dnes najčastejšou statickou polohou a sedavý spôsob života je jedna z hlavných príčin bolestí chrbta.

Aj správne (hlavne dlhodobé) sedenie zaťažuje chrbticu: preto minimálne 1x za hodinu zmeňte polohu – postavte sa, prejdite sa, zacvičte si.

E-book – 90 odporúčaní pre zdravý chrbát pozostávajúci z rád a názorov odborníkov ako sa správne starať o svoj chrbát si môžete stiahnúť na **www.BezBolestiChrbta.sk**

wörwag PHARMA

Wörwag Pharma Slovensko s.r.o.
Ivánska cesta 30/B, 821 04 Bratislava – mestská časť Ružinov
Tel.: +421 (2) 44 88 99 20
E-mail: info@woerwagpharma.sk

MILB802SK1222

Rastlinný liek na zmiernenie bolesti svalov
Capsagamma®
53 mg/100 g krém

Rastlinný liek z extraktu plodov papriky

>> kapsaicín <<

Rastlinný liek na zmiernenie bolesti svalov napr. pri bolestiach v krížovej oblasti chrbta.

Capsagamma® 53 mg/ 100 g krém je liek na vonkajšie použitie a obsahuje štandardizovaný polotuhý extrakt z plodov papriky (Capsicum). Pred použitím lieku sa poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom a pozorne si prečítajte, prosím, písomnú informáciu pre používateľov.

wörwag PHARMA

Wörwag Pharma Slovensko s.r.o.
Ivánska cesta 30/B, 821 04 Bratislava – mestská časť Ružinov
Tel.: +421 (2) 44 88 99 20
E-mail: info@woerwagpharma.sk