

ТЕМА НОМЕРА: Летом без дела сидеть -
зимой хлеба не иметь!

№109, 24 МАЯ 2016г.

ТИРАЖ 40000

18+

Ваш медицинский консультант

Звон рецепты!

СМИ РЕКЛАМНОГО ХАРАКТЕРА



ПОЛЕЗНЫЙ ШОКОЛАД



настоящее какао
+
сладость фруктозы

Шоколад «Bifrut» мы производим из какао-бобов с океанического побережья Западной Африки. Поэтому наш шоколад обладает свойствами мощного антиоксиданта. Полезным шоколад «Bifrut» делают настоящее какао и отсутствие сахара, а вкусным – фруктоза.



на правах рекламы

www.bifrut.ru

КАПСИЛЕН

РАЗОГРЕВАЮЩИЙ ГЕЛЬ ДЛЯ ТЕЛА




СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ ГОРОДА

Не является лекарственным препаратом

www.aklefarm.ru

Не является лекарственным препаратом

- ▶ Разогревает кожу
- ▶ Улучшает микроциркуляцию крови
- ▶ Оказывает лимфодренажное действие
- ▶ Способствует высвобождению токсинов
- ▶ Улучшает жировой и водно-солевой баланс кожи
- ▶ Активизирует регенерацию клеток кожи, восстанавливают её рельеф

ЭПИТОНЕКС



способствует заживлению рубцов и шрамов

Акулий жир АКУЛЯ СИЛА!

www.luchiks.ru



**НОВАЯ СЕРИЯ ЛЕЧЕБНЫХ КРЕМОВ
НА ОСНОВЕ АКУЛЕГО ЖИРА**

Вирус папилломы человека известен медицине давно. Именно он виноват в возникновении папиллом, бородавок и кондилом на коже или слизистых оболочках. Но до 80-х годов XX века это считалось чуть ли не безобидной косметической проблемой. Затем же появились первые предположения связи этого вируса с раком шейки матки у женщин и прямой кишки у людей обоих полов, что впоследствии было убедительно доказано медицинской статистикой.

С чем имеет дело?

ВПЧ принадлежит к роду папилломавирусов. Он приводит к изменениям в процессе роста клеток кожного покрова и эпителия слизистых оболочек. Передается от человека к человеку при контакте с кожей или слизистыми оболочками. Особая опасность этого вируса в том, что поскольку он передается не только половым путем, но даже при рукопожатии, поцелуе, прикосновении, то почти невозможно уберечься от него. От генитального вируса, к сожалению, не спасает презерватив.



И ДАЖЕ

Другая опасность вируса – его скрытое течение. Сам инкубационный период может продолжаться от нескольких месяцев до нескольких лет, и даже потом вирус может никак не давать о себе знать – его можно выявить только при помощи анализа. Оставаясь не выявленным, вирус даром времени не теряет – он активизируется, размножается и затем уже проявляется, первыми (и быстро разрастающимися) образованиями.



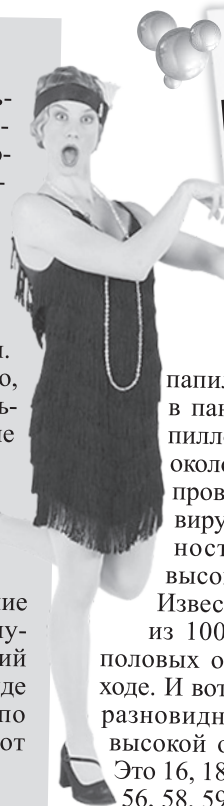
Проявления

Остроконечные генитальные кондиломы – самые опасные в плане онкологического риска из возможных проявлений вируса. Малосимпатичные маленькие образования (от 1 мм до 2-3 см), напоминающие по виду шершавую «цветную капусту» с острыми кончиками и со «стерженьком» у основания. Если кондилом становится много, они могут мешать – травмироваться при половой жизни или после подмывания, натираться о белье, кровоточить, болеть. Папилломы и бородавки – могут вырастать и исчезать самостоятельно – разрастание их колоний зависит от иммунитета человека в настоящий момент. Это вырастания в виде маленьких «столбиков», по цвету не отличающиеся от кожи или слизистой.



РАЗНО-ВИДНОСТИ

Если у вас появились образования, напоминающие бородавки и папилломы, не стоит впадать в панику – всего вирусов папилломы человека существует около ста, и вовсе не все из них провоцируют рак. Все эти 100 вирусов делятся на разновидности низкого, среднего, и высокого онкогенного риска. Известно также, что 40 видов из 100 могут базироваться на половых органах и анальном проходе. И вот уже из этих сорока – 13 разновидностей вируса обладают высокой онкогенной опасностью. Это 16, 18, 31, 33, 35, 39, 45, 51, 52, 56, 58, 59 и 68 типы вируса.



Анекдот

Врач в психиатрической больнице разгадывает кроссворд:
- Так... Остров, на котором родился Наполеон...
Обращается к пациенту:
- Ваше величество, напомните место Вашего рождения?..

Плоская кондилома шейки матки

Может появляться только в случае давно живущей, хронической папилломавирусной инфекции, которая и вызывает лишние разрастания эпителия шейки матки. Нередко такая кондилома сочетается с остроконечными кондиломами на наружных половых органах. В любом случае, это состояние всегда таит в себе опасность перерастания в онкологию, хотя оно и необязательно, но риск его довольно высок. В любом случае, при наличии такого рода кондиломы состояние пациентки считается состоянием «высокого риска» и врачи прикладывают все усилия, чтобы начать лечение ДО того, как она, возможно, успеет переродиться.



Профилактика. Существует ли она?

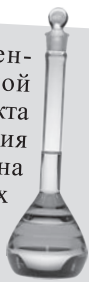
Вакцина защищает от штаммов ВПЧ, вызывающих образование большинства генитальных бородавок; также защищает от штаммов ВПЧ, чаще всего вызывающих рак шейки матки. Другая вакцина, церварикс, защищает от рака шейки матки, но не от образования генитальных бородавок. Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC) рекомендуют всеобщую вакцинацию мальчиков и девочек в 11 и 12 лет. Вакцинация осуществляется тремя дозами, в течение шести месяцев. Если вакцинация не проведена полностью, CDC рекомендуют повторную вакцинацию

для женщин в 26 лет и мужчин в 21 год. При желании мужчины могут пройти вакцинацию в 26 лет. Однако, эти вакцины наиболее эффективны, если вакцинация проходит до начала половой жизни. Эти вакцины доступны всего 10 лет, но исследования уже показали уменьшение встречаемости генитальных бородавок. Также реже стали встречаться аномалии шейки матки, указывающие на папилломавирусную инфекцию. Исследователи уже работают над новыми вакцинами, которые будут защищать и от других штаммов ВПЧ.



НЕКОТОРЫЕ ФАКТЫ

Сегодня распространенность папиллома вирусной инфекции генитального тракта внушает большие опасения – она уверенно выходит на первое место среди прочих вирусов и инфекций. Ввиду такой высокой распространенности вируса растет и урон, наносимый им здоровью в масштабах населения всей планеты.



Рак шейки матки – следствие инфекции онкогенными типами ВПЧ – второй по частоте в структуре онкологических заболеваний у молодых женщин и в России и в глобальном масштабе. Ежедневно от рака шейки матки в России умирает 17 женщин, причем более чем в 70% случаев рак шейки матки вызывается 16 и 18 типами вируса. Эти же типы преобладают при онкологической патологии вульвы, влагалища, анальной области, полового члена и ротовой полости.

Генитальные кондиломы, как правило, обусловленные 6 или 11 типами ВПЧ, являются одной из самых частых причин обращения молодых людей в венерологические и гинекологические клиники. Хотя генитальные кондиломы и не злокачественны, они вызывают значительный физический дискомфорт и требуют многочисленных визитов к врачу для диагностики и лечения.

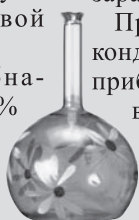


Невероятно важно

Вирус папилломы человека – вторая (после генитального герпеса) по распространенности вирусная инфекция женской половой сферы.

Папиллома-вирусы обнаруживают примерно у 70% женщин.

Различные проявления ВПЧ-инфекции встречаются примерно у 50% инфицированных лиц.



цированных лиц.

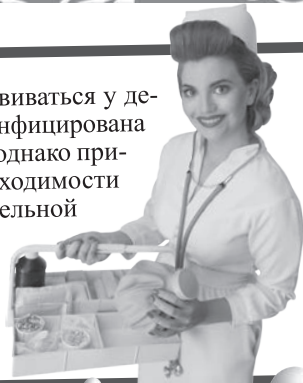
ВПЧ передается половым и бытовым путями при контакте с кожей и слизистыми оболочками зараженного человека.

При наличии остроконечных кондилом вероятность заражения приближается к 100%. Использование презерватива не всегда предотвращает заражение, но уменьшает вероятность проявления инфекции при заражении.

Глубокий вздох

Папилломатоз дыхательных путей может развиваться у детей, рожденных через родовые пути, если мать инфицирована 6 или 11 типами ВПЧ. Это заболевание редкое, однако приводит к повреждению голосовых связок, непроходимости дыхательных путей и является причиной значительной детской заболеваемости и смертности.

Кондиломы у беременных из-за снижения иммунитета склонны размножаться, расти и разрыхляться. Таким образом, они могут весьма затруднять процесс родов.



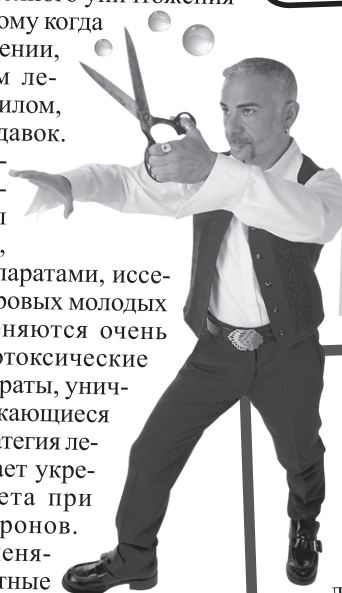
Банально, но существенно

Сложно предотвратить папилломавирусную инфекцию, приводящую к образованию обыкновенных бородавок. Если у вас есть обыкновенные бородавки, вы можете предотвратить распространение инфекции и образование новых бородавок, если не будете ковырять бородавку и грызть ногти.



Лечится ли вирус?

Сам вирус имеет такую странную особенность – он порой может взять и сам собой исчезнуть из организма, а вот лечению не поддается, то есть невозможно добиться полного уничтожения в организме. Поэтому когда мы говорим о лечении, то подразумеваем лечение самих кондилом, папиллом и бородавок. Для этого применяются хирургические методы (удаление лазером, химическими препаратами, иссечение и пр.). У здоровых молодых пациентов применяются очень сильные т.н. цитотоксические препараты – препараты, уничтожающие размножающиеся клетки. Третья стратегия лечения подразумевает укрепление иммунитета при помощи интерферонов. И, наконец, применяющиеся общие и местные противовирусные препараты.



Анекдот

- Доктор, что это такое на рентгенограмме?
- Это? Это мы после диплома с ребятами снялись. Группой на память.

Очень важно:

Бородавки часто исчезают без лечения. Но даже если ваши бородавки исчезли или были удалены, у вас все еще может быть папиллома вирусная инфекция, и вы можете передать вирус другим людям.

Что значит дисплазия?

Более чем 99 % случаев рак шейки матки или дисплазия шейки матки вызваны ВПЧ!

Это тяжелое заболевание, с трудом поддающееся лечению, являющееся одним из наиболее часто встречающихся опухолей женских половых органов. Различают 3 степени дисплазии. При 1-ой степени возможно наблюдение за участком дисплазии, при 2-ой и 3-ей степени участок дисплазии удаляют хирургическим путем.

Наиболее часто рак шейки матки обнаруживают в возрасте 48-55 лет, но рак может развиваться и у молодых (особенно курящих) девушек. Обязательная профилактика - единственная возможность защитить себя. Лечение рака шейки матки может проводить только онколог.

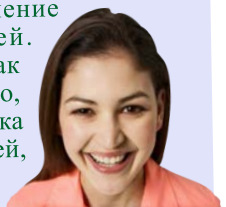


Сыпь у новорожденных – явление частое, и имен у нее много... Иногда лечение занимает долгие месяцы. Но в большинстве своем младенческая сыпь исчезает в течение нескольких недель при должном уходе. Итак, расскажем о ней подробнее.

Детские прыщи могут появляться в первые дни после рождения и исчезать в течение нескольких дней.

Их наличие никак не указывает на то, будут ли у ребенка проблемы с кожей, когда он подрастет. Маленькие белые прыщики на лице новорожденного называются милии. Образуются из-за закупорки сальных желез. Иногда распространяются на десны и ротовую полость, но ничего страшного в этом нет. Милии проходят сами через несколько дней. Кремы следует наносить менее часто и в меньшем количестве, следует перейти на использование лосьона с низким содержанием масла или использовать кремы только при низкой температуре, нежно втирая их в кожу.

Похоже на прыщи...



Шелушение

В первые дни жизни новорожденного Вы можете заметить, что его кожа слегка шелушится – особенно на пальчиках рук, подошвах ног и лодыжках. Это совершенно нормально, особенно, если ребенок появился на свет позднее положенного срока. Шелушение пройдет спустя несколько дней. Просто не забывайте применять увлажняющие средства, чтобы кожа малыша оставалась мягкой.



На заметку

Детская кожа богата жирами (липидами), которые являются растворителями множества веществ, потенциально способных кожу повреждать. Как следствие, упомянутые вещества, в большинстве случаев совершенно не опасны для мамы и папы (биосистема стирального порошка, аммиак мочи, ферменты кала и т. д.), проникают в кожу, растворяясь в липидах, и вызывают воспалительные процессы.

Странные пятна

В первые два дня жизни на коже ребенка могут появиться красные пятна, иногда даже с небольшим нагноением. Скорее всего – это эритема, явление пусть и некрасивое, но тоже совершенно безопасное. Эритема у младенцев будет появляться и пропадать, но рано или поздно исчезнет совсем. Если в помещении холодно, то у некоторых детей появляется холодовая реакция в виде пятен кружевной формы на конечностях и теле. Крошечные красные пятна, которые появляются на теле новорожденного в первые часы его жизни, называются петехии. Это маленькие кровоизлияния, которые малыш получил при родах.



Себорея

Среди всех вещей, возникновение которых Вы предусмо-

трите при подготовке к появлению ребенка, Вы, вероятно, не предполагали, что кожу его головы могут покрывать потехожие на перхоть хлопья. Но на голове и бровях Вашего малыша действительно могут появиться чешуйчатые пятна. Это называется «себорея» или «себорейный дерматит», который весьма распространен среди маленьких детей. Он обычно начинается в первые недели жизни и

проходит медленно, в течение следующих нескольких недель или месяцев. В большинстве случаев себорейный дерматит проявляется в возрасте между 8 и 12 месяцами. Хотя это может быть заманчиво, но ни в коем случае не пытайтесь снять эти частички ногтями! Единственный способ безопасно избавиться от проявлений себореи – сначала смягчить пораженные участки кожи головы, массируя их увлажняющим средством, например маслом. Затем возьмите щеточку с мелкими зубчиками и очистите голову малыша, воспользуйтесь мягким очищающим средством, которое не щиплет глаза.

Важно

Оптимальные параметры воздуха в помещении, где находится здоровый доношенный ребенок первого года жизни, – температура около 20°C и относительная влажность воздуха 50-70%.

Надо знать

Детская кожа богата жирами (липидами), которые являются растворителями множества веществ, потенциально способных кожу повреждать. Как следствие, упомянутые веще-



ства, в большинстве случаев совершенно не опасны для мамы и папы (биосистема стирального порошка, аммиак мочи, ферменты кала и т. д.), проникают в кожу, растворяясь в липидах, и вызывают воспалительные процессы.

ПОЛИ КИДС

РЫБИЙ ЖИР детский

ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ КАПСУЛЫ
со вкусом апельсина и малины

без запаха рыбы



www.aklenfarm.ru

Перед применением проконсультируйтесь со специалистом, уточните возможные противопоказания

БАД - НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

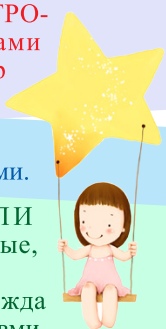
НАСТОЯЩИЕ ДРУЗЬЯ

ПРИБОРЫ КОНТРОЛЯ над параметрами воздуха - термометр и гигрометр.

РАДИАТОРЫ отопления с регуляторами.

УВЛАЖНИТЕЛИ ВОЗДУХА - паровые, ультразвуковые.

Качественная одежда - по размеру, не травмирующая кожу, из натуральных материалов, покрашенная безопасными красителями, постиранная специальными детскими порошками.



ОТСУТСТВИЕ ОДЕЖДЫ - да-да, именно так! Даже самая лучшая одежда - всего лишь способ адаптации человека к жизни в нечеловеческих (физиологически неестественных) условиях. Контакт кожи с воздухом (хотя бы эпизодический) - полезно и необходимо, это не только решение многих проблем, но и профилактика их возникновения.



ВЛАЖНЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ САЛФЕТКИ - самый безопасный способ очистки кожи от грязи и какашек (данный пункт особенно актуален с учетом не самой качественной воды, текущей из водопроводного крана).



ФИЛЬТРЫ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ВОДЫ - без комментариев.

СРЕДСТВА ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ РЕБЕНКА - увлажняющие, подсушивающие, способствующие восстановлению поврежденных участков, защищающие от ветра или механических повреждений.

На заметку

Сыпь может быть проявлением более чем ста различных заболеваний. Вам совершенно не обязательно разбираться в этом множестве состояний. Однако некоторые из них могут быть действительно опасны. Поэтому при появлении любой сыпи следует вовремя обращаться к педиатру.

Сыпь

Если малышу жарко (будь то слишком натопленное помещение, или слишком теплая одежда), то у него будет потничка. Выглядит она как красная сыпь на теле и доставляет ребенку много неудобств. Чтобы избавить малыша от беспокойства, нужно просто его искупать и сменить одежду на более свободную. И конечно же проконсультируйтесь со специалистом по поводу профилактических средств.



Мокрые подгузники

Еще один источник проблем с кожей. Из-за них появляются опрелости. Они опасней большинства описанных выше случаев, потому что их последствием могут быть инфекции и длительные раздражения. Следите, чтобы кожа ребенка все время оставалась сухой. По той же причине надо следить за лицом малыша и тщательно его вытирать после еды или срыгивания, чтобы не допустить опрелостей. Важно правильно подобрать подгузник (в том числе и по размеру), своевременно его менять и конечно же специальный крем по уходу просто необходим.



Анекдот

Урок химии.
Учитель:

- Какие вещества не растворяются в воде?

Света, не задумываясь:
- Рыбы!



atopic

УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ КОЖИ
И САМОЧУВСТВИЕ МАЛЫША



- Полноценный уход за кожей при атопическом дерматите
- Самые необходимые средства
- Доказанная эффективность и безопасность¹
- Для детей с грудного возраста

¹ Оценка и репутация основаны на истинном косметическом средстве «Атопик» крем для детской кожи, «Атопик» крем для ежедневного ухода, «Атопик» крем успокаивающий.
Национально-исследовательский клинический институт педиатрии (НИИП) имени Н.П. Баранова, Москва, Россия. Центр коррекции развития детей раннего возраста, Москва, 2015.
Кафедра дерматологии Кубанского государственного медицинского университета, Краснодар, Россия. Детские отделения (ГОЗ МОЗ).

Не являются лекарственными средствами

www.atopicbaby.ru

Первые летние дни. Наконец-то! Дождались! Наступает время активного отдыха, палаток и походов... Не будь у лета своих маленьких недостатков, оно радовало бы нас своей прелестью непрестанно. Но никуда не денешься! Сегодня мы расскажем о том, как грамотно бороться с активными насекомыми, растениями и другими неожиданными проявлениями среды!

У вас тату?

Жалоб на раздражения и аллергические кожные реакции на временную татуировку хной, особенно так называемой черной хной, довольно много. Дело в том, что черная хна — это смесь обычной хны с пара-фенилен-диамином, который способен вызывать аллергическую реакцию. Вообще хну добывают из растений, поэтому натуральный ее цвет коричневый или красновато-коричневый, а для получения других оттенков или усиления стойкости и насыщенности цвета в нее добавляются другие красители.

Во избежание радикальных мер, каждый грамотный специалист назначит антигистаминную мазь в комплексе с энтеросорбентами, которые выведут токсины из организма.



Анекдот

Пять лет назад, когда я поступила в медицинский, все родственники радовались тому, что у них будет свой доктор, который будет их лечить. А я закончила универ и стала психиатром!

Москитные сетки?

Москиты не только раздражают своим жужжанием, расчесы после их укусов становятся «воротами» для инфекции. К тому же эти насекомые переносят множество заболеваний, включая лихорадку. Поэтому для защиты используйте различные репелленты (включая предварительную обработку одежды). Для жителей частных владений рекомендуется убрать со двора все емкости со стоячей водой, где москиты могут откладывать яйца.



Злые растения

При контакте с кожей сок этих растений способен спровоцировать сыпь. Все начинается с покраснения, отека и зуда. Через несколько часов или дней в этом месте появляются волдыри, которые остаются на коже до 2-3 недель. Зуд можно уменьшить с помощью лекарственных препаратов, в более серьезных случаях поможет гидрокортизон или дексаметазон, а при наличии инфекции на пораженном участке — антибиотики.



Аккуратно клещи

Если вам нравится гулять за городом, остерегайтесь клещей — они могут присосаться, пока вы ходите по травке. В большинстве случаев укусы клещей безвредны, но эти насекомые могут быть и переносчиками болезней, таких как болезнь Лайма и пятнистая лихорадка. Поэтому, находясь на природе, полностью прикрывайте тело одеждой, пользуйтесь репеллентами, а удаляя клеща, убедитесь, что он извлечен полностью. От зуда помогают безрецептурные препараты, но если появляются признаки инфицирования кожи, или пятна начинают увеличиваться в размере, необходимо обратиться за медицинской помощью.



Опасные шлепанцы

Шлепанцы практически не защищают ноги от ядовитых растений, порезов и укусов. Шлепанцы — удобная обувь, но она практически не защищает ноги от сбитых пальцев, порезов, колотых ранок и ударов о твердые предметы. Еще одна опасность: укусы насекомых и змей. Как правило, от змеиных укусов страдают взрослые и дети, которые ходили в шлепанцах или сандалиях на босу ногу.

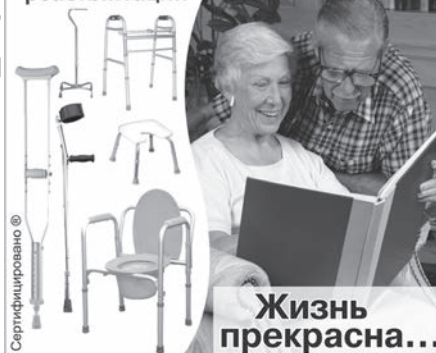
Неожиданные пчелы

Чем дольше не удалять пчелиное жало, тем больше яда попадает в кровь. Чаще всего дело обходится небольшим отеком и зудом в месте укуса. Однако встречаются и более серьезные реакции — крапивница, отек слизистой рта и гортани, затрудненное дыхание. Если у вас развивается серьезная анафилактическая реакция, необходимо как можно быстрее удалить жало и прилечь. Если возможно, сделать инъекцию адреналина и незамедлительно обратиться за медицинской помощью. Как правило,

бывает достаточно просто вытащить жало, очистить место укуса, приложить лед и принять антигистаминное средство, чтобы уменьшить зуд.

ergoforce®

Средства технической реабилитации



Жизнь прекрасна...

В ПРОДАЖЕ ШИРОЧАЙШИЙ АССОРТИМЕНТ ИЗДЕЛИЙ, КОТОРЫЕ:

- ✓ восстанавливают двигательную активность после травм и операций
- ✓ помогут в быту человеку с ограниченными физическими возможностями
- ✓ изготовлены из легких металлических сплавов

Солнечные недуги

Откуда катаракта?

Это результат воздействия избытка солнечных лучей на глаза, а именно — на хрусталик. Такое заболевание не сопровождается болью, но вызывает проблемы со зрением. Поэтому не забывайте, что от солнца следует оберегать и глаза: носите солнцезащитные очки.

Актинический хейлит

Это воспалительное заболевание губ, возникающее вследствие УФ-облучения. Обычно появляется на нижней губе и характеризуется постоянной сухостью, шелушением и растрескиванием губ. Также могут отмечаться симптомы в виде отека губ, размытия границы между линией губ и кожей.

Специалисты рекомендуют витаминотерапию. Назначают витамины группы В, А, Е, Р, С. Иногда их сочетают с противомалярийными препаратами гормонами коры надпочечников в небольших дозировках. Хороший эффект дают гормональные мази.

Потница

Чтобы не было потницы, необходимо избегать перегрева, а кожа должна быть сухой. Потница возникает в результате закупорки выходных протоков потовых желез. Ее симптомы — розовая сыпь на тех участках тела, которые были прикрыты одеждой. Наиболее часто потница встречается у детей, но при жаркой влажной погоде от нее могут страдать и взрослые. Чтобы облегчить состояние, можно наложить на пораженный участок холодный травяной компресс на основе ромашки, череды или лаврового листа. Если дело касается детей, необходимо проконсультироваться у врача относительно применения мазей содержащих цинк и гидрокортизон.

Однозначно всем поможет тальк!



Закружилась голова...холодный пот?

Это может быть спровоцировано либо перегревом, либо нехваткой кислорода в душном помещении. Меры первой помощи: сесть, наклонившись, низко опустить голову для улучшения кровотока и поступления кислорода к мозгу, расстегнуть воротник, ослабить пояс, ремень. Если нет под рукой нашатырного спирта, можно воспользоваться одеколоном, поднести к носу, а затем растереть виски. И не забудьте опрыскать лицо водой (желательно термальной).

Анекдот

- Доктор, у меня с памятью плохо.
- Давайте в долг, тренируйте память!

КИШЕЧНАЯ ИНФЕКЦИЯ!

Лето — время кишечных инфекций. Первые признаки: озноб, тошнота, многократная рвота, боли в животе. Если заболевание протекает не очень тяжело, то можно вылечиться и в домашних условиях. Самое главное — промыть желудок. На литр кипяченой воды комнатной температуры — чайная ложка соды без верха. Всего понадобится около пяти литров воды, но за один прием взрослому можно выпивать не более литра. После промывания желудка — водно-чайная пауза. Хорошо подходит травяной несладкий чай, минеральная вода без газа. Чтобы снять интоксикацию, медики рекомендуют специальные препараты. Прием пищи следует начинать с сухариков. Затем перейдите на рисовую или геркулесовую каши на воде.

Можно поддержать пищеварение ферментами, которые принимают до еды. После промывания желудка и восполнения организмом солей и жидкости при соответствующей диете пищевая токсикоинфекция проходит за 1-2 суток. Если самочувствие не улучшилось, нужно обязательно обратиться к врачу.

Наша справка:

Вышеперечисленное — это летняя скорая помощь, которая поможет побороть недуг самым оперативным образом!

1. Антигистаминное средство, успокаивающие гели и мази.
 2. Бинт, вата, бактерицидный лейкопластырь, дезинфицирующие средства, ранозаживляющее.
 3. Средства от диареи, от изжоги, абсорбенты.
 4. Успокоительные и релаксирующие средства.
 5. Репеленты.
- Кроме того, в аптечке не будет лишним термометр, маленькие ножницы и дозировочная ложка.

Анекдот

- Ну как, сходил к врачу?
- Сходил.
- Он тебя послушал?
- Послушал.
- Ну, и что сказал?
- Сказал, что у меня фальцет!

Интересно

Серьезную опасность в летний период вызывают и перепады атмосферного давления. Из-за этого возникает острая нехватка кислорода в организме, что выражается в недостатке «воздуха», сонливости и слабости. Такие симптомы в последнее время все чаще наблюдаются не только у пожилых людей, но и среди молодежи. Заниматься самолечением в данном случае не стоит: необходимо срочно показаться врачу, так как это говорит о сбоях в работе сердечно-сосудистой системы.

Прищипа времени

Невинные, на первый взгляд, кондиционеры считаются главной причиной многих летних недугов. Помимо простуды, они могут стать своеобразным распылителем бактерий и грибов, которые в свою очередь приводят к пневмонии и даже менингиту. Старайся избегать резких перепадов температур в помещении. Используйте кондиционер с особой осторожностью. Помните, что оптимальная температура охлажденного воздуха в помещении не должна опускаться ниже 22 градусов. Ни в коем случае не направляй поток холодного воздуха на себя. Не опускай влажность ниже тридцати пяти процентов и не забывай вовремя очищать кондиционер от загрязнения. Только благодаря глубокой очистке ты сможешь защитить себя от бактерий и грибов.

Анекдот

Сегодня мне предстоит удалить зуб, но я ужасно боюсь, даже успокоительные принял... И зачем только я пошёл в стоматолога?



СиЭс МЕДИКА

VibraPulsar

ВИБРОМАССАЖЕР CS Medica VibraPulsar CS-v1

Массажер с электронным управлением и
4 видами сменных массажных насадок

**Ваш
домашний
массажист!**

Бесплатная горячая линия
по России: 8-800-555-00-80

www.csmedica.ru
f B O /csmedica

ГАРАНТИЯ **18** МЕСЯЦЕВ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ И ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Жидкая соль - инновационный продукт по уходу за кожей разработанный компанией Уралмедпром, производится из кристаллической природной морской соли Верхнекамского месторождения.

Уникальность жидкой соли заключается не только в природном минеральном составе, но в простоте и универсальности ее применения (оздоровительные ванны, маска для волос, тоник для лица.). Жидкая йодобромная соль предназначена как для приготовления оздоровительных ванн, так и для создания эффективных косметических ванночек для рук и ног, а также для укрепления ногтей.

Бишофит – бальнеологическое средство. Стимулирует обменные процессы, благоприятно влияет на кожные покровы тела, применяют как для оздоровительных ванн, так и для приготовления компрессов.

Попробуйте наши новые продукты и будьте здоровы!



www.dr-aqua.ru

Единый контактный центр: 8-804-333-27-82, по России звонок бесплатный

FOSTA®

health & sport support

**В ПРОДАЖЕ ШИРОКИЙ
АССОРТИМЕНТ ИЗДЕЛИЙ
ПОЯСА**

И КОРСЕТЫ «FOSTA» ЭТО:

- уменьшение болевого синдрома,
- надежная фиксация поясницы,
- восстановление после травм, исправление осанки,
- снижение нагрузок на позвоночник,
- вентиляция кожи при ношении.

Сертифицировано ®



**НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА
ОТ БОЛИ В СПИНЕ**

Биобактон-К

*Лиофилизат
для приёма внутрь*

*Рекомендован в качестве источника
пробиотических микроорганизмов для
улучшения состава и биологической
активности защитной микрофлоры
кишечника человека.*

- Продукт естественного происхождения
- Не содержит консервантов, стабилизаторов, лактозу
- Восполняет дефицит лактобактерий в организме
- Не вызывает аллергических и побочных реакций
- Является дополнительным источником витамина С
- Хорошо растворим и приятен на вкус



www.biobakton.ru



Производитель: ООО «К-Принт», г. Ставрополь, ул. Огородная 2 В.
тел. +7 928 3076244, www.biobakton.ru

Свидетельство о государственной регистрации № RU.77.99.88.003.E.006349.05.15
от 14.05.2015 г.

Биобактон-К ® необходимо хранить в холодильнике при температуре не выше + 8 °С.

ПРОДУКТ НАТУРАЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ
НЕ СОДЕРЖИТ ЛАКТОЗУ, ГМО, КОНСЕРВАНТОВ,
КРАСИТЕЛЕЙ И УЛУЧШИТЕЛЕЙ ВКУСА

Живые!

Противопоказания к применению: индивидуальная непереносимость компонентов.
Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

**Спрашивайте
«Биобактон-К» в аптеках**

БАД. Не является лекарственным средством.

Свои рецепты!

Главный редактор: Ерошенко А.В.
Верстка и дизайн: Чурилов Д.В.

Адрес редакции: 355035,
г. Ставрополь, пр. Кулакова, 8 «Г»
Контакты: 8 (9624) 417-930;
e-mail: k_26@mail.ru
Учредитель и издатель:
ООО «Медчест-плюс»
Адрес издателя: 355000,
г. Ставрополь, ул. Ленина, 74.

Свидетельство о регистрации СМИ выдано Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия (Управление по Южному Федеральному Округу). ПИ № ФС 10-6587 от 20 апреля 2007 г. Газета отпечатана в типографии ООО «К-Принт», г. Ставрополь, ул. Огородная, 2В. Распространение свободное. Редакция не несет ответственность за содержание рекламы. Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес письма, фото и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу всех исключительных прав на использование в любой форме и любым способом. Материалы, помеченные данным знаком ®, печатаются на правах рекламы.

Тираж 40000
Дата выхода в свет
24.05.2016 в 13:30
Подписано в печать
17.05.2016 в 13:30,
по графику в 16:00
Заказ № 209