



БАЛИОН

СОЛЕВЫЕ КАПСУЛЫ БАЛИОН ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ВОДНО-ЭЛЕКТРОЛИТНОГО БАЛАНСА. ЗАЩИТА ОТ УТОМЛЕНИЯ И СУДОРОГ В МЫШЦАХ.

Усталость при интенсивных физических нагрузках начинается не с мышечного утомления, а с потери жидкости и нарушения баланса электролитов. Кто занимался спортом, помнит, что тренер запрещал во время соревнований пить воду. Но обезвоживание при нагрузках крайне опасно для организма. Как все это связано?

Для нормальной жизнедеятельности клеток необходимо, чтобы концентрация электролитов (K, Na, Cl, Ca, Mg) в крови была постоянной. Резкое изменение концентрации приводит к нарушению всех функций. В первую очередь слабеют мышцы, затем нарушается работа мозга и сердца вплоть до его внезапной остановки. При хроническом дефиците после тренировок появляются судороги в мышцах.

Как в здоровом организме может нарушаться этот баланс? Наши почки великолепно управляют этими процессами и в обычных условиях можно ориентироваться на чувство жажды и солевой аппетит. Проблема электролитов возникает на фоне недостатка воды при интенсивном потоотделении. Когда электролиты выходят вместе с потом, почкам нечем управлять. Такое происходит при нагрузках, в сауне или в жарком климате.

Потеря воды, особенно при нагрузках, требует своевременного восполнения жидкости, иначе из-за «сгущения» и уменьшения объема циркулирующей крови нарушаются функции всех систем. Мы чувствуем острую жажду. До этого момента организм не испытывает дефицита электролитов. Они выходят с потом в такой пропорции, чтобы сохранялся баланс внутри организма. Поэтому концентрации электролитов не нарушены. Организм пока страдает только от обезвоживания.

При длительных нагрузках человек может потерять до 10 л жидкости в сутки. Однако быстро выпитая вода в объеме более 500 мл

тут же разбавляет концентрацию электролитов и почки не могут справиться с этой ситуацией. Сразу нарушается электролитный баланс и появляется мышечная слабость. Чем больше будет выпито воды, тем опаснее для организма, вплоть до потери сознания.

Выход один – вместе с водой принимать электролиты. Здесь важным является не только их количество, но и состав. Исследования показали, что с потом натрия уходит почти в 8-10 раз больше, чем калия. Поэтому, нужно помнить, что при интенсивном потоотделении нельзя использовать препараты с калием или солевые пакетики, предназначенные для восполнения солей при кровопотере, диарее и рвоте.

По международным рекомендациям SMAC (Sports Medicine Advisory Committee, 2017) вместе с водой нужно принимать солевые капсулы с точно подобранным составом. Возникающий в момент утоления жажды дефицит электролитов необходимо полностью компенсировать в строго определенной пропорции. Капсулы БАЛИОН соответствуют международным требованиям и полностью обеспечивают организм необходимыми электролитами в физиологической пропорции.

Солевые капсулы «Балион» содержат макроэлементы для поддержания водно-электролитного баланса при интенсивном потоотделении в условиях жаркого климата и/или при длительных физических нагрузках. Содержимое капсул может использоваться в качестве заменителей солей в пище и питьевой воде в горах при использовании талой воды (4-8 капсул в сутки).

Солевые капсулы «Балион» содержат сбалансированный набор из 5 электролитов (Na⁺, K⁺, Cl⁻, Ca²⁺, Mg²⁺). Своевременный прием капсул защищает организм от переутомления, повышает работоспособность, снимает усталость, ускоряет восстановление после изнуряющих нагрузок. Снимает мышечные спазмы и судороги, вызванные недостатком электролитов.

