

GHRH-АНАЛОГ · ВИСЦЕРАЛЬНЫЙ ЖИР

Тезаморелин

Tesamorelin · флакон 10 мг

Прицельно работает по висцеральному жиру — тому, что лежит вокруг внутренних органов, а не под кожей. Это длинная история: результат считают месяцами, не неделями.

?

Зачем это. Стимуляция собственного соматотропина и уменьшение объёма висцерального жира.

01

КАК РАЗВЕСТИ

Понадобится **2 мл** бактериостатической воды. Ниже — что получится и сколько набирать в шприц.

СКОЛЬКО ВОДЫ	2 мл
ЧТО ПОЛУЧИТСЯ	10 мг / 2 мл = 5 мг/мл
1 ЕД ШПРИЦА U-100	50 мкг
20 ЕД	1 мг — стартовая и рабочая доза
40 ЕД	2 мг — максимум, клиническая доза препарата Egrifta

i

Раствор должен быть прозрачным и бесцветным.

02

РАЗВЕДЕНИЕ ПО ШАГАМ

1

Достаньте флакон из холодильника. Дайте ему постоять 10–15 минут при комнатной температуре. Холодный порошок растворяется дольше и хуже.

2

Протрите резиновую пробку. Снимите пластиковый колпачок, протрите пробку спиртовой салфеткой и подождите 10–15 секунд, пока спирт высохнет. Больше пробку ничем не трогайте.

- 3 **Наберите 2 мл воды.** Обычным шприцем на 3–5 мл наберите 2 мл бактериостатической воды. Именно бактериостатической — в ней есть консервант, и раствор можно хранить. В обычной стерильной воде консерванта нет, такой раствор хранить нельзя.
- 4 **Вливайте воду по стенке флакона.** Проколите пробку под углом и выпускайте воду медленно, тонкой струёй по стенке — 20–30 секунд. Нельзя лить струёй прямо на порошок: он вспенится и частично испортится.
- 5 **Дайте вакууму втянуть остаток.** Не вынимайте иглу сразу. Флакон сам подтянет воду. Только после этого достаньте шприц — иначе часть раствора выплеснет обратно.
- 6 **Растворите вращением, не тряской.** Медленно покатайте флакон между ладонями 30–60 секунд и оставьте на 5–10 минут. **Трясти нельзя.** Раствор должен стать полностью прозрачным, без крупинок на дне.
- 7 **Подпишите дату.** Напишите на этикетке день, когда развели. Храните в холодильнике при +2...+8 °C. Замораживать нельзя — пептид разрушится навсегда.
- 8 **Набирайте дозу инсулиновым шприцем.** Каждый раз новым одноразовым шприцем U-100 со впаянной иглой (30G–31G, 6–8 мм). Обычно это 20 ЕД. Согрейте шприц в ладони 1–2 минуты перед уколом — так менее чувствительно.

03 СХЕМА ПРИЁМА

СХЕМА	ДОЗА В СУТКИ	НА ШПРИЦЕ	РАСХОД
Лайт	1 мг	20 ЕД	вход в курс, первые 2 недели. Флакон на 10 дней
Стандарт	1–2 мг	20–40 ЕД	флакон на 5–10 дней. На 3 месяца — 9–18 флаконов
Экстра	2 мг	40 ЕД	флакон на 5 дней. Строго под контролем анализов

! Колоть **подкожно в живот, вечером натошак** — минимум через 2 часа после еды. Курс дорогой по расходу: честно посчитайте бюджет заранее, бросать на середине смысла нет.

04 КУРС И КОНТРОЛЬ

КУРС	3-6 месяцев. В исследованиях висцеральный жир уходил примерно на 15 % за 26 недель
ПОСЛЕ ОТМЕНЫ	Эффект постепенно откатывается, если не закрепить питанием и активностью
АНАЛИЗЫ	Глюкоза натошак, HbA1c, IGF-1 — до курса и каждые 8-12 недель
С ЧЕМ СОЧЕТАЮТ	Тирзепатид — разные мишени: аппетит и висцеральное депо

05 ЧТО КУПИТЬ НА КУРС

#	ЧТО	СКОЛЬКО	ЗАЧЕМ
1	Флакон Тезаморелина 10 мг	9-18 шт	на курс 3 месяца
2	Бактериостатическая вода	4-6 ампул	по 2 мл на флакон
3	Шприц 3-5 мл для разведения	1 шт	только чтобы развести порошок
4	Спиртовые салфетки	100+ шт	протирать пробку и кожу перед каждым уколом
5	Инсулиновые шприцы U-100	по числу дней	новый каждый день

! Берите шприцы со впаянной иглой. У шприцев со съёмной иглой в носике остаётся «мёртвая зона» — при каждом уколе там пропадает до 10-15 % раствора. За курс это несколько инъекций, выброшенных впустую.

06 КАК КОЛОТЬ

СОВЕТ 1

Куда колоть

Подкожно именно в живот — там мишень. Точку менять каждый день.

СОВЕТ 2

Когда колоть

Вечером на пустой желудок, минимум через 2 часа после еды.

СОВЕТ 3

Отёки

Отёчность кистей и стоп в первые недели — известный эффект. Если нарастает, снижайте дозу.

СОВЕТ 4

Реакция в месте укола

Покраснение и небольшое уплотнение бывают. Помогает ротация точек.

07 ХРАНЕНИЕ

ПОРОШОК

До разведения

Тёмное место, комнатная температура. В морозилке — дольше. Кратковременный нагрев в дороге сухому порошку не вредит.

РАСТВОР

После разведения

Только холодильник, +2...+8 °C, до 28 дней. Не в морозилку и не в дверцу, где температура скачет.



Замораживать раствор нельзя. Заморозка разрушает пептид необратимо — такой флакон только выбросить.

08 КОМУ НЕЛЬЗЯ

✗ **Онкологические процессы**

Курс не проводится.

✗ **Патологии гипофиза**

Курс не проводится.

✗ **Беременность и грудное вскармливание**

Курс не проводится.

! **Когда остановиться.** Нарастающие отёки, сильная головная боль или высокий сахар — снизить дозу и обратиться к врачу.

i Информация носит справочно-образовательный характер, отражает опыт сообщества и не является медицинской рекомендацией. Товары реализуются как материалы для лабораторных исследований. Не для диагностики, лечения или профилактики заболеваний. Перед применением проконсультируйтесь с врачом, учитывайте противопоказания. Материал подготовлен при участии научного консультанта — врача Садыковой Айгерим Нурлановны.