



Витамин Д

Витамин Д влияет на женскую репродуктивную систему, стимулирует синтез стероидных гормонов (эстроген, прогестерон, тестостерон), которые необходимы для правильного созревания фолликулов и эндометрия. Без витамина Д половые гормоны не могут выполнять свои функции. При дефиците витамина Д может отсутствовать эффект от заместительной менопаузальной терапии при профилактике возрастных заболеваний. Протестируй себя на дефицит витамина Д

память

Вас беспокоят плохая память и снижение внимания?

апатия

У вас часто плохое настроение?

пот

Вы сильно потеете?

заболевания

Вы часто страдаете инфекционными заболеваниями?

запоры

Вы страдаете запорами?

переломы

У вас часто случаются переломы?

пигментные пятна

После нахождения на солнце у Вас появляются пигментные пятна?

Если на 3 и более вопросов Вы ответили положительно, рекомендую проверить уровень витамина Д в крови (25-ОН Д)

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?