ТРАДО
клуб

Аюрведа для детей

Врач восстановительной медицины
Костина Галина Николаевна

Что говорит Аюрведа о детском здоровье?

- Детский организм более чувствителен к разного рода воздействиям, принимаемой пище, вдыхаемому воздуху, паринам (сезонным нарушениям);
- В то же время, детский организм является «неиспорченным» в сравнении с организмом взрослого человека, если в нем уже и есть нарушения, то они пока еще не успели сформироваться окончательно;
- это значит, что органы и жизненные функции ребенка проще поддаются коррекции

WWW.TRADO-MOS.RU

- У детей преобладает Капха, которая отвечает за процессы роста и развития.
- Как известно, в организме ребенка больше воды, чем в организме взрослого человека.
- Но это предрасполагает и к проблемам со здоровьем капхического характера: кашель, простудные заболевания, нарушения со стороны легких, выделение большого количества слизи.
- После 16 лет влияние Капхи ослабевает.

WWW.TRADO-MOS.RU

Питание для детей

- Для нормального роста ребенка нужно кормить его очень питательной пищей с достаточным содержанием белка. Для растущего организма крайне важны молочные продукты.
- Детям не рекомендуется употреблять много соли, сладостей, острого и кислого.
- Пища для самых маленьких должна быть мягкой. Ведь детская пищеварительная система является неокрепшей: ее нарушения дают 80% проблем со здоровьем.
- Сахар необходим для роста, но важно использовать нерафинированные натуральные сахара, например мед, пальмовый сахар (гур), кленовый сироп или патоку, в которых много витаминов.
- Из масел, согласно Аюрведе, для детей лучше всего подходит кунжутное и масло ги.

WWW.TRADO-MOS.RU

Молоко для детей

- Лучше употреблять свежее молоко, нагревая его до точки кипения, что улучшает его переваривание, и добавляя в него специи, уменьшающие образование слизи: кардамон, корицу, имбирь и гвоздику.
- Добавление этих специй (от щепотки до 1/4 чайной ложки на чашку теплого молока) вместе с небольшим количеством меда или нерафинированного сахара не только сделает вкус молока более приятным, но и улучшит его усвоение.
- Холодное пастеризованное молоко в сочетании с хлебом или мясом способствует образованию Амы.

WWW.TRADO-MOS.RU

- Сыр в большей степени, чем другие молочные продукты, способствует слизеобразованию, поэтому им нельзя злоупотреблять.
- Нежирная простокваша и сыворотка — наименее слизеобразующие из молочных продуктов.
- Наряду с молочными продуктами употребляются цельные крупы (пшеница, бурый рис и т.п.), питательные фрукты (например бананы, папайя), крахмалистые овощи (такие как картофель).

WWW.TRADO-MOS.RU

Сладости для детей

- В Аюрведе считается, что сахара также нужны для роста, поскольку способствуют укреплению тела.
- Однако рафинированный сахар не относится к числу полезных продуктов: в результате чрезмерной очистки он становится неживой тамастичной пищей и выводит из организма необходимые минералы.
- Можно использовать тростниковый сахар, мед, фрукты, сухофрукты и Традо-продукты.

WWW.TRADO-MOS.RU

Оджас Пушти для детей

- *С профилактической целью может быть использован как пищевая добавка в любом возрасте. В этом отношении он не имеет себе равных и заменяет по своей эффективности десяток других нутрицевтиков и парафармацевтиков вместе взятых.*
- *Это обусловлено тем, что в его рецептуру введены, кроме растений, питательные вещества.*
- Детям можно давать с 1-2 лет по 1/3 ч.л. утром или днём.
- После 3 лет дозу можно увеличить до 1/2 ч.л. 2 раза в день.
- По достижении 10 лет доза и режим приёма как у взрослых.

Амла для детей

- *Сушеные плоды Амалаки восстанавливают и поддерживают новые ткани.*
- *Эффективное антивирусное, антибактериальное и противогрибковое средство.*
- *Оказывает противовоспалительное и жаропонижающее действие.*
- *Применяется при воспалении верхних дыхательных путей, в качестве отхаркивающего, смягчительного и бронхолитического средства*.
- Применение без ограничения, в среднем 3-4 дольки

Масла для детей

- Поскольку масло способствует росту, детям оно необходимо еще больше, чем взрослым.
- Однако маслянистая пища увеличивает слизеобразование и потому может усугубить некоторые обычные для детского возраста болезненные расстройства.
- Согласно Аюрведе, для использования в качестве продуктов питания наиболее полезны ги и кунжутное масло.
- Ги можно применять в кулинарии и употреблять в пищу вместо обычного сливочного масла: считается, что оно усваивается значительно легче и в меньшей степени способствует образованию слизи.
- Масла используют и для массажа. Массаж с теплым кунжутным маслом успокаивает нервную систему ребенка, улучшает его сон и питает кожу. И конечно же, такой массаж, такое проявление заботы о ребенке дает ему ощущение защищенности.

WWW.TRADO-MOS.RU

Для массажа масло Астикар

- *Оказывает заживляющий, противовоспалительный и успокаивающий эффект*
- *Улучшает выделительную функцию кожи (вывод токсинов)*

- Для наружного применения.
- Не наносить на кожу вокруг глаз, уши, губы и чувствительные части тела.

Дживаноблисс для детей

- *Рекомендуется применять при проблемах пищеварения (запорах и коликах), для защиты уязвимой детской нервной системы, стимулирования работы мозга, для правильного развития костей скелета и зубной эмали и формирования стойкого иммунитета.*
- *Во время простудных заболеваний поможет детям без осложнений справиться с ними и быстро восстановиться.*
- Детям с 10 лет – 2 капсулы в день

WWW.TRADO-MOS.RU

Ресурсы для развития - Энергоблисс

- *Питательная добавка усиливает всасывание всех компонентов к пище, оказывает энергетический эффект.*
- *Содержит большое количество природных витаминов и антиоксидантов*
- *Повышает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды*
- *Улучшает аппетит*
- Профилактическая дозировка в 1-2 года – 1 /2 капсулы в день добавлять в еду - Растолочь 1 /2 таблетку и смешать с медом или сиропом Мемохенс
- С 3х лет – 1 капсула в день
- С 10 лет – 2 капсулы в день

Для улучшения умственного развития Мемохенс

- *Улучшает память, внимание, способность к обучению*
- *Особенно рекомендуется при нарушениях роста у детей и подростков*
- *Действует успокаивающе на центральную нервную систему, устраняет чувство страха, смягчает эмоциональный фон, снимает нервное напряжение, стресс, уменьшает гиперактивность и нервозность.*
- Рекомендованная доза: по 10 мл (2 чайные ложки) 1 или 2 раза в день с теплой водой. Детям до 10 лет – 1 чайная ложка
- Сироп Мемохенс можно растворять в травяных чаях (теплых), молоке, соках, воде или употреблять в неразбавленном виде.

WWW.TRADO-MOS.RU

Синдром гиперактивности и дефицита внимания

- **Блиссминд** - *Системный комплекс - успокаивает нервную систему, нормализует процессы возбуждения и торможения, уравновешивает эмоциональный фон*
- *Повышает устойчивость к стрессу*
- *Улучшает приток питательных веществ к мозгу и нервным клеткам, снимает умственную усталость*
- *Помогает улучшить концентрацию, внимание и память*
- Профилактическая дозировка с 2х лет – ½ капсулы в день добавлять в еду, растолочь таблетку и смешать с медом или сиропом Мемохенс
- С 3 лет – 1 капсула в день
- С 10 лет – 2 капсулы в день

Для профилактики простудных заболеваний

- **Сироп Респиблисс** *в качестве поддержки при любых заболеваниях дыхательной системы в любом возрасте*
- Детям**:** 5-10 мл 2-3 раза в день.

- **Иммуноблисс**
- *Естественная регуляция иммунитета*
- *Поддержка для организма в сезон простуды и гриппа*
- Профилактическая дозировка с 2х лет – ½ капсулы в день добавлять в еду, растолочь таблетку и смешать с медом или сиропом Мемохенс
- С 3 лет – 1 капсула в день
- С 10 лет – 2 капсулы в день

Для улучшения пищеварения Эублисс

- Детям:
- *При наличии плохого аппетита, бледности, вялости, плохого темпа роста и отставания в физическом развитии, угревой сыпи и стафилодермии, а также любых диатезных проявлениях*
- Профилактическая дозировка 1-2 года – 1/2 таблетки в день добавлять в еду, растолочь таблетку и смешать с медом или сиропом Мемохенс
- С 3х лет – 1 капсула в день
- С 10 лет – 2 капсулы в день

При пищевой аллергии и непереносимости лактозы, при дискинезии жвп

- **Ливоблисс** - *Универсальное средство ухода за печенью*
- *Улучшает: Детоксикационную функцию печени*
- *Желчеотделение, регенерацию*
- *Всасывание питательных веществ и их доставку в печень*
- Профилактическая дозировка 1-2 года – 1/2 таблетки в день добавлять в еду, растолочь таблетку и смешать с медом или сиропом Мемохенс
- С 3х лет – 1 капсула в день
- С 10 лет – 2 капсулы в день

Какие Традо-комплексы нужны детям?

Дживаноблисс только после 10 лет

WWW.TRADO-MOS.RU

Рекомендуемая дозировка Традо-комплексов для детей

- 10 лет и больше - дети могут использовать взрослую дозу
- от 3 до 10 лет дети могут использовать

1/2 взрослой дозы

- 1 - 2 года - 1/3 взрослой дозы
- До 1 года -мама может использовать аюрведические комплексы, чтобы ребенок получал питательные вещества с молоком

WWW.TRADO-MOS.RU

Какие Традо-комплексы противопоказаны детям?

Дживаноблисс до 10 лет

WWW.TRADO-MOS.RU

- *Педиатрия является одним из восьми направлений Аюрведы, а дети считаются воплощением Бога.*
- *Мама и малыш связаны между собой тонкими невидимыми нитями — энергетическими каналами.*
- *Заботясь о своем здоровье, мама заботится одновременно о здоровье и своего подрастающего сына или дочурки.*

WWW.TRADO-MOS.RU