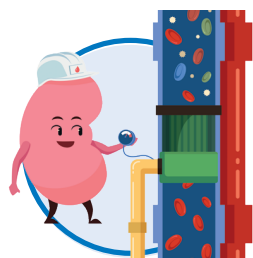
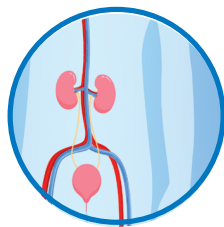


RŪPĒJATIES PAR JŪSU NIERĒM!

ATBALSTIET NIERES TO NETICAMI SVARĪGĀ DARBA VEIKŠANĀ



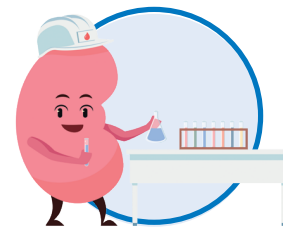
Izfiltrē katru dienu 1800 litru asiņu.



Ar urīnu izvada vielmaiņas galaproduktus un toksīnus.



Regulē asinsspiedienu un notur līdzsvarā minerālvielas un sāļus cilvēka organismā.

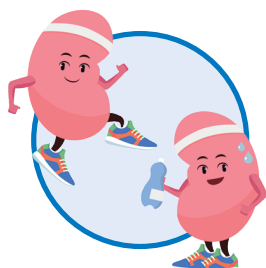


Ražo svarīgus hormonus un uztur veselus kaulus.

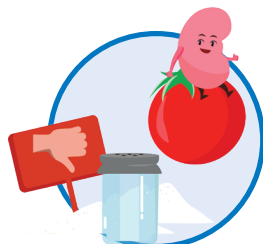
Katram desmitajam Eiropas iedzīvotājam ir samazināta nieru funkcija. Tomēr daudzi to neapzinās, jo sākumā nieres cieš klusi. Sliktākais ir, ka nieru funkcija laika gaitā krītas un nevar tikt atjaunota.

Īpaši kaitīgs Jūsu nierēm ir augsts cukura līmenis asinīs, augsts asinsspiediens un palielināts ķermeņa svars.

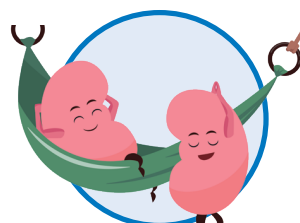
Daudzu nieru slimību riska faktoru ietekmēšana ir Jūsu rokās un Jūs varat darīt daudz, lai saglabātu nieres veselās!



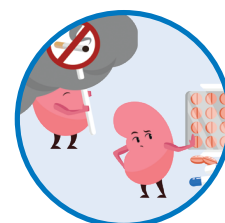
Regulāras fiziskās aktivitātes (vismaz 20 minūtes dienā).



Veselīgs uzturs un ierobežots sāls patēriņš.



Mazāk stresa.



Nesmēķēt un patvaļīgi nelietot pretsāpju līdzekļus.



Lūdziet savam ārstam pārbaudīt nieru veselību, veicot asins un urīna analīzes! Ja nieru darbības traucējumi tiek atklāti agrīni, to attīstība var tikt palēnināta vai pat novērsta.



www.strongkidneys.eu