

БЕСПЛАТНАЯ ГАЗЕТА



Детские гигиенические подгузники

ПРИБОРАЙТЕ В МАГАЗИНАХ И АПТЕКАХ ГОРОДА

СЧАСТЬЕ начинается с детства!



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



ТЕМА НОМЕРА: Солнышко с апрельской горки в лето катится!

№ 84, 24 АПРЕЛЯ 2014 г.

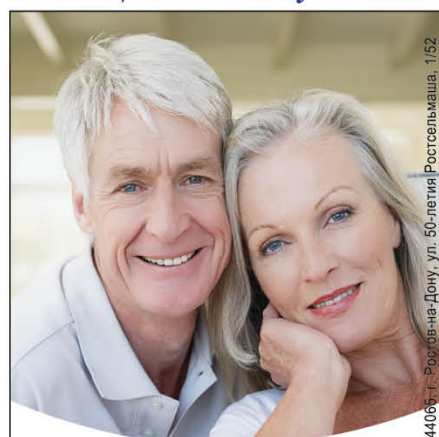
ТИРАЖ 40000

18+ Свои рецепты!

Ваш медицинский консультант

КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ

**КОКТЕЙЛЬ
ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ
10 ПОРЦИЙ**



seni man линия урологических вкладышей для мужчин

Seni Man - гарантия Вашего комфорта и уверенности в себе:

- высокая впитываемость
- анатомическая форма - созданы с учетом особенностей мужского тела
- Odour Stop - система, которая предотвращает развитие бактерий и нейтрализует запах

КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ПРОДУКЦИИ В Г. СТАВРОПОЛЕ
ПО ТЕЛЕФОНУ: **8-962-448-80-98** (звонки платные)
КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ПРОДУКЦИИ В ЮФО
ПО ТЕЛЕФОНУ: **(863) 203-74-74** (звонки платные)

Товар сертифицирован.
На правах рекламы.

www.diamirka.ru

товар сертифицирован ООО «белла-Дон» 344065 г. Ростов-на-Дону, ул. 50-летия Ростсельмаша, 1/52 на правах рекламы

*Изделия для женщин TONUS ELAST:
красивая мама - здоровый малыш!*

**Пояс
(бандаж)
«Gerda»**

Пояс (бандаж) «Gerda», универсальный при регулярной носке во время беременности:

- ⇒ уменьшает нагрузку на спину, облегчает боли в области поясницы;
- ⇒ предохраняет живот от опускания, а кожу живота от растяжек;
- ⇒ помогает зафиксировать правильное положение ребенка в животике;
- ⇒ позволяет вести активный образ жизни даже на поздних сроках беременности;

После родов или кесарева сечения поможет скорее вернуть прежнюю форму и укрепить тонус брюшных мышц.

Акушеры-гинекологи рекомендуют носить пояс большинству будущих мам, особенно при необходимости проводить длительное время на ногах.



www.tonuselast.ru

на правах рекламы TONUS ELAST Сертифицировано

«Шишки» на ногах, мозоли, вросшие ногти, подкожные бородавки или «стопа атлета» причиняют вам боль и неудобство? Почему это происходит?... О том, как распознать и лечить недуги мы с удовольствием Вам расскажем!

Мозоли и натоптыши

Это твердые огрубевшие участки кожи, которые выполняют защитную функцию, предохраняя кожный покров от повреждения. Они развиваются в местах «точечного» трения из-за слишком тесной обуви. Снизить дискомфорт поможет специальная «силиконовая ортопедия» - пластыри и подушечки для каждого участка стопы.

Анекдот

- Я хочу себе язык проколоть. В двух местах. Как это сделать, чтобы было симметрично?
- Степлером попробуй.

Подагра

Подагра – одна из форм артрита, сопровождается острой болью, покраснением, отеком и отвердением. Причина подагры – повышение уровня мочевой кислоты в крови и отложение ее солей в суставах. Приступ может длиться неделями, облегчить состояние можно с помощью противовоспалительных препаратов или медикаментов, снижающих уровень мочевой кислоты.

Знаете ли Вы полноту своей стопы?

Чтобы обувь была удобной и комфортной необходимо выбрать размер, соответствующий параметрам стопы – в том числе полноте. Приводим таблицу основных размеров:

Размер	Полнота (см)
36	22,25
37	22,75
38	23
39	23,5
40	23,75
41	24,25
42	24,5

Помните, что стопы одинаковой длины могут иметь разный объем и форму.

Если обувь подобрана не по полноте, она может не только вызывать дискомфорт, но и ухудшить кровообращение. Полноту определяют, измерив стопу по наиболее выступающим точкам носочной части. Измерения необходимо проводить вечером - в это время объем стопы больше, чем утром.

Важно:

Темно-зеленые листовые овощи, такие как капуста, шпинат, брокколи, салат, ботва свеклы – лучшие источники витамина К. Он играет важную роль в нормальном функционировании костей. Витамин К помогает процессу связывания кальция и фосфора, необходимых для прочности костной ткани.

Косметика для ног?

Кожа ног получает уход по остаточному принципу. Это не правильно - ноги испытывают ударную нагрузку, парниковый эффект, трение. Косметика просто необходима! Специальные крема увлажняют и возвращают эластичность жестким участкам, обладают противогрибковым и противовоспалительным действием, питают и освежают. Средства для ногтей удерживают влагу, регенерируют кожные покровы. Очень важен пилинг - для удаления сухой огрубевшей кожи стоп и пяток, являясь при этом стимулирующим массажем.

Анекдот

Никто не любит меня так, как мой холодильник. Когда он меня видит, он так и светится!

Изменение цвета

Синдром Рейно, который заключается в изменении цвета пальцев на холоде: сначала пальцы белеют, затем синеют, краснеют и только потом приобретают естественный оттенок.

В основе подобных изменений лежит спазм кровеносных сосудов. Феномен наблюдается не только на пальцах ног, но и на пальцах рук, на кончике носа, на губах и на мочках ушей. Следует обратиться к специалисту, который назначит препараты, расширяющие кровеносные сосуды.

КОМПРЕССИОННЫЙ ТРИКОТАЖ ERGOFORMA

- Для профилактики
- Для лечения
- Для беременных
- Для путешествий

АТЛЕТИКА Б
ортопедические товары

Изготовлено по заказу ТД «Атлетика»

Ваши ноги скажут Вам спасибо

www.atletika.ru



Европейское качество по доступным ценам • Градуированная компрессия • Доказанный лечебный эффект

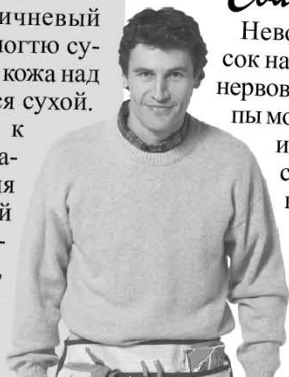
Подошвенные бородавки

Подошвенная бородавка – вирусное новообразование в виде твердого нароста на подошве. Вирус проникает в организм через потрескавшуюся кожу. **Справиться с проблемой помогут средства на основе салициловой кислоты.** В тяжелых случаях применяются более агрессивные методы – прижигание, замораживание, лазерная терапия, хирургическое удаление.



ТОЧЕЧНЫЕ УГЛУБЛЕНИЯ НА НОГТЯХ

Скорее всего – это псориаз. Кроме того, ногти утолщаются и приобретают желто-коричневый оттенок, а ближайший к ногтю сустав воспаляется, поэтому кожа над ним краснеет и становится сухой. Необходимо обратиться к специалисту, который установит причину изменения ногтей. Если причиной явился псориаз, то специалист назначит лечение, которое в большинстве случаев позволяет восстановить ногти.



Грибок

Заболевание, передающееся контактным путем. Размножаясь в теплой влажной среде, грибок проникает в микротрещины ногтя, ноготь утолщается, обесцвечивается и становится ломким. **К сожалению, самостоятельно грибковая инфекция не проходит.** На начальной стадии заболевания достаточно применения антигрибковой мази, а в более тяжелых случаях не обойтись без пероральных антигрибковых препаратов.



Волдыри

Основные причины возникновения волдырей – трение. При отсутствии сильной боли постарайтесь не прикасаться. Оболочка – это естественный защитный барьер на пути бактерий, уменьшающий риск занесения инфекции. Лучше наложить на больное место воздухопроницаемый пластырь или «дышащую» марлевую повязку. Пластырь будет впитывать жидкость, пропуская к ране воздух. Лучше всего защитить уязвленное место поможет силиконовый пластырь, и вы не будете

Стопа атлета

Эпидермофития стопы – грибковая инфекция, вызывающая шелушение, покраснение, зуд, жжение, иногда волдыри и язвы на коже стопы. Заболевание передается при прямом контакте с носителем грибка. Чаще всего заражение происходит в раздевалках спортзалов или в бассейнах. Грибок начинает интенсивно развиваться не только на коже, но и в обуви. Для лечения «стопа атлета» обычно применяется антигрибковая мазь, а в более серьезных случаях – пероральные противогрибковые препараты.

Свисание стопы

Невозможность потянуть носок на себя вследствие поражения нервов или мышц. Свисание стопы может сопровождаться болью и онемением; в некоторых случаях болевые ощущения появляются в бедре или пояснице, где произошло ущемление нерва. Необходимо квалифицированная помощь профессионала.

Вросший ноготь

Способен причинить сильную боль, которая может сопровождаться покраснением отеком и даже инфицированием пораженного участка. Причина – неправильно подстриженный ноготь или слишком тесная обувь. **Маленький секрет – для облегчения состояния бывает достаточно распарить ногу и подложить маленький ватный шарик под край вросшей ногтевой пластины, чтобы он не соприкасался с кожей.** Очень важно обработать антисептическим средством.

Молоткообразная деформация

Когда мышцы, контролирующие движения пальцев, «разбалансируются», это может стать причиной молоткообразной деформации пальца – он изгибается в межфаланговом суставе. Некоторые имеют предрасположенность к этому заболеванию, другие рискуют, нося тесную обувь. Как правило, проблема решается подбором удобной обуви, использованием супинаторов, а в тяжелых случаях – хирургическим путем.



Анекдот

В зоопарке быстро идущая девушка в леопардовых леггинсах распугала стаю косуль.

ОРТОСИЛА

®

В ПРОДАЖЕ ШИРОЧАЙШИЙ АССОРТИМЕНТ ИЗДЕЛИЙ, КОТОРЫЕ:

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

Приходите,
мы Вас ждем!

Сертифицировано ®

Массажные
и гимнастические
изделия



Информация предоставляется исключительно в справочных целях. Не занимайтесь самолечением. При первых признаках заболевания обратитесь к врачу.

* Имеются противопоказания к применению и использованию, перед применением необходимо ознакомиться с инструкцией по медицинскому применению и получить консультацию специалиста.

Чем кормить ребенка? Какие витамины и микроэлементы и почему нужны вашему чаду? Как они правильно усваиваются. Почему теряются их полезные свойства? Ответы на эти вопросы и не только читайте в нашей статье.

А Витамин А необходим для глаз, в частности, для ночного и цветового зрения. Он также требуется иммунной системе ребенка для более эффективной борьбы с инфекцией. Включите в рацион больше моркови и других оранжевых овощей и фруктов, а также обогащенное молоко.

Однако осторожно: Избыток витамина С, так любимый мамами может привести к:

- раздражению мочевых путей;
- кожному зуду и сыпи;
- головокружению и тошноте.

При приеме витамина С в сочетании с аспирином возможно развитие язвы!

ХОЛИН Не является типичным витамином, но так же необходим организму. Он поддерживает мембраны клеток, а также требуется нервной системе для быстрой передачи импульсов по нервной ткани. Холин не образуется в организме, поэтому он должен поступать извне с такими продуктами, как рыба, яйца, говядина, курица и брокколи.

МАГНИЙ Это один из важных строительных материалов, он необходим для образования энергии. Достаточное количество этого микроэлемента в детстве обеспечит ребенку здоровое сердце в будущем. Магнием богаты отруби, бурый рис, орехи.

В (группа витаминов). Включают тиамин, рибофлавин, никотиновую кислоту, фолиевую кислоту, пантотеновую кислоту, В6, В12, биотин. Они нужны ребенку для образования энергии. При недостатке этих витаминов у детей может развиваться анемия. Особенно богаты ими цельное зерно, мясо, рыба, птица, зелень и молочные продукты.

ЖЕЛЕЗО Входит в состав красных кровяных телец, которые переносят кислород клеткам. Готовьте ребенку нежирную пищу, бобовые, зелень, цельное зерно.

КАЛИЙ Необходим для поддержания кровяного давления, работы сердца и мышц, что особенно важно для подвижного детского организма. Содержится в бананах, белой фасоли, нежирном йогурте, картофеле, молоке.

КАЛЬЦИЙ Необходим детям для развития здоровых костей и зубов. Дефицит кальция в детстве может вызвать болезни костей в будущем. Богаты им зеленые листовые овощи, сельдерей, капуста, миндаль.

ЦИНК Поможет ребенку меньше болеть, так как этот микроэлемент необходим иммунной системе для борьбы с вирусами и другими болезнетворными микроорганизмами. Содержится в бобовых, курице и обогащенных зерновых завтраках.

ШПИНАТ + ЛИМОН = ГЕМОГЛОБИН



В шпинате много необходимого для синтеза гемоглобина железа. Активизировать процесс помогает аскорбиновая кислота, так что приправьте шпинат небольшой порцией лимонного сока. Главное теперь уговорить малыша попробовать блюдо.

На заметку:

В связи с различием механизма всасывания в желудочно-кишечном тракте человека витамины разделяют на **водо-** и **жирорастворимые**. К жирорастворимым относятся четыре витамина, обозначаемых латинскими буквами **А, D, Е и К**. Остальные входят в группу водорастворимых.

В организм человека витамины поступают преимущественно с пищей или же синтезируются бактериями, обитающими в кишечнике. Именно поэтому существуют незыблемые правила сочетания продуктов.

Анекдот

Утром, одевая сына, задала ему загадку:
 - Кто рано встает, детям спать не даёт?
 Думала, что он ответит "солнышко"...
 Однако, сын произнес: - Мама!

Млечный путь 2в1
 ДЛЯ КОРМЯЩЕЙ МАМЫ
 СРЕДСТВО ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЛАКТАЦИИ

www.vitaprom.com
ВИТАПРОМ

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА

Разработано совместно с ГУ НИИ Питания РАМН. Эффективность и безопасность доказана в клинических исследованиях.



- Количество грудного молока увеличивается в 1,5-2 раза.
- Эффект наступает на 2-3 день приема.
- Продлевается срок вскармливания грудью.
- Дополнительное питание и витамины для кормящей мамы.

Юнона

- Является дополнительным источником белка, пищевых волокон, витаминов, минералов и таурина.
- Обеспечивает правильное развитие мозга у младенца, способствует умственному развитию ребенка.



Почему морковь с маслом?

Обычно мы заботимся лишь о том, чтобы продукты в блюде сочетались между собой по вкусу. Важно, чтобы продукты,

которые вы едите, образовывали идеальную пару! В таком дуэте пищевые компоненты дополняют друг друга, помогая усваиваться большому количеству витаминов и полезных веществ и предотвращая множество болезней.

ПОМИДОРЫ + ОЛИВКОВОЕ МАСЛО = ЗДОРОВЫЕ СОСУДЫ

Томаты полезны для здоровья сосудов и кожи. Ликопин в его составе оптимально усваивается с жирами.

Анекдот

Моему сыну 1 год, в магазине игрушек больше всех понравился стоящий в самом дальнем углу ярко-красный огнетушитель!!!

Интересно:

Некоторые витамины находятся в состоянии достаточно сложной взаимосвязи. Например, Е стабилизирует витамин А. Тетрагидрофолиевая кислота образуется только в помощью витамина С, который в свою очередь требует приема железа. Бета-каротин усваивается только при одновременном приеме жиров.

Важно:

Недостаток витаминов по причине нарушения их всасывания наблюдается при многих заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При этих патологических процессах изменяется секреция пищеварительных желез, кислотность, активность ферментов, проницаемость мембран клеток желудочно-кишечного тракта, что и приводит к ухудшению усваивания витаминов.

Детский иммунитет не просто поддерживать на высоком уровне. Профессионально разработанные витамины - это надежные «помощники» заботливых мам и пап. Включение их в ежедневный рацион помогает восполнить недостаток полезных компонентов, необходимых росту здоровых детей.

МЯСО + РОЗМАРИН = ЗАЩИТА ОТ ТОКСИНОВ

Количество канцерогенов после термической обработки снижается на 30%. Тмин, кориандр, имбирь и куркума также значительно уменьшают их образование.

ЗЕЛЕННЫЕ ОВОЩИ + ЙОГУРТ = ЗДОРОВЫЙ КИШЕЧНИК

Вместо майонеза полезнее использовать для «заправки» йогурт. Клетчатка и бактерии лучше приживаются, улучшают микрофлору и уже сами помогают организму получать максимум витаминов и минералов из овощей. Йогурт лучше готовить самостоятельно на «аптечных» заквасках.

Снижение абсорбции может быть связано

С присутствием в пище большого количества природных сорбентов - пищевых волокон, фитиновых соединений. А так же с разбалансированным рационом по белкам, жирам и углеводам. Недостаток в пище жиров (менее 10% от общей калорийности) приводит к плохому усвоению жирорастворимых витаминов, даже в том случае, если их принимать дополнительно.

Содержание может меняться:

- при кипячении и термической обработке;
- после длительного хранения (после 3 дней хранения продуктов в холодильнике теряется 30% витамина С);
- на свету витамины разрушаются (витамин В2 очень активно), витамин А подвержен воздействию ультрафиолетовых лучей.

С ежедневное употребление витамина С помогает избежать простуды, а также ускоряет заживление царапин. Ребенку достаточно съесть свежий апельсин в день.

Для здоровых костей и зубов ребенок ежедневно нуждается в витамине D. Он способствует усвоению кальция и построению костной ткани. Он вырабатывается в коже при получении загара. Но не злоупотребляйте, и добавляйте в рацион рыбу, яйца и зерновые.

Для беременных

Безопасно и надежно

Беременность - одно из самых удивительных состояний женщины. С первых дней будущая мама начинает ощущать перемены, происходящие в ней. Однако в этот замечательный для каждой женщины период ее организму приходится очень нелегко. Растущий плод сдавливает сосуды малого таза, что затрудняет венозный отток. К тому же у беременных размягчаются стенки вен, а к моменту родов, из-за повышения уровня эстрогенов, увеличивается кровенаполнение сосудов. Все это затрудняет работу венозной системы и у 30% беременных женщин развивается варикоз.

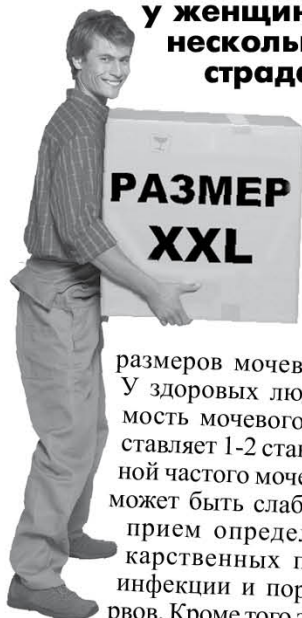


Особенно важно, что застой крови в ногах и плаценте повышает риск преждевременных родов. Во всем мире специалисты пришли к выводу, что наиболее эффективным способом профилактики и лечения является использование компрессионного трикотажа. Для достижения максимального эффекта, носить его нужно каждый день во время беременности и до 2-х месяцев после родов.

Компрессионные чулки ERGOFORMA производятся в Италии по новейшим технологиям. Они приятны на ощупь, гипоаллергенны. Они обязательно подарят будущей маме отличное настроение и самочувствие.

На правах рекламы. Сертифицировано.

Нарушение работы мочевого пузыря наблюдаются как у мужчин, так у женщин разного возраста. Хотя в некоторых группах оно встречается несколько чаще: у рожавших женщин, у пожилых людей, у мужчин, страдающих заболеваниями предстательной железы, и у людей, перенесших травму спинного мозга. Итак, что скрывает ваш мочевой пузырь?



**РАЗМЕР
XXL**

Многие люди считают, что они часто «бегают» в туалет из-за маленьких

размеров мочевого пузыря. У здоровых людей вместимость мочевого пузыря составляет 1-2 стакана. Причиной частого мочеиспускания может быть слабость мышц, прием определенных лекарственных препаратов, инфекции и поражение нервов. Кроме того это может быть признаком того, что вы поправились. Лишний жир просто давит на мочевой пузырь.



Два раза – это много?

Если вы встаете ночью в туалет больше одного раза, значит, пора обратиться к врачу. Для того чтобы разобраться в причинах ночного мочеиспускания (ноктурии) потребуется дополнительная информация: дневник мочеиспускания, количество выпиваемой жидкости, список препаратов, которые вы принимаете, и заболевания, которыми вы страдаете. Причинами noctурии могут быть: большое количество жидкости, выпитой на ночь, увеличение предстательной железы, определенные препараты и гиперактивный мочевой пузырь.

Анекдот

Разговор двух математиков.
- Сколько будет бесконечность пополам?
- Бесконечность!
- Нет. Если делить по горизонтали, то две тройки, а если по вертикали то два нуля.

Менше пить?

Уменьшение количества выпиваемой жидкости не избавит от проблем с мочевым пузырем. В норме мочевой пузырь должен вмещать достаточное количество жидкости. Однако



вы можете пить меньше кофе и других напитков, содержащих кофеин, поскольку он стимулирует мочевой пузырь. Сокращение объема жидкости может привести к ухудшению состояния.

Моча становится более концентрированной и раздражает стенку мочевого пузыря. Нормальным считается употребление около 2 литров жидкости в день – около 6-8 чашек (в жарком климате чаще). Воду лучше принимать отдельно от пищи, небольшими порциями. При ночных походах в туалет надо ограничить потребление жидкости после 6 вечера.

Анекдот

Окончив медицинский институт:
1. Я постоянно мою руки.
2. Практически нет вещей, способных лишить меня аппетита.
3. Я очень боюсь врачей, особенно однокурсников.

Нужно тренировать

Первым шагом на пути лечения гиперактивного мочевого пузыря может стать тренировка. Постарайтесь подавить позыв на мочеиспускания и дождаться определенного времени для похода в туалет. Такая тренировка в сочетании с упражнениями Кегеля позволит сократить количество проявлений гиперактивного мочевого пузыря вдвое.

Анекдот

Научно доказано, что тело, оказавшееся на весах, начинает злиться.

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 лёгких металлических сплавов

• Многие приправы содержат кислоты и, следовательно, являются раздражителями для стенок мочевого пузыря, поэтому использовать их надо осторожно. Горчица, соевый соус, уксус, острые соусы и майонез легко спровоцируют обострение симптомов. Чтобы придать пище вкус, используйте более мягкие специи или чеснок.

• Искусственные красители, консерванты, вредные добавки, такие как глутамат на-

трия, бензиловый спирт и лимонная кислота – все это является сильным раздражителем для вашего мочевого пузыря. Покупая что-либо в магазине, внимательно читайте состав продукта на упаковке. Еще один хороший способ избежать осложнений – чаще готовить дома, используя те ингредиенты, которые не наносят вреда вашему здоровью. Аккуратнее с маринованными, копчеными, консервированными продуктами!

МОГУТ СОЗДАТЬ ПРОБЛЕМЫ



Упражнения Кегеля

Направлены на укрепление мышц тазового дна, эффективны не только для женщин, но и для мужчин. Остановившаяся на несколько секунд в середине мочеиспускания, вы будете тренировать соответствующие мышцы. Также выполняйте упражнения с пустым мочевым пузырем: напрягите те же мышцы на 3-5 секунд, а затем расслабьтесь. Упражнения Кегеля можно делать в любое время в любом месте; ежедневно необходимо выполнять 3 подхода по 10 раз.



Здоровый образ жизни

Он позволяет предотвратить нарушения мочеиспускания и устранить уже имеющиеся. Регулярная физическая активность в сочетании упражнениями Кегеля позволяет справиться со стрессовым недержением мочи, которое наблюдается при кашле, смехе, чихании.

Методы

Специалист подбирает лекарство с учетом всех сопутствующих заболеваний, возраста и других факторов. В этом случае назначаются препараты из группы М-холиноблокаторов. Механизм: действующее вещество блокирует передачу нервного возбуждения на мышцы мочевого пузыря, приводит к расслаблению стенки мочевого пузыря

и увеличению его емкости.

Как правило назначается вводный месячный курс препаратов для сокращения частоты мочеиспусканий, недержания мочи и эпизодов urgencyности. Так же могут быть назначены антимиокарбиновые (антихолинергические) лекарственные средства. Не допускается пропуск в приеме! Побочные эффекты от приема данных препаратов возникают часто (сухость во рту), но они легко переносятся и легко устраняются.

Что делать?

1. Обратиться к врачу-гинекологу и сделать УЗИ органов малого таза.
2. Делать упражнения для укрепления мышц тазового дна (помимо уже перечисленных, попробуйте зажать между ног, как можно ближе к малому тазу, маленький мяч или книгу и делать очень частые шаги - семяющая походка.
3. Укрепить ослабленные мышцы тазового дна можно хирургически.



Анекдот

- Ну, как тебе новый слуховой аппарат?
- Полятого!



На заметку:

У женщин мочевыводящий канал выходит недалеко от отверстия прямой кишки. Кишечная палочка может легко попасть в мочевой. Начинается цистит. Кишечная палочка разъедает слизистую мочевого пузыря, и его стенки воспаляются. Получив сигнал о воспалении, нервные окончания посылают непрерывные сигналы в мозг - возникают постоянные позывы к мочеиспусканию. Специалист должен выписать антибиотики. Исключите всякие самостоятельные прогревания. Это бесполезно и может быть опасно. Следует отказаться от кислых продуктов, которые раздражают слизистую оболочку мочевого пузыря.

Ощущение тяжести

Цистоцеле - то выпадение мочевого пузыря во влагалище, причиной которого является ослабление мышц тазового дна. Цистоцеле встречается практически у всех женщин старше 50 лет.

Симптомы:

- ощущение инородного тела во влагалище при сидении;
- недержание;
- ощущение тяжести внизу живота;
- ощущение неполного опорожнения мочевого пузыря.



Интересно:

Мочевой пузырь - это полый орган. Стенки его состоят из мышечной ткани. По мере того, как мочевой наполняется жидкостью, стенки его растягиваются. **В наш мочевой помещается целый литр жидкости.** Когда мочи много, нервная система дает сигнал в мозг, и он «приказывает» сфинктеру раскрыться.

seni man

Урологические вкладыши для мужчин



Урологические вкладыши seni man предназначены для защиты при легкой и средней степени недержания мочи. Представлены в 4-х размерах, которые различаются по форме и уровню впитываемости. Вне зависимости от размера все вкладыши обладают следующими свойствами:

- анатомическая форма - оптимальное прилегание к телу
- незаметность и комфорт - мягкая поверхность приятна в прикосновении, не шуршит
- надежное крепление к белью
- впитывающий слой с антибактериальным суперабсорбентом - предотвращение неприятного запаха
- «дышащий» внешний слой и отсутствие элементов из латекса - снижение риска возникновения раздражения кожи

Консультации по продукции seni по телефонам:
г. Ставрополь: +7 (962) 449-95-95; ЮФО: +7 (863) 203-74-74 (звонки платные)
www.seni.ru

Биобактон-К

РЕШАЕТ ПРОБЛЕМЫ КИШЕЧНИКА!

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

поможет вашему организму

подавить развитие и вытеснить патогенные и условно-патогенные микроорганизмы
справиться с симптомами дисбактериоза
устранить болевые ощущения и чувство дискомфорта
улучшить обменные процессы
повысить иммунитет
устоять при длительной антибиотикотерапии
поддержать естественные барьерные функции
ослабить негативные проявления во время аллергической реакции организма



Спрашивайте "Биобактон-К" в аптеках г. Ставрополя

БАД, не является лекарственным средством.
Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

Фирма-изготовитель: ООО «К-Принт»
355007, г. Ставрополь, ул. Огородная, 2В,
тел: (8652) 362-884, (928) 3076244,
www.biobakton.ru, e-mail: k-print@biobakton.ru

Регистрационное удостоверение
№ RU.77.99.11.003.E.017455.12.12 от 28.12.2012 г

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,

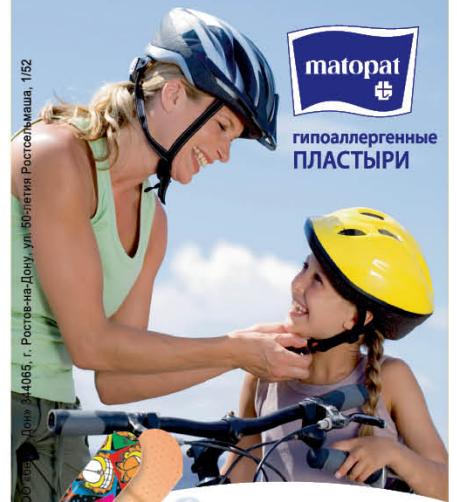
Сертифицировано ®



НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА ОТ БОЛИ В СПИНЕ



гипоаллергенные ПЛАСТЫРИ



152
Ростов-на-Дону, ул. Брлевая, 152

НА ВСЯКИЙ СЛУЧАЙ!

консультации по продукции в г.СТАВРОПОЛЕ по ТЕЛЕФОНУ:
8-962-449-95-95 (звонки платные)

консультации по продукции в ЮФО по ТЕЛЕФОНУ:
(863) 203-74-74 (звонки платные)

Женские гигиенические прокладки

bellа Лекарственные травы Herbs

УТОНЧЕННЫЙ АРОМАТ ЛИПОВОГО ЦВЕТА
Экстракт цветов липы оказывает противомикробное и смягчающее действие.

УТОНЧЕННЫЙ АРОМАТ ВЕРБЕНЫ
Экстракт вербены обладает противовоспалительным действием и благотворно влияет на женский цикл.

НОВИНКА!

Более подробную информацию можно получить в ООО «Белла-Дон»
344065, г. Ростов-на-Дону, ул. 50-летия Ростсельмаша, д.1/52, тел./факс: +7 (863) 203-74-74

КОМФОРТ®

Бандажи до- и послеродовые

- ✓ разгрузка позвоночника
- ✓ правильное положение плода

Бандажи послеоперационные

- ✓ забота о здоровье
- ✓ оптимальные условия для восстановления

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.

Детские подгузники bella baby HAPPY с экстрактом зеленого чая

Впитывающий слой содержит экстракт зеленого чая, известного своими антибактериальными свойствами, который эффективно нейтрализует неприятные запахи.

Более подробную информацию можно получить в ООО «Белла-Дон»
344065, г. Ростов-на-Дону, ул. 50-летия Ростсельмаша, д.1/52, тел./факс: +7 (863) 203-74-74

Свои рецепты!

Редактор: Ершенико А. В. 18+

Верстка и дизайн: Чурилов Д. В.

Адрес редакции: 355035, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 8 «Л»
Контакты: 94-67-72;
k.26@mail.ru
Учредитель и издатель:
ООО «Медчеста-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 24.04.2014 в 13:30
Подписано в печать 17.04.2014 в 13:30, по графику в 16:00
Заказ № 184