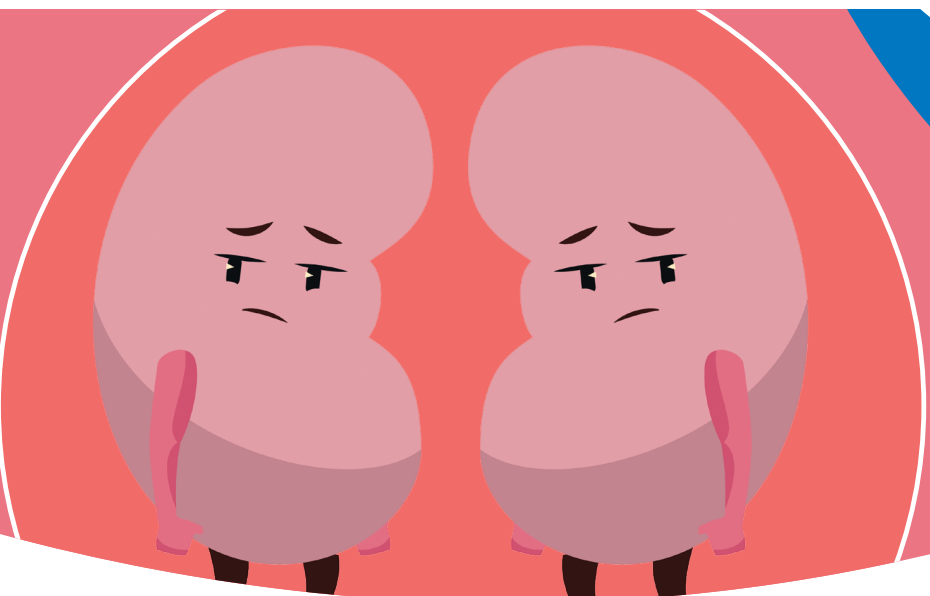
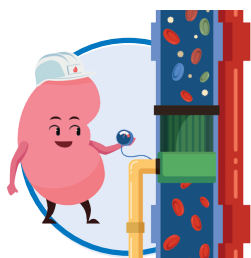


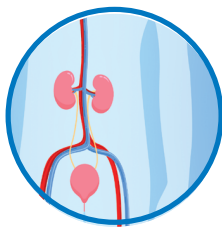


RŪPĒJATIES PAR JŪSU NIERĒM!

ATBALSTIET NIERES TO NETICAMI SVARĪGĀ DARBA VEIKŠANĀ



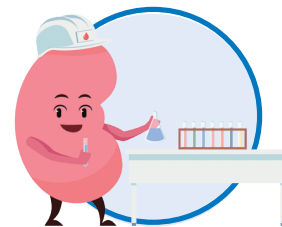
Izfiltrē katru dienu 1800 litru asiņu.



Ar urīnu izvada
vielmiņas galaproduktus
un toksīnus.



Regulē asinsspiedienu un
notur līdzsvarā minerālvielas
un sāļus cilvēka organismā.

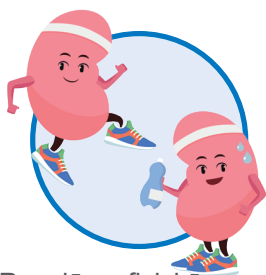


Ražo svarīgus hormonus
un uztur veselus kaulus.

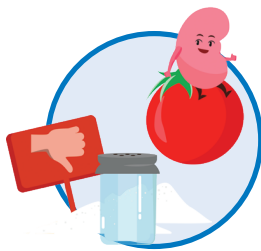
Katram desmitajam Eiropas iedzīvotājam ir samazināta nieru funkcija. Tomēr daudzi to neapzinās, jo sākumā nieres cieš klusi. Sliktākais ir, **ka nieru funkcija laika gaitā krītas un nevar tikt atjaunota.**

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

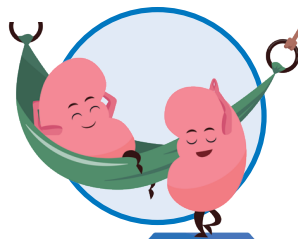
Daudzu nieru slimību riska faktoru ietekmēšana ir Jūsu rokās un Jūs varat darīt daudz, lai saglabātu nieres veselās!



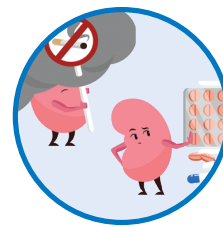
Regulāras fiziskās
aktivitātes (vismaz 20
minūtes dienā).



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