

ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ И ЕЕ ДЕЙСТВУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА - ЭКДИСТЕРОИДЫ

МИКСТУРА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ, ИЛИ "КАК НАРАСТИТЬ ОГРОМНЫЕ МУСКУЛЫ В КРАТКИЕ СРОКИ"

ПЕРЕХОД В КАТАЛОГ С НОВЫМИ МАТЕРИАЛАМИ (ЭЛЕКТРОННЫЕ РАССЫЛКИ)

Входит в состав рациона питания Олимпийской сборной России, Китая и США
Содержит 65 экдистероидов (0.44 %), 18 витаминов, 47 микроэлементов, 27 % протеина
Восстанавливает и защищает печень, почки, сердце, мозг и мышцы
Прием Заказов на *Семена, Корни, Левзею-порошок, а также аналог-Серпуху*

[Инструкции по
Использованию](#)

[Новости и
События](#)

[Ваши Заявки на
Левзею и Серпуху](#)

[Новые Материалы
и Подписка на них](#)

[Сертификаты
на Продукцию](#)

**Часть 2. АКТИВНОСТЬ ЭКДИСТЕРОИДОВ, ИХ ИСТОЧНИКОВ И ПРОДУКТОВ
(Включая Экдистен, Экдистерон, Маралий корень, Левзея, *Leuzea, Rhaponticum*)**

**Часть 3. ЭКДИСТЕН, ЛЕВЗЕЯ-ПОРОШОК И МАРАЛИЙ КОРЕНЬ:
Технология Производства, Химсостав и Дозировка**

БЛАНК ЗАКАЗА

НА ПРОДУКТЫ: ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ И СЕРПУХА ВЕНЦЕНОСНАЯ, СЕМЕНА

АРХИВ И ПОДПИСКА

на Электронную Доставку Новых Материалов
через службу "Рассылки@Mail.Ru"

Очень часто начинающие культуристы и спортсмены со стажем спрашивают, может ли Левзея помочь усиленному росту мышц. Многие хотели бы совершить качественный прорыв в росте мышечной массы, не прибегая к химии, так как становиться рабом препаратов никто не хочет. Не то чтобы свершилось чудо, но насколько реально ускорить темпы прироста, применяя Левзею и ее аналоги в рационе питания?

Какие дозы лучше всего применять, как практически отмерить дозировки, каковы способы и схемы приема - доза, частота и перерывы; насколько сопоставим Левзею-порошок по действию и активности с другими препаратами и аптечным экстрактом из корней; можно ли принимать Левзею одновременно с Серпухой или Экдистеном; одинакова ли активность разных препаратов из Левзеи; из чего состоит Левзею-порошок и как действует; возможны ли противопоказания по Левзее, можно ли принимать Левзею во время соревнований, или для повышения иммунитета; вопрос о кумулятивности (накоплении) действующих веществ - экдистероидов в организме...

В ближайшее время будут опубликованы ответы на множество этих и подобных вопросов. А сейчас хотим отметить, что Левзея прежде всего позволяет расширить пределы физических и психических возможностей человека. Больше тренироваться и быстро восстанавливаться после нагрузок, заживлять раны. Но сами по себе мышцы не будут расти без тренировки. Чтобы добиться прогресса, необходимо увеличивать число тренировок и их продолжительность, а

большие нагрузки организм часто не выдерживает. Как отмечает Р.Д. Сейфулла, есть много препаратов, которые в опытах с лабораторными животными дают эффект в 50-100, и даже 300-400 %, но в реальной спортивной практике они оказываются бесполезными или даже вредными для здоровья.

В Интернете можно найти обстоятельные статьи по использованию анаболических и силовых препаратов, в т.ч. из Левзеи сафлоровидной (синонимы: *Leuzea*, *Rhaponticum carthamoides*, *Maral root*, рапонтик, рапонтикум, маралий корень) в профессиональном спорте и бодибилдинге. Это статьи проф. С.Н. Португалова (перепечатка из журнала "Качай мускулы"), электронные версии книг Р.Д. Сейфуллы "Спортивная фармакология", "Лекарства и БАД в спорте". Но имеется еще более ранняя статья С. Сильвестрова, написанная простым и доступным языком - "Микстура для Рэмбо". Она была опубликована в научно-популярном журнале Академии Наук СССР (Химия и жизнь, 1991, № 2, с. 70-72). Предлагаем ознакомиться с копией этой статьи, где уже есть ответы на многие актуальные вопросы современного спорта - как нарастить "огромные мускулы в кратчайшие сроки".

Наши комментарии приведены в конце статьи и касаются индийского фитопрепарата ЛИВ-52 (LIV. 52), который и сегодня применяется во многих схемах фармакологической поддержки спортсменов в различные периоды тренировок. В остальной статье приведена без изменений, можно также ознакомиться с идентичной полной ксерокопией в формате *.pdf (266 Kb).

МИКСТУРА ДЛЯ РЭМБО

С. Сильвестров

Журнал "Химия и жизнь", 1991, № 2, с. 90-92

(оригинал в формате *.pdf - 266 Kb)

Кто из парней в молодости не хочет иметь красивую фигуру? Думаю, что таких немного. А как добиться этого? Лучшее средство в данном случае - штанги, гантели, гири, эспандеры. Словом, все то, что раньше клеймилось словом "культуризм", а теперь милостиво допущено в советский спорт под именем атлетической гимнастики, или, для знатоков, "бодибилдинга". Год регулярных тренировок - и в бравом широкоплечем парне не узнать прежнего толстячка или сутулого заморыша.

Казалось бы, приятное сочетается с полезным. Красивая фигура и здоровье. Увы, среди тех, кто занимается атлетизмом, становится все больше "химиков", которые стимулируют рост своей мускулатуры лошадиными дозами сильнодействующих лекарств. Если в других видах спорта допинги применяют в основном только те, кто уже достиг высоких результатов (перворазрядники, кандидаты в мастера и выше), то в культуризме - даже начинающие, в том числе и совсем молодые ребята. О вреде анаболических стероидов (кто накачивает мускулы, использует именно эти препараты) они прекрасно знают, но перед глазами стоит пример более опытного атлета, на чьем здоровье прием лошадиных доз таких лекарств вроде бы никак не отразился.

Не стану по традиции запугивать отчаянных культуристов импотенцией и раком, напомним лишь, что существует индивидуальная непереносимость этих препаратов. Вот почему в медицинских учреждениях анаболики применяют под строгим контролем врача, и при малейших неблагоприятных признаках их назначение немедленно прекращают.

Но ведь культуристы - не наркоманы. Они, может быть, и не стали бы пить таблетки "метана" или колоть в вену его аналог (полные названия на всякий случай не даю - вдруг кто-нибудь дочитает до этого места побежит в аптеку), да мышцы не растут в объеме. Чтобы добиться прогресса, приходится увеличивать число тренировок, их продолжительность, а такие нагрузки организм уже не выдерживает. Спортсмен плохо спит, неважно себя чувствует, у него пропадает аппетит и желание тренироваться. А перед глазами - веселый "химик", растущий вширь, как а дрожжах. Как тут не удержаться и не попробовать самому?

Тайны мастеров

Однажды я был на встрече с кумиром советских атлетов - Валентином Дикулем. На вопрос, принимает ли он анаболики, Дикуль ответил отрицательно, и сразу же к нему на стол посыпались записки примерно такого характера: "А как же вам удастся восстанавливать организм после таких нагрузок?". Увы, свою тайну Валентин Иванович не выдал, ограничившись общими словами про сауну и массаж. А жаль.

И все-таки можно избавиться от переутомления без запрещенных препаратов. Главное - трезво оценить свои возможности. Покупая продукты в советских магазинах и работая по восемь часов в день, Арнольдом Шварценеггером стать невозможно. Поэтому лучше всего не пытаться с упорством маньяка наращивать желанные сантиметры, отделяющие вас от идеала, а рассчитать по специальным формулам оптимальные размеры всех групп мышц и стремиться именно к ним. Тренироваться лучше всего через день, особенно молодежи и новичкам. Неплохо совмещать занятия атлетизмом с плаванием - вода очень хорошо снимает усталость, а тренировки в тренажерном зале чередовать с аэробикой или "у-шу". Эти виды спорта развивают сердечную мышцу не хуже, чем бег, но в придачу дают дополнительный прирост мускулатуры за счет растягивания мышечных волокон. Кстати, наука еще не нашла объяснения этому факту.

О том, как должен питаться атлет, написано множество статей и даже книг, но с точки зрения борьбы с переутомлением разумнее всего приналечь на овощи и фрукты. Целлюлоза и пектины, которыми они богаты, замечательно выводят из организма продукты распада белков, которых после тренировки в крови хоть отбавляй. Неплохо включить в свое меню грейпфрутовый сок,

бананы, мед, грецкие орехи.

Хорошо помогает баня (русская или финская - неважно), массаж, в том числе и само-, аутотренинговое расслабление. Но иногда всего этого бывает недостаточно, да и не у каждого есть возможность и время ходить на массаж или заниматься аутотренингом. И снова атлет в заколдованном круге - для роста мускулатуры нужно больше тренироваться, а больше тренируешься - организм не успевает восстановиться, нагрузку опять приходится снижать. Так что же, анаболикам альтернативы нет?

Клин клином вышибают?

Для тех, в чью плоть и кровь навсегда вошла любовь к культуризму, альтернативой химическим препаратам могут стать только... другие химические препараты. К сожалению, в наших условиях это так. Даже большие спортсмены, к услугам которых любые возможности для восстановления, начиная от индивидуального графика тренировок и заканчивая гипнозом и барокамерой, все равно используют фармакологические средства восстановления. И принципиальное отличие от стероидов и всех остальных допингов в том, что эти препараты не сами по себе улучшают результат, а лишь дают атлету возможность повысить тренировочную нагрузку благодаря этому увеличить силу и мышечную массу. Естественно, что ни одно из запрещенных международными спортивными организациями средств не может быть восстанавливающим работоспособность лекарством.

Витамины и минеральные соли необходимы всегда, в том числе и в период не очень интенсивных занятий. После тренировки неплохо съесть две-три таблетки глюкозы с витамином С, а утром, после завтрака днем - пару поливитаминных драже (лучше всего - глутамевит, содержащий аминокислоты). Превосходный источник минеральных солей - минеральные воды.

Улучшить самочувствие и до какой-то степени снять усталость помогут адаптогены. Наиболее известен элеутерококк, но можно использовать и женьшень, и китайский лимонник. Они нетоксичны, обладают мягким действием, почти не имеют побочного кумулятивного эффекта. Еще один плюс адаптогенов - они повышают иммунитет к простудам. Дело в том, что тренировки на пределе снижают устойчивость организма к ОРЗ и гриппу, а стоит недельку потемпературить - и месяц тяжелых трудов пропал зря.

Препараты пластического действия (нуклеотиды и их предшественники) не только снимают усталость, но и до какой-то степени помогают расти мышечной массе. По собственному опыту могу рекомендовать МАП (адениловую кислоту) и рибоксин. Их дополнительное преимущество - благотворное влияние на сердце. К этой же группе относят различные протеины, белковые добавки, а из лекарств - оротат калия, фосфаден, инозин, АТФ. При очень больших нагрузках страдает такой важный орган, как печень. Неплохо восстанавливают ее функции кукурузные рыльца, лив-52 (индийские таблетки из трав).

Последний бастион догматизма

Предвижу бурное негодование, медиков, прочитавших статью. Как же так, автор предлагает самолечение, это недопустимо! Позволю себе не согласиться с уважаемыми оппонентами. Всерьез заниматься бодибилдингом невозможно, если не помогать своему телу "строиться". Самый простой метод таков: не работать, питаться по советам западных специалистов, спать сколько хочешь, ходить на массаж, сеансы гипноза, в сауну с бассейном.

Что, не получается? Тогда, по возможности, придерживаясь этих рекомендаций, в разумных пределах применять лекарства, о которых шла речь. Непременное условие - не принимать ни один из препаратов дольше, чем три-четыре недели, иначе к нему можно привыкнуть. Пить таблетки лучше всего в тех же дозах, которые написаны в инструкции, прилагаемой к лекарству.

Разумеется, когда есть возможность посоветоваться с врачом, нужно обязательно это сделать. Фармакологические средства, и спорить здесь бессмысленно, действуют на организм не сильнее и не слабее, чем, например бани, которая запросто может "посадить сердце". Если на их применение врачи наложат табу, то всем известные Стероиды немедленно займут освободившуюся экологическую нишу. Так, может быть, поступить по принципам, и дать заочные советы тем, кто любит "качать железо"? Это было бы лучшим ответом на мою статью.

НАШИ КОММЕНТАРИИ: Описание фитопрепарата ЛИВ-52 (LIV. 52)

LIV. 52 - "Unparalleled Liver Care Comb. Drug". Переводится как "ФитоЗащита Печени или Забота о Печени травяными средствами". Растительный препарат из народной медицины Индии. Производитель: компания "Гималаи" (Himalaya Drug Co). Представлен в виде порошка (таблетки) или экстракта смеси трав: цикорий обыкновенный (*Cichorium intybus*), тысячелистник обыкновенный (*Achillea millefolium*), каперсы колючие (*Capparis spinosa*), паслен черный (*Solanum nigrum*), терминалия (*Terminalia arjuna*), кассия западная (*Cassia occidentalis*), тамариск гальский (*Tamarix gallica*) и т.п.

Применяется у пациентов с заболеваниями печени и желчевыводящих путей. Оказывает гепатопротекторное, антитоксическое, противовоспалительное, желчегонное, антиоксидантное, антианорексическое (побуждающее аппетит) действие. Механизмы фармакологического действия обусловлены результатом сочетания биологически активных веществ разных растений.

Показания к использованию: гепатит острый и хронический; цирроз печени; профилактика поражений печени различными токсикантами: химическими веществами и алкоголем; лекарственными препаратами, вызываемых антибиотиками, противотуберкулезными, противоопухолевыми, контрацептивными и жаропонижающими средствами).

Препарат отпускается по рецепту. При его приеме возможны аллергические реакции, диспепсия, неприятные ощущения в животе. Противопоказан к применению при беременности и в период лактации. Назначают с осторожностью лицам с острыми заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Чем заменить препарат ЛИВ-52 (Liv. 52)

Имеется 2 способа приближенной замены:

1. Отдельные ингредиенты (виды растений), входящие в состав препарата ЛИВ-52, могут быть по отдельности заменены равнодейственными травами, прирастающими на территории России и сопредельных государств.
2. Левзея - многие положительные фармакотерапевтические свойства индийского препарата из трав ЛИВ-52 (Liv. 52) заменятся одним растением - Левзеей сафлоровидной (синонимы: *Rhaponticum carthamoides*, *Leuzea*, *Stemmacantcha*, *Maral root*, рапонтник, рапонтникум, маралий корень, большеглазник аьпийский и т.д.). Имеется обширная научно-медицинская литература и результаты испытаний гепатопротекторных свойств Левзеи и ее действующих веществ - фитостероидов. Левзея-порошок не имеет противопоказаний, описанных для ЛИВ-52; безвреден, разовые дозы могут варьировать до 200 раз без последствий. Кроме того, стоимость суточной дозы Левзеи-порошка для взрослых в 5-6 раз ниже по сравнению с ЛИВ-52 (1,5-2,0 руб против 10-12 руб).
3. Если вы будете покупать аптечные экстракты Левзеи из корневищ - нужно знать, что корни и корневища, в отличие от листовых органов, насыщены антибиотическими веществами, чтобы не загнивать в сырой почве (до 15 % фенолов, а также полиацетиленовые соединения). Поэтому препараты из подземных органов Левзеи (большие дозы) нужно употреблять с определенной осторожностью.

ВЫСЫЛАЮТСЯ - Семена и Левзея-порошок для Спорта, Медицины и Домашней Практики
ЗАЯВКИ - Подавать по Электронной Форме: http://leuzea.ru/forms/leuzea_order.htm
Ваши письма по адресу: mail@leuzea.ru

 Главная страница

↑↑↑
