

Več kisika iz bolj odprtih drobnih žilic

# Ali vas zebe v prste?

**R**aynaudov sindrom, s katerim se zaradi stresnega življenja srečuje vedno več ljudi, zlasti žensk, so mrzle roke in noge. Vzrok: poslabšano kroženje krvi v drobnih žilicah v prstih rok in nog. V medicini za Raynaudov sindrom ni učinkovite rešitve. Uspehe pri odpravljanju teh težav ima Aleš Homovec, strokovnjak za celično medicino iz Novega vala v Ljubljani. S prehranskimi dopolnili za srce in ožilje Cardio plus in Elastin plus je med drugim pomagal tudi Tatiani Makarovi, zdravnici splošne medicine in specialistki interventne kardiologije, kateri so težave z mrzlimi rokami in nogami pet let grenile življenje.

Raynaudov sindrom se pojavlja kot samostojno obolenje (primarni sindrom), pa tudi skupaj z drugimi obolenji (sekundarni sindrom). Samostojno obolenje, ki ga izzoveta psihični stres in mraz, zdravniki običajno ne obravnavajo. Bolnikom svetujejo izogibanje nizkim temperaturam in toplejše nogavice. Doslej preizkušana zdravila so le malo učinko-

*Kot zdravnica si je sama analizirala simptome in ugotovila: primarni Raynaudov sindrom.*

vita pri lajšanju težav, boleznici pa ne morejo pozdraviti. Pri zdravljenju sekundarnega Raynaudovega sindroma medicina priporoča enake ukrepe kot pri primarni obliki bolezni, pri napredovalih oblikah pa je treba poseči tudi po zdravih, ki jih bolniki prejemajo v obliki infuzij. Pri hujših oblikah bolezni, ko so prisotne že razjede ali odmrtje delov prsta, je potreben tudi kirurški poseg.

## KRONIČNI STRES

Tatiana Makarova, ki jo je hudo zebló v roke in noge, je najprej obiskala osebne ga zdravnika. Napotil jo je na hematološke, imunološke, biokemične in revmatološke preiskave. Vsi izvidi so bili negativni, zato ji je svetoval le izogibanje mrazu in rokavice. Kot zdravnica je sama anali-

zirala simptome in okoliščine, v katerih jo je hudo zebló, ter ugotovila: primarni Raynaudov sindrom.

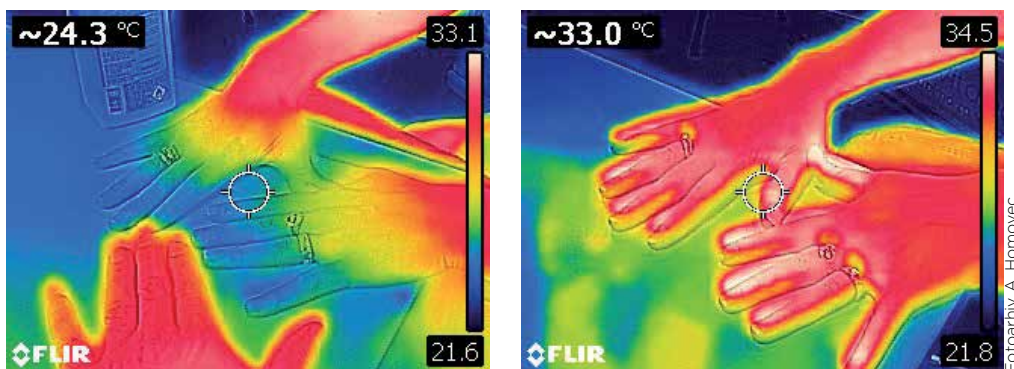
Aleš Homovec ji je najprej z arteriografom pregledal ožilje. Izkazalo se je, da nima težav z mikrocirkulacijo v prstih; težave ji je povzročal kronični stres. Pregled s termografsko kamero pa je pokazal, da ima težave z oksigenacijo (nasičenostjo krvi s kisikom) prstov zaradi občasnih spazmov ali krčev (vazokonstrikcije) arteriol in kapilar ob mrazu. Priporočil je prehranski dopolnilni Cardio plus in Elastin plus. Cardio plus odpira drobne žilice arteriole, da v prste pride več kisika. Elastin plus pa zmanjša živčni odziv in deluje protistresno, zaradi česar so tudi drobne žilice bolj odprte. Po šestih mesecih njunega rednega uživanja je Raynaudov sindrom izginil.

## ARTERIOGRAF

»Primerov sem imel še kar nekaj. Mlajše osebe imajo večinoma primarni sindrom, nimajo težav z mikrocirkulacijo. Večina ima hladne roke in noge tudi poleti. Pri starejših pa je bolezen večinoma sekundarna, ker imajo težave s mikrocirkulacijo. Zato jim priporočam meritve mikrocirkulacije z arteriografom, napravo, s katero naredim neboleč pregled ožilja, podoben merjenju krvnega tlaka. A tudi mladim priporočam to merjenje, da pravočasno preprečimo morebitno poslabšanje stanja,« razlaga Homovec.

Merjenje stanja in elastičnosti ožilja z arteriografom v Ljubljani opravijo v Novemu valu; pokličite 01/320 77 56 ali pišite na info@vitalnotelo.si.

Eva Majnik



Levo je posnetek s termografsko kamero prstov Tatiane Makarove, ko je trpela za Raynaudovim sindromom; modri prsti pomenijo, da ni pretoka, arteriole so stisnjene. Desno pa je slika čez pol leta, po rednem uživanju Cardio plusa in Elastin plusa; rdeči prsti kažejo normalen pretok krvi. Oba prehranski dopolnilni sta na voljo tudi na Misteriji.si.