Roza Kanina

ВОДИЧ ЗА ПОДДРШКА НА УРИНАРНИОТ СИСТЕМ



Роза Канина ДООЕЛ

2026 година

СОДРЖИНА

ВОВЕД **2**

ЧАЈНИ КОМБИНАЦИИ И БИЛНИ ПРЕПАРАТИ **3**

ПРЕПОРАЧАНИ ПРОИЗВОДИ ОД НАШИОТ АСОРТИМАН **3**

ПРЕСПАНСКА ГОРЧИЦА 500 мл. **3**

ХЕПАТО МИКС 4/1 (СИЛИМАРИН) **3**

ЕЛИКСИР – КИСЕЛИНА ОД ДИВИ ЈАБОЛКА 500 мл. **4**

СЕМЕ ОД КОПРИВА **4**

ВРБОВКА **4**

КОРЕН ОД ГЛУВАРЧЕ **4**

УРИНО МИКС 200 гр. **4**

УРИНО-МИКС **5**

Состав **5**

Што го прави УРИНО-МИКС единствен? **5**

Научна основа **6**

ОПШТА ПОДГОТОВКА И УПОТРЕБА НА ЧАЕВИТЕ **7**

ПОДДРШКА НА ЗДРАВИТЕ ЖИВОТНИ НАВИКИ **8**

СЛЕДЕЊЕ НА ЗДРАВСТВЕНАТА СОСТОЈБА **8**

ИСХРАНА **9**

ШТО ТРЕБА ДА СЕ ИЗБЕГНУВА **9**

ВАЖНИ ПРЕПОРАКИ **10**

Одбрани лековити растенија **11**

Полска прешљуга **11**

Лист од бреза **11**

Коприва **11**

Нане **11**

Глуварче **11**

Ајдучка трева **11**

Врбовка **11**

Шипка **11**

ВАЖНИ НАПОМЕНИ **12**

РЕФЕРЕНЦИ **13**

ВОВЕД

Чајните комбинации и билните препарати се традиционални билни производи кои се користат исклучиво врз основа на долгогодишна употреба (најмалку 30 години, од кои најмалку 15 години во ЕУ), согласно Директива 2004/24/ЕЦ за традиционални билни лекови и соодветните монографии на Европската агенција за лекови (EMA/HMPC) и Светската здравствена организација (WHO).

Овие производи **не се лекови** и не се наменети за лекување, спречување или дијагностицирање на болести. Тие не ја заменуваат терапијата пропишана од лекар.

Важно:
Доколку се јават симптоми како силна болка во слабините, висока температура, крв во урината, силно отежнато мокрење или нагло намалување на количеството на урина, потребно е веднаш да се побара лекарска помош.

Овој водич е усогласен со регулативата на ЕУ за традиционални билни лекови (Директива 2004/24/ЕЦ) и монографиите на EMA/HMPC. За Република Северна Македонија, применливи се принципите на acquis communautaire во областа на билните лекови.

ЧАЈНИ КОМБИНАЦИИ И БИЛНИ ПРЕПАРАТИ

Чајните комбинации и билните препарати се подготвуваат од внимателно избрани билки, чиј избор се приспособува на индивидуалните потреби на секое лице и на доставената медицинска документација.

Билките што се користат се традиционално познати во билкарството и се комбинираат согласно нивната традиционална употреба, како што е утврдено во монографиите на EMA/HMPC и WHO.

Чајните комбинации и билните препарати не се наменети за лекување, спречување или дијагностицирање на болести и не претставуваат замена за терапијата прописана од лекар.

ПРЕПОРАЧАНИ ПРОИЗВОДИ ОД НАШИОТ АСОРТИМАН

ПРЕСПАНСКА ГОРЧИЦА 500 мл.

Традиционален билен препарат за поддршка на нормалната дигестивна функција.

Начин на употреба:
Се пие 3 пати по едно супена лажица на празен стомак.

ХЕПАТО МИКС 4/1 (СИЛИМАРИН)

Традиционална билна мешавина која содржи силимарин. Се користи за поддршка на нормалната дигестивна функција.

Начин на подготовка:
Во 600 мл врела вода се става 1 супена лажица. Се покрива со капак и се остава да отстои 60 мин. Се пие на празен желудник 5 до 6 пати по 100 мл, распоредено на два часа во текот на денот.

ЕЛИКСИР – КИСЕЛИНА ОД ДИВИ ЈАБОЛКА 500 мл.

100% природен препарат, добиен со посебна постапка.

Начин на употреба:

Се пие 3 пати на ден, на гладно, по 15 мл растворен со 50 до 70 мл вода.

СЕМЕ ОД КОПРИВА

100% семе од коприва за подготовка на традиционален билен напиток.

Начин на подготовка:
Во 250 мл врела вода се става 1 супена лажица. Се покрива и се остава кратко да отстои. Се процедува и се пие распоредено во текот на денот.

ВРБОВКА

100% надземен дел од врбовка со благ и пријатен билен вкус.

Начин на подготовка:
Во 250 мл врела вода се става 1 супена лажица. Се покрива и се остава кратко да отстои. Се процедува и се пие распоредено во текот на денот.

КОРЕН ОД ГЛУВАРЧЕ

100% сушен корен од глуварче со карактеристичен горчлив вкус.

Начин на подготовка:
Во 250 мл врела вода се става 1 супена лажица. Се покрива и се остава кратко да отстои. Се процедува и се пие распоредено во текот на денот.

УРИНО МИКС 200 гр.

Традиционална билна мешавина за подготовка на билен напиток.

Начин на подготовка:
Во сад со зовриена вода се ставаат 3 супени лажици од чајната мешавина. Се покрива и се остава да отстои 6 часа. Потоа се процедува и се пие распоредено во текот на денот, во повеќе помали количини (не одеднаш).

УРИНО-МИКС

Природна билна чајна комбинација за поддршка на нормалната функција на уринарниот систем

Моќта на природата, поткрепена со традиција и наука

УРИНО-МИКС е внимателно избрана комбинација од лековити растенија кои традиционално се користат во европската фитотерапија за поддршка на нормалната функција на уринарниот систем.

Формулата ги обединува искуствата од традиционалната билкарска практика со современите научни сознанија за фитохемискиот состав на растенијата.

Секоја билка е избрана според:

- традиционална употреба
- ботаничка автентичност
- фитохемиски состав
- достапна научна литература
- европски монографии

Состав

УРИНО-МИКС содржи внимателно избрани лековити растенија:

- Полска прешљуга (*Equisetum arvense*)
- Лист од бреза (*Betula pendula*)
- Коприва (*Urtica dioica*)
- Нане (*Mentha × piperita*)
- Глуварче (*Taraxacum officinale*)
- Ајдучка трева (*Achillea millefolium*)
- Врбовка (*Epilobium parviflorum*)
- Шипка (*Rosa canina*)

Што го прави УРИНО-МИКС единствен?

- Комбинација од лековити растенија
- Висококвалитетни суровини
- Производство според GMP и HACCP стандарди
- Контролиран квалитет
- Формула инспирирана од европската фитотерапија
- Производ развиен врз основа на традиционалната употреба на лековитите растенија

Овој водич е усогласен со регулативата на ЕУ за традиционални билни лекови (Директива 2004/24/ЕЦ) и монографиите на EMA/HMPC. За Република Северна Македонија, применливи се принципите на acquis communautaire во областа на билните лекови.

Научна основа

Формулацијата е инспирирана од долгогодишната традиционална употреба на лековитите растенија и е поддржана со современи научни податоци за нивниот фитохемиски состав и биолошки својства.

За поединечни состојки постојат:

- монографии на European Medicines Agency (EMA/HMPC);
- монографии на World Health Organization (WHO);
- монографии на ESCOP;
- научни публикации индексирани во PubMed.

Овие извори обезбедуваат информации за традиционалната употреба, фитохемискиот состав и достапните експериментални и клинички податоци за одделните растениј

ОПШТА ПОДГОТОВКА И УПОТРЕБА НА ЧАЕВИТЕ

Начинот на подготовка и употреба на чајните комбинации се определува според составот на билките и индивидуалните потреби на лицето.
Вообичаено, во 2 литри зовриена вода се додаваат препорачаните количини од чајните мешавини:

- 2 супени лажици Урино Микс;
- 1 супена лажица Хепато Микс 4/1;
- 1 супена лажица Врбовка
- 1 супена лажица семе од коприва
- 1 супена лажица корен од глуварче

Смесата се остава да отстои според препораката за конкретната чајна комбинација, по што се процедува.

Подготвената количина се консумира рамномерно во текот на денот, а не одеднаш.
Вообичаено се применува режим од **шест последователни дена на употреба, по што следува еден ден пауза**, освен ако не е препорачано поинаку.
Времетраењето на употребата зависи од индивидуалните потреби, составот на чајната комбинација и препораките за користење.

Важно:
Во текот на употребата да се обезбеди доволен дневен внес на течности, освен ако лекар не препорачал ограничување на внесот на течности.

ПОДДРШКА НА ЗДРАВИТЕ ЖИВОТНИ НАВИКИ

Грижата за здравјето опфаќа и психофизичката благосостојба.

Покрај употребата на чајните комбинации, се препорачува:

- доволно време за одмор;
- квалитетен сон;
- управување со секојдневниот стрес;
- умерена физичка активност;
- позитивни животни навики;
- редовна комуникација со здравствениот работник и придржување кон неговите препораки.

СЛЕДЕЊЕ НА ЗДРАВСТВЕНАТА СОСТОЈБА

Кај лица со постоечки заболувања или кај оние кај кои лекарот препорачал следење, пожелно е редовно контролирање на здравствената состојба преку соодветни лабораториски и дијагностички испитувања.

Употребата на чајните комбинации и билните препарати не ја исклучува потребата од редовни лекарски контроли.

ИСХРАНА

Покрај употребата на чајните комбинации, се препорачува разновидна и избалансирана исхрана, прилагодена на индивидуалните потреби, возраста, здравствената состојба и препораките од здравствен работник.
Особено внимание се посветува на:

- доволен дневен внес на течности;
- редовна консумација на овошје и зеленчук;
- умерен внес на сол;
- разновидна исхрана богата со растителни намирници;
- редовни оброци;
- одржување на нормална телесна тежина;
- редовна физичка активност според индивидуалните можности.
- Автофагија по 16 часот не се внесува храна

Кај лица со хронични заболувања на бубрезите или други медицински состојби, режимот на исхрана треба да биде усогласен со препораките на лекар или клинички нутриционист.

ШТО ТРЕБА ДА СЕ ИЗБЕГНУВА

Во текот на употребата се препорачува да се избегнува:

- недоволен внес на течности;
- прекумерна употреба на сол;
- прекумерна употреба на алкохол;
- пушење;
- продолжено задржување на урината;
- начин на живот со седење, стоење, недвижење и слично,

- да се избегнуваат целосно млечни производи вклучително млеко, млечни преработки, кашкавал, сирење, кисело млеко, особено павлаки, разни млечни производи и слично

ВАЖНИ ПРЕПОРАКИ

За време на употребата на чајните комбинации се препорачува:

- редовно следење на сопствената здравствена состојба;
- придржување кон препорачаниот начин на употреба;
- известување на лекарот доколку се појават нови симптоми или несакани реакции;
- продолжување на терапијата пропишана од лекар, освен ако тој не препорача поинаку.

Одбрани лековити растенија

Полска прешљуга
Традиционално се користи за зголемување на количеството на урина со цел испирање на уринарниот тракт при лесни уринарни тегоби, согласно монографијата на EMA/HMPC.

Лист од бреза
Во европската фитотерапија традиционално се користи за поддршка на елиминацијата на урината и нормалната функција на уринарниот тракт.

Коприва
Позната е по богатата содржина на флавоноиди и други природни биоактивни соединенија и има долга традиција на употреба во билкарството.

Нане
Листовите од нане содржат етерично масло богато со ментол, како и флавоноиди и фенолни соединенија. Традиционално се користат за поддршка на нормалното варење, олеснување на надуеноста и подобрување на вкусот и аромата на чајните комбинации.

Глуварче
Коренот и листот од глуварче традиционално се користат за поддршка на нормалната дигестивна функција и физиолошката елиминација на течностите. Растението содржи горчливи материи, фенолни киселини, инулин и флавоноиди кои придонесуваат за неговата традиционална примена во фитотерапијата.

Ајдучка трева
Надземниот дел и цветовите содржат етерично масло, флавоноиди, сесквитерпенски лактони и горчливи материи. Традиционално се користат за привремен губиток на апетит и за симптоматско олеснување на лесни спастични гастроинтестинални тегоби, вклучувајќи чувство на надуеност и метеоризам.

Врбовка
Позната како ситноцветна врбовка, е растение кое традиционално се користи за поддршка на уринарниот систем и нормалната функција на простатата.

Шипка
Природен извор на витамин Ц, полифеноли и каротеноиди.

ВАЖНИ НАПОМЕНИ

УРИНО-МИКС е традиционална билна чајна комбинација. Информациите на оваа страница се наменети за едукација и не претставуваат медицински совет. Производот не е наменет за дијагностицирање, лекување или спречување на болести и не ја заменува терапијата препишана од лекар. Доколку имате симптоми или здравствени проблеми, консултирајте се со лекар или фармацевт.

Чајните комбинации и билните препарати се **традиционални билни производи** за употреба во наведените индикации исклучиво врз основа на долгогодишна употреба, согласно Директива 2004/24/ЕЦ.

Чајните комбинации и билните препарати **не се наменети за лекување, спречување или дијагностицирање на болести и не ја заменуваат терапијата прописана од лекар**.

РЕФЕРЕНЦИ

1. European Parliament and Council of the European Union. *Directive 2004/24/EC of 31 March 2004 amending Directive 2001/83/EC as regards traditional herbal medicinal products*.
2. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Equisetum arvense L., herba*.
3. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Betula pendula Roth and/or Betula pubescens Ehrh., folium*.
4. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Urtica dioica L. and Urtica urens L., herba*.
5. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Epilobium angustifolium L. and/or Epilobium parviflorum Schreb., herba*.
6. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Taraxacum officinale Weber ex F.H.Wigg., radix cum herba*.
7. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Mentha × piperita L., folium*. Revision 1.
8. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Achillea millefolium L., herba*. Revision 1.
9. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Silybum marianum (L.) Gaertn., fructus*.
10. European Medicines Agency (EMA) – Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). *European Union herbal monograph on Species diureticae – herbal tea combinations for oral use*.
11. World Health Organization. *WHO Monographs on Selected Medicinal Plants*. Volumes 1–4. Geneva: World Health Organization.
12. European Scientific Cooperative on Phytotherapy. *ESCOP Monographs: The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products*.
13. World Health Organization. *Quality Control Methods for Herbal Materials*. Geneva: World Health Organization; 2011.
14. European Parliament and Council of the European Union. *Regulation (EC) No 1924/2006 on nutrition and health claims made on foods*.
15. Роза Канина ДООЕЛ. *Официјална веб-страница и интерна документација за составот, производството и контролата на квалитетот на производите*. https://alternativna-medicina.com.mk