



Happy START
www.happy-club.ru

ПОДГУЗНИКИ HAPPY



Товар сертифицирован ®

Средства гигиены для различных видов недержания

На правах рекламы **seni CARE**

ООО «Белла-Дон» (863) 203-74-74; Ростов-на-Дону, ул. 50-летия Ростсельмаша, 1/52



ТЕМА НОМЕРА: **В декабре зима стелет холсты, а мороз наводит мосты.**

№ 43, 24 НОЯБРЯ 2010 г.

ТИРАЖ 40000

Свои рецепты!

Ваш медицинский консультант



белла

Будьте с любимыми!

Товар сертифицирован ®

ООО «Белла-Дон»
Ростов-на-Дону, т. (863) 203-74-74
ул. 50-летия Ростсельмаша 1/52

ТЗМО

Dr Dias®

Здоровье в квадрате!



www.DrDias.ru

Сертифицировано ®

Безмолочные каши для детского питания

Экономный расход - выгодная покупка!

Беби Ситтер, 200 г.
Средняя стоимость 1 порции = 7 рублей. Всего 20 порций

7 руб **20 порций**

Другая каша, 200 г.
Средняя стоимость 1 порции = 10 рублей. Всего 8 порций

10 руб **8 порций**

На правах рекламы
Товар сертифицирован
Перед началом кормления проконсультируйтесь у педиатра





Fleur Alpine чай детский травяной **ORGANIC**

Альпийский вечер

с 4 месяцев

Способствует улучшению сна, оказывает успокаивающий действие

www.fleuralpine.ru

14 ноября Всемирный день борьбы с диабетом!

Многие уверены, что к ним эта проблема не имеет отношения...

Давайте переберем в памяти всех наших знакомых, коллег и дальних родственников, готовы спорить – среди них есть диабетики! Так или иначе, мы все в группе риска, стоит лишь изменить режим питания или перестать вести активный образ жизни...

Сегодня мы будем проводить «ликбез», расскажем о малоизвестных фактах и последних достижениях в данной области. Диабет нельзя вылечить, но его можно и нужно предупреждать!

ДОСТАТОЧНОЕ СОДЕРЖАНИЕ МАГНИЯ В ПИЩЕ СНИЖАЕТ РИСК ДИАБЕТА. МАГНИЙ – ЭТО ЦЕЛЬНОЗЕРНО ВЫЕ ПРОДУКТЫ. ОН ВХОДИТ В СОСТАВ РЯДА ФЕРМЕНТОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В ПЕРЕРАБОТКЕ ГЛЮКОЗЫ, И НЕОБХОДИМ ДЛЯ ИХ НОРМАЛЬНОЙ РАБОТЫ.



Итак, знаете ли Вы уровень своего сахара?

*Глюкометр (прибор для измерения сахара в крови) – это такая же необходимая и естественная вещь в домашней аптечке, как термометр!

Roche Информационный центр: 8-800-200-88-99
(бесплатный для всех регионов России)
Телефон для звонков по Москве: (495) 258-27-89
Адрес в Интернете: www.accu-chek.ru

АККУ-ЧЕК® Перформа нано

Элегантный дизайн
Светящийся дисплей
Быстрое заполнение тест полоски
Маркировка результатов до и после еды
Безболезненное тестирование

*Маркировка результатов до и после приема пищи за 7, 14, 30 и 90 дней. Напоминание об измерении после еды.
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Жить свободно и уверенно.

Статистика неумолима:

По данным ВОЗ, диабет занимает четвертое место среди причин преждевременной смерти и согласно прогнозам в следующие 10 лет количество смертей от диабета и его осложнений возрастет более чем на 50%, если не будут приняты неотложные меры.

Займитесь танцами

Почему? Танцы - это отличный способ получить прилив адреналина, он нам тоже необходим.

Можно танцевать дома, можно развлекать танцами детей, можно пойти заниматься в группу. Это отличная нагрузка, которая сопровождается эмоциями.



Анекдот

- Доктор, мне кажется, что у вас в чернильнице Кока-Кола. Можно я выпью?

- Да, пожалуйста, пейте. В карточке я все равно вам пишу: «В армию - годен!»

Специальные витамины

При сахарном диабете нарушается обмен веществ. Поэтому потребность в некоторых витаминах и микроэлементах возрастает. Кроме того, многим пациентам врачи рекомендуют низкокалорийную диету. Уменьшение веса способствует улучшению самочувствия при сахарном диабете. А ограничение количества пищи неизбежно приводит к нехватке витаминов.

Это учитывают некоторые производители поливитаминных препаратов и выпускают специальные комплексы. Они так и называются "Витамины для больных диабетом".





СИМПТОМЫ

- Нарушение зрения
- Постоянная неутолимая жажда
- Сухость во рту
- Похудание
- Усиленное выделение мочи
- Зуд кожи и слизистых оболочек
- Общая мышечная слабость
- Воспалительные поражения кожи, трудно поддающиеся лечению

● Основные ■ Второстепенные

ПРОФИЛАКТИКА

ЗДОРОВАЯ ПИЩА

Овощи и фрукты.

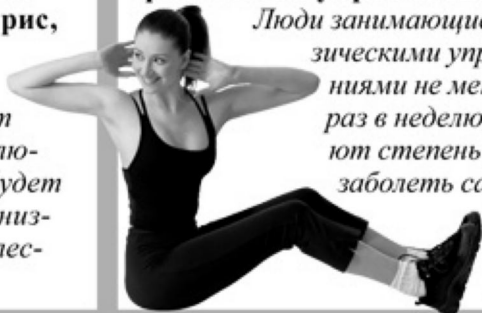
Хлеб (из муки грубого помола), макаронные изделия, рис, овес, ячмень, гречка. Не употреблять сахар и соль.



Такой рацион замедлит поступление глюкозы в кровь, будет поддерживать низкий уровень холестерина.

ФИЗИЧЕСКИЕ НАГРУЗКИ

30 минут в день ежедневных физических упражнений.



Люди занимающиеся физическими упражнениями не менее пяти раз в неделю, снижают степень риска заболеть сахарным диабетом на 50%.

ОРТОСИЛА

В ПРОДАЖЕ ШИРОЧАЙШИЙ АССОРТИМЕНТ ИЗДЕЛИЙ, КОТОРЫЕ:

- ✓ избавляют от стресса и снимают напряжение
- ✓ формируют правильную осанку
- ✓ способствуют улучшению кровообращения

адреса аптек
ООО "Медчеста-плюс":

- № 1. пр. Карла Маркса, 63. Тел.: 26-67-92;
- № 2. ул. Мира, 284/1. Тел.: 36-16-28;
- № 3. ул. Тухачевского, 12а. Тел.: 72-17-80;
- № 4. ул. Тухачевского, 17а. Тел.: 55-15-96, 55-04-96;
- № 7. пр. Кулакова, 29. Тел. 38-12-99, 38-65-43;
- № 10. ул. Ленина, 125. Тел. 29-71-43, 29-71-42.

**Приходите,
мы Вас ждем!**



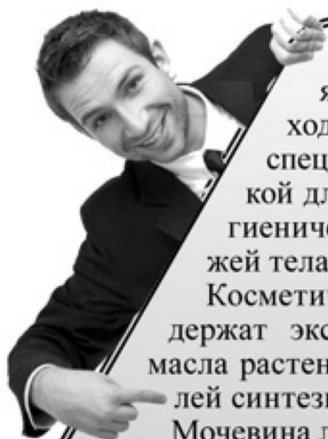
Массажные
и гимнастические
изделия

Анекдот

- А компот варят только из фруктов или из овощей тоже?
- Компот из овощей - это борщ!



Знаете ли ВЫ, что:



При заболевании диабетом необходимо пользоваться специальной косметикой для ежедневного гигиенического ухода за кожей тела и стоп.

Косметические средства содержат экстракты и эфирные масла растений с процентной долей синтезированной мочевины. Мочевина легко проникает в глубокие слои эпидермиса, при этом не только удерживает влагу, но и служит проводником других активных веществ.

Существуют напитки с низким ГИ - система медленно перевариваемых углеводов оптимизирующих гликемический ответ.



Нежное прикосновение

ООО "белла-Дон" Ростов-на-Дону,
ул. 50-летия Ростсельмаша, 1/52,
тел. (863) 203-74-74

На правах рекламы

Товар сертифицирован ®

Изобретен специальный пластырь для диагностики диабетической стопы.

Продолжение на стр. 4

Продолжение. Начало на стр. 2-3

Разделите объем талии на объем бедер. Если полученная цифра больше 0,95 (для мужчин) и 0,85 (для женщин) – вы в группе риска.



Идя навстречу пациентам с сахарным диабетом 2-го типа разработаны диабетический комплекс для похудения. Комплекс питания состоит из продуктов с низким гликемическим индексом, с оптимальным содержанием пищевых волокон. Ежедневные рационы содержат от 3,6 до 4,5 ХЕ (хлебных единиц).

Скажем ДИАБЕТУ - НЕТ вместе!

АПТЕЧНАЯ СЕТЬ МЕДЧЕСТА-ПЛЮС
 ПО ДОБРОЙ ТРАДИЦИИ ПРИНЯЛА УЧАСТИЕ ВО ВСЕМИРНОМ ДНЕ БОРЬБЫ С ДИАБЕТОМ. ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ БЫЛО УДЕЛЕНО ОСЛОЖНЕНИЯМ САХАРНОГО ДИАБЕТА, ЗАТРАГИВАЮЩИМ СЕРДЦЕ, ГЛАЗА, ПОЧКИ И СТУПНИ.



В период «Недели здоровья» в аптеках сети за считанные минуты можно было пройти экспресс-диагностирование, получить консультацию и побеседовать со специалистами, тем более что в акции приняли участие эндокринологи, диетологи и диabetологи городских поликлиник!

Добровольцы могли узнать свой ИМТ – «индекс массы тела». Вычислить его несложно и самостоятельно: нужно вес в килограммах разделить на квадрат роста в метрах. Идеальный показатель – от 18,5 до 24,99.

Комментирует заместитель руководителя по развитию розничной сети Коваленко И.К.:

Мы хотим сформировать настороженность населения по факторам риска развития заболевания на фоне повышения «культуры личного здоровья». Невероятно, но многие люди с диагнозом «ДИАБЕТ» не подозревают о том широком ассортименте, который имеется в современных аптеках. Это относится, прежде всего, к диабетическому и диетическую питанию (сиропы, кисели, сладости, каши, крупы). - вкусно, полезно, правильно, а главное сбалансировано!

В период проведения акции были снижены торговые надбавки, организованы благотворительные и просветительские мероприятия, активную помощь в которых оказали компании – производители товаров для диабетиков.

Диабет - серьезное заболевание, но с ним очень даже возможна полноценная и комфортная жизнь!

Профилактика - лучшее лечение: беспокойтесь о состоянии своего здоровья, проходите плановые обследования, призывайте к этому своих родных и близких!

«ТИРЕО-ВИТ»

надежный щит для щитовидной железы!

на основе лапчатки белой, единственного растения, нормализующего работу щитовидной железы.

Подробнее см. на тиреовит.рф



Рекомендуется использовать в качестве профилактики при различных заболеваниях щитовидной железы, таких как:

- гипотиреоз (гипофункция),
- гипертиреоз (гиперфункция, тиреотоксикоз, болезнь Базедова-Грейвса, ДТЗ),
- аутоиммунный тиреоидит (тиреоидит Хашимото, ХАИТ),
- эутиреоидный зоб (диффузный, узловой/ многоузловой),
- гиперплазия щитовидной желез.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ
МЕДЧЕСТА-ПЛЮС

Производитель: ООО «Парафарм», г. Пенза, ул. Калинина, 116а, тел.: (8412) 69-97-04; www.secret-dolgolet.ru.

БАД, не является лекарственным средством. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом, имеются противопоказания. ТУ 9197-045-41395157-10



Доказано:

УПОТРЕБЛЕНИЕ БОЛЬШОГО КОЛИЧЕСТВА «ГАЗИРОВКИ» ДО БЕРЕМЕННОСТИ УВЕЛИЧИВАЕТ РИСК ДИАБЕТА



Диабет является наиболее распространённым осложнением беременности, подвергая мать и ребёнка опасности ожирения, нарушения терпимости глюкозы. Диетологи доказали, что употребление более пяти порций подслащённой газировки за неделю до предполагаемой беременности значительно повышает риск развития диабета у дам «в положении».

Получение высоких доз сахара с газировкой само по себе приводит к дисфункции бета-клеток поджелудочной железы, производящих инсулин.



«Приглашение на Елку»

с 8 ноября по 25 декабря

Собирайте купоны и обменивайте их на подарки!!!

Праздник состоится
25 декабря 2010
в аптеке по адресу
ул. Тухачевского, 12 а/
72-17-80, 72-32-84

Libero

ВАЖНО:

Инсулинозависимые малыши стойко переносят болезненные уколы. Они настоящие бойцы. Но так хотелось бы избавить детей от ежедневных многоразовых инъекций. В этом могла бы помочь инсулиновая помпа. Медицинский прибор применяется для введения индивидуальной дозы лекарства и даёт возможность жить нормальной жизнью и избежать осложнений.

Цифровой тест на овуляцию:

Clearblue помогает Вам увеличить шансы на естественное зачатие. Точно определяет 2 дня, наиболее подходящих для зачатия.



clearblue

**Цифровой тест на беременность:**

- ▶ без необходимости сбора мочи.
- ▶ результат всего за 3 минуты, отображается на цифровом дисплее.
- ▶ возможно тестирование до 4 дней до начала цикла.

Сертифицировано

Перед применением ознакомиться с инструкцией

Happy



Нежное прикосновение детства!



ВИТАМИН E



шелк и хлопок



Влажные салфетки bella baby Happy - оптимальное средство по уходу за нежной кожей малыша. Они деликатно увлажняют и эффективно очищают кожу ребенка, предохраняя от пересушивания. Все салфетки pH-нейтральны. Удобная упаковка с клапаном позволяет пользоваться салфетками в любой ситуации.



Мифы о простуде



Простуда - штука загадочная: часто возникает буквально на пустом месте. Именно поэтому о ней сочинено столько небылиц, в которые мы свято верим.

Простуду вызывает холод

Наоборот, доказано, что если при первых признаках насморка подвергнуть себя шоковой терапии холодом (например, принять холодный душ, а потом активно растереться), то болезнь исчезнет, не начавшись.

Простуда и спорт несовместимы

Упражняясь в меру, вы поможете организму выздороветь и укрепить иммунитет. Наиболее полезна получасовая ходьба или бег трусцой на свежем воздухе.

Можно заразиться при поцелуе

Это не так! Промежуточной инстанцией при заражении чаще всего оказываются руки. Так что не давайте ручку для поцелуя чихающему поклоннику.

Лучшее средство от простуды - алкоголь?

Спиртное замедляет реакции организма, ослабляет его способность бороться с агрессорами, не говоря уже о том, что плохо влияет на печень.



ПРИРОДА ПОДАРИЛА НАМ ПРИРОДНЫЙ ЭНТЕРОСОРБЕНТ ПЕКТИН - ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ!



ПЕКТО - растворимый в воде порошок содержащий высокоочищенный ПЕКТИН имеющий выраженное сорбционно-детоксикационно-бактерицидное действие!

Установлены факты полезных свойств ПЕКТИНА:

- шигеллы, сальмонеллы, возбудители холеры и условно-патогенная микрофлора погибают в среде содержащей ПЕКТИН;
- восстановления микрофлоры в период приема лекарственных препаратов (антибиотиков);
- в отличие от антибиотиков, не имеет разрушительного действия на нормальную микрофлору кишечника.

ПЕКТИН используется как оздоровительное и профилактическое средство в санаторно-профилактических учреждениях и детских организационных коллективах. Получаемые результаты объективно подтверждают высокую эффективность подобных мероприятий для оздоровления и профилактики взрослых и детей при дисбактериозе, вирусных



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: 8 (8662)96-71-99; 96-68-21

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ !

профилактика и лечение ОРВИ и ГРИППА

Натуркоксинум

БЫСТРО снимет симптомы простуды и гриппа

www.naturcoksinum.ru

Перед применением проконсультируйтесь со специалистом, уточните противопоказания, ознакомьтесь с инструкцией

ЛСР-007708/06, 2009-10-01

ЛОВИСЬ, РЫБКА...

Лучший зимний витамин - **рыбий жир**, богатый полиненасыщенными жирными кислотами. Они нормализуют обменные процессы и являются лучшей профилактикой атеросклероза и снижения иммунитета.



Свидетельство о гос. Регистрации №77.99.11.3У.8675.9.09

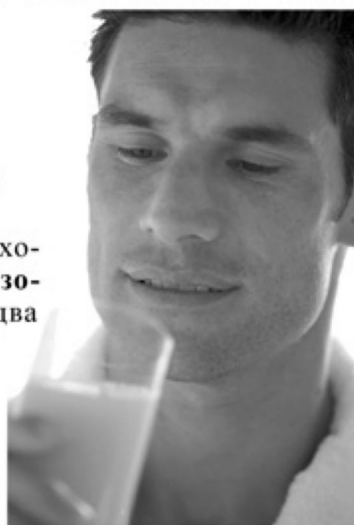
БАД. Не является лекарственным средством. ®

Овощные соки вылечат от кашля!

Как только на улице холодает, мы начинаем бороться с инфекциями и переохлаждением.

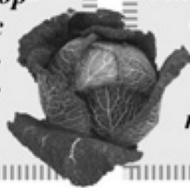
Сразу же пичкать себя таблетками не хочется, поэтому многие стараются пользоваться народными средствами. Вот два простых рецепта от кашля на основе овощных соков.

Конечно, они не смогут справиться с запущенным бронхитом, но если вам удалось застать простуду в самом начале, эти средства очень эффективны.



ОВОЩНЫЕ РЕЦЕПТЫ

- Принимайте по 1-2 ст. ложки сока моркови, смешанного с медом в соотношении 1:1, три раза в день.



- Пейте свежий сок капусты. Он обладает антисептическими свойствами и быстро лечит больное горло. Если вам не нравится капустный сок, можно подсластить его сахаром или медом.

НОВОЕ СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ

Кожура миндаля обладает высокой противовирусной активностью и стимулирует иммунитет. В частности, исследователи утверждают, что компоненты коричневой миндальной шелухи стимулируют белые кровяные тельца, которые отвечают за обнаружение и подавление вирусных агентов, попавших в организм человека.

По мнению медиков, регулярное употребление (80-100г в день) можно считать хорошей профилактикой вирусных заболеваний, а также средством, помогающим при болезни.



НА ЗАМЕТКУ:

Травы из аптеки

Замечательно, если у вас есть возможность собирать травы самостоятельно, и вы знаете, как правильно это делать. Однако для большинства горожан привычной, да и, наверное, правильной отправиться за травяными сборами в аптеку.

Почему? Например, чтобы собрать ромашку, нужно не только отыскать нужный вид, но и суметь по расположению лепестков определить, когда в сердцевине цветка накопилось максимальное количество эфирного масла.

Важно и то, что в домашних условиях проверить травы на наличие вредных примесей невозможно.



Анекдот

Ребёнок после посещения зоопарка написал в сочинении о том, как провёл выходные: «Видел оленя. У него наша вешалка на голове!»

КОМФОРТ

Поясничные корсеты

- ✓ забота о позвоночнике
- ✓ защита спины
- ✓ профилактика остеохондроза
- ✓ снятие болевого синдрома

проверенный оздоровительный эффект
оптимальное соотношение цена/качество



адреса аптек ООО "Медчеста-плюс":

№ 1. пр. Карла Маркса, 63. Тел.: 26-67-92;
№ 2. ул. Мира, 284/1. Тел.: 36-16-28;
№ 3. ул. Тухачевского, 12а. Тел.: 72-17-80;

№ 4. ул. Тухачевского, 17а. Тел.: 55-15-96, 55-04-96;
№ 7. пр. Кулакова, 29. Тел. 38-12-99, 38-65-43;
№ 10. ул. Ленина, 125. Тел. 29-71-43, 29-71-42.



Сертифицировано



**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

Приходите, мы Вас ждем!

адреса аптек ООО "Медчеста-плюс":

- № 1. пр. Карла Маркса, 63. Тел.: 26-67-92;
- № 2. ул. Мира, 284/1. Тел.: 36-16-28;
- № 3. ул. Тухачевского, 12а. Тел.: 72-17-80.

- № 4. ул. Тухачевского, 17а. Тел.: 55-15-96, 55-04-96;
- № 7. пр. Кулакова, 29. Тел. 38-12-99, 38-65-43;
- № 10. ул. Ленина, 125. Тел. 29-71-43, 29-71-42.

Жизнь прекрасна...



Средство технической реабилитации



Найди свой цвет

ВЫБЕРИ



PERFECTA

**супертонкие
прокладки для
критических дней**



ООО "белла-Дон" Ростов-на-Дону,
ул. 50-летия Ростсельмаша, 1/52, тел. (863) 203-74-74

На правах рекламы Товар сертифицирован

БУДЬ В КУРСЕ СВОЕГО ДАВЛЕНИЯ!

Всегда ли хорошие вещи стоят дорого?
Нет, с уверенностью говорит



И выпускает тонометры «на все случаи жизни»!
Гарантия результата и соответствие его
позиционируемой точности!
Сервисный центр в г.Ставрополе!



Автоматический тонометр на запястье.

LD8

850 руб.

Компактный и легкий в управлении.
С увеличенной манжетой (для любой

Автоматический электронный тонометр на плечо с адаптером электросети в комплекте (экономия около 280руб.).
Большой экран и кнопки – удобен для пожилых людей!

LD3A



888 руб.



Электронный тонометр

LD2

600 руб.

Полуавтоматический тонометр. Очень экономичная модель.

Плохое самочувствие зависит от высокого или низкого давления, поэтому только с помощью тономера можно принять решения о мерах воздействия!

Тонометр в каждой семье – это нормально и естественно!
littledoctor.ru

Купить тонометр можно в каждом районе города!
Адрес ближайшей аптеки узнайте по телефонам:

ООО ОПТИМЕД: 57-41-00
ООО МЕДЧЕСТА-ПЛЮС: 56-41-09

Перед применением ознакомьтесь с инструкцией

Сертифицировано

Сертифицировано

АНАТОМИЧЕСКИЕ ПОДУШКИ



- ✓ комфортное положение головы и шеи во время сна
- ✓ профилактика заболеваний шейного отдела
- ✓ здоровый и крепкий сон

Приходите, мы Вас ждем!

адреса аптек ООО "Медчеста-плюс":

- № 1. пр. Карла Маркса, 63. Тел.: 26-67-92;
- № 2. ул. Мира, 284/1. Тел.: 36-16-28;
- № 3. ул. Тухачевского, 12а. Тел.: 72-17-80;
- № 4. ул. Тухачевского, 17а. Тел.: 55-15-96, 55-04-96;
- № 7. пр. Кулакова, 29. Тел. 38-12-99, 38-65-43;
- № 10. ул. Ленина, 125. Тел. 29-71-43, 29-71-42.



ИДЕАЛЬНЫЙ СОН

Свои рецепты!

Редактор: Ерошенко А.В.
Верстка и дизайн: Тварева А.А.

Адрес редакции: 355035, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 8 «Г».
Контакты: 94-67-72; k_26@mail.ru
Учредитель и издатель: ООО «Медчеста-плюс»

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 «Газетон», г. Ставрополь, ул. Октябрьская, 180. Распространение свободное. Редакция не несет ответственность за содержание рекламы. Редакция вправе публиковать любые просящие 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 24.11.2010 в 13:30
Подписано в печать 17.11.2010 в 13:30, по графику в 16:00
Заказ № 1955