

# Přírodní léčba pohmožděnin

**Blíží se jaro a někteří z nás se už nemohou dočkat, až začnou venku aktivně sportovat. Každému sportovci může někdy zkomplikovat život zranění, které může být provázáno pohmožděninami. Tušíte, jak by se měly správně ošetřovat? Je vám známo, že tato zranění můžete velmi úspěšně vyléčit jen za pomoci přírodních produktů?**

Při pádech či prudkých, nekontrolovaných pohybech jsou nejohroženějšími částmi těla svaly, vazy, kosti a klouby. Nejčastěji dochází k podvrtnutím, natržením, vykloubením či následným pohmožděním měkkých tkání, kdy většinou nebývá porušena celistvost kůže. Někdy jsou provázány krevním výronem (modřinou) či odřeninami kůže spojenými s krvácením. Postižené místo oteče, je teplejší a bolí – někdy více než zlomenina.

Poraněná část těla by se měla v rámci první pomoci uvést do klidu a uložit do zvýšené polohy. Při pohmožděninách kloubů, výronech či podezření na vykloubení se doporučuje končetinu znehybnit a ledovat,

což může zabránit rozvoji krvácení a otoků. U nekomplikovaných pohmožděnin si můžete často pomoci sami, klidně se spoléhejte pouze na přírodní léčbu! Vyzkoušejte ARNIDOL – sprej s výtažkem z léčivé arniky či TRAUMAPLANT – mast obsahující výtažek z kostivalu. Oba tyto léčivé přípravky jsou dnes běžně k dispozici ve všech lékárnách.

Příroda nám nabízí pomoc. Výtažky z obou léčivých rostlin urychlují vstřebávání krevních sraženin. Pokud vaše pohmožděnina nekrvácí, můžete ji opakovaně postříkat chladivým sprejem s arnikou. Ta zmírňuje pocit unavených

svalů, tlumí otok, zlepšuje průtok krve v poraněném místě, a urychluje tak hojení. ARNIDOL určitě nestříkejte do krvácejících ran, nosičem léčivé arniky je totiž etylalkohol, který by mohl krvácivou kůži podráždit.

Farmaceuticky připravovaná, čistá kostivalová mast TRAUMAPLANT, která se vyrábí z čerstvých, nadzemních částí speciálně vyšlechtěné odrůdy kostivalu (*Symphytum x uplandicum* NYMAN „Harras“) působí protizánětlivě a proti bolesti. Jeho hojivé účinky byly prokázány u podvrtnutí, pohmožděnin i odřenin. Nebojte se jím tedy natřít i krvácející ránu – po aplikaci masti a překrytí rány sterilním kry-

tím dojde k rychlejšímu zhojení. V lékárnách se můžete setkat s dalšími mastmi s obsahem kostivalu, ale TRAUMAPLANT je jediná mast registrovaná jako lék, jehož účinnost i bezpečnost jsou doloženy klinickými studii. Má garantovaný obsah účinné látky a neobsahuje toxické alkaloidy, které mohou při lokálním použití způsobit silné podráždění kůže. Při pohmožděnině se tedy nebojte spolehnout výhradně na rostlinnou léčbu – v tomto případě je totiž plně srovnatelná s běžně užívanými léky na bázi různých chemických látek! (red)

*Pečlivě si přečtěte příbalovou informaci.*

komerční prezentace

## Akutní ošetření svalů a kloubů



částečně  
hrazeno  
zdravotními  
pojišťovkami

- okamžitě působí chladivým a otok tlumícím efektem
- u pohmožděnin umožňuje rychlý ústup bolesti
- alkohol a éterické oleje dodávají přípravku příjemnou vůni
- podporuje regeneraci po sportovním výkonu

HARRAS  
  
PHARMA

Výhradní zastoupení a distribuce v ČR  
**IBI**, spol. s r.o.  
Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1  
Tel.: 281 028 230-1, fax: 281 028 232, www.ibi.cz

**Arnidol®**  
s arnikou a alkoholem *spray*