



## **"Zdravá 5ětka" - prevence chronických zánětů v těle**

Věda prokázala, že chronický zánět nízkého stupně se může stát tichým zabijákem, který přispívá ke kardiovaskulárním chorobám, rakovině, metabolickému syndromu, diabetu, depresím, demenci, poruchám imunitního systému a dalším stavům. Skutečnost je, že tři z pěti lidí na světě zemřou na nemoci spojené se záněty. Existuje ale spousta kroků, co můžete udělat, abyste se zejména chronickým zánětům bránili. Začněte s těmito kroky již dnes. Boj proti chronickým zánětům se vám rozhodně vyplatí!

[Zdrava\\_5etka.pdf](#) (983.85 KB 26.10.2020 16:51)

prof. J.Ruprich, CZVP SZÚ, 26.10.2020