


Happy START
 Новые подгузники **HAPPY**
www.bella-fzmo.ru

Средства гигиены для различных видов недержания


ТЕМА НОМЕРА: ОЙ МОРОЗ, МОРОЗ...

№9, 24 ЯНВАРЯ 2008г.

ТИРАЖ 40000

Свои рецепты!



Ваш медицинский консультант

**НОВЫЙ ПРЕПАРАТ
ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ НАСМОРКА**

НОКСПРЕЙ

ОКСИМЕТАЗОЛИН + ЭФИРНЫЕ МАСЛА

сохраняет природную влажность слизистой носа

профилактирует осложнения

восстанавливает носовое дыхание



Таблетки, применяемые в сочетании с лекарством, действующим на причину заболевания и факторы риска, не являются...

Производитель: совместное украинско-чешское предприятие "Стекло Фарма", Украина, г. Винница, ул. Южная, 25.
 Тел. 050-403 02 33-48; e-mail: info@belfarco.com.ua

Содержание	
После праздников	2
Детский конкурс	4
Картофель от давления	5
Правила активной безопасности	7

Комфорт
 Деликатность
 Свежесть



AIR PERFECTA
 deo fresh

ПОСЛЕ ПРАЗДНИКОВ

В зимний период большинство людей набирает лишние килограммы. Это естественно, мы ведем малоподвижный образ жизни, питаемся более калорийной едой, больше спим.

Чтобы избежать появления лишнего килограмма, достаточно соблюдать несколько несложных правил.

Чтобы не поправляться зимой, необходимо как можно больше пить. Лучше всего – минеральную воду без газа. Жидкость играет важную роль для выведения вредных веществ из организма. Также она способствует более быстрой переработке пищи. Необходимо ежедневно выпивать 1-1,5 литра чистой питьевой воды. При этом первым стаканом нужно выпивать утром натощак, а последний – перед сном.

Также в зимний период необходимо устраивать себе разгрузочные дни. Наиболее распространенные разгрузочные дни – название которых соответствует употреблению в этот день продукта (например, кефирные, яблочные). Что касается ежедневного питания, то желательно есть часто, но маленькими порциями, для того чтобы пища лучше переваривалась. А чтобы у организма было время на отдых, постарайтесь, чтобы промежуток между приемами, вечером,

Кстати, после того, как вы избавитесь от «лишних» килограммов, совершенно необходимо возвратиться к привычному образу жизни.

приветом пищи и завтра, утренняя, был не менее 10-12 часов.

Так как зимой во фруктах и овощах очень мало витаминов, их можно получить из замороженных фруктов и овощей, которые не требуют длительной тепловой обработки.

Почему постарайтесь внести их в свой ежедневный рацион. Потому что зимой нужно заставить себя больше ходить пешком. Для того, чтобы поше

Еще одной причиной лишнего веса является гормональный дисбаланс. В зимний период организм вырабатывает меньше гормонов, отвечающих за обмен веществ. Поэтому важно следить за уровнем гормонов в крови. Для этого рекомендуется сдать анализы на гормоны щитовидной железы, надпочечников и гипофиза.

прогулки пошли на пользу вашей фигуре, необходимо выдержать три основных условия. По приблизительным подсчетам, за час зимней ходьбы тратится столько же калорий, как за два часа занятий в тренажерном зале.



МиниФЭТ



Вашей стройности секрет – это новый «МиниФЭТ»!

✓ Аппетитный zero – no sugar для диабетиков
✓ Вода быстрая не имеет калорий, ведь входит в состав организма, а часто нам трудно отличить и даже почувствовать различия. Не в кофеину и не в сахаре. Сделана для похудения по принципу эффективности, ведь в составе действие является естественным путем. Сладкий вкус является «обманкой», «обманкой» вкуса и запаха (вы можете быть уверены в своем выборе) быстрого действия.

✓ Действительно быстрое – стабильный результат

✓ Вы можете использовать для борьбы с лишним весом в организме, в общем, везде и всегда. Действие не зависит от времени приема, «обманкой» вкуса и запаха – это правда!

Горячая линия 8-800-200-66-22

38-37-39; 65-83-70

Анекдот

Книга рецептов от Дарьи Донцовой. Книга занимает 700 страниц и включает в себя много рецептов. Рецепты десертов и напитков делают до самого конца... и до последней странички невероятно вкусно, в каждой молочной десертной пельменки.

При этом выявляются все причины и симптомы, а также специфика питания и клинико-диагностические методы. Книга рассказывает, что является основной причиной развития гипотиреоза и как он связан с другими заболеваниями.

За консультацией или информацией обращайтесь к врачу-эндокринологу Ставропольской детской городской больницы имени М.Н. Бестужева-Рюмина М. Ю. Высок (консультация) гипотиреоз – заболевание щитовидной железы, которое встречается среди женщин 50% старше 60 лет, у 3% среднего возраста и у 1% мужчин, развивается в течение жизни.

Профилактика гипотиреоза заключается в своевременном выявлении заболевания, профилактике

Гипотиреоз это проблема

Гипотиреоз – самая часто встречающаяся патология среди заболеваний эндокринной железы, характеризующаяся снижением ее функции.

характерными признаками (ожесточенной кожей, сухостью, нарушением первой системы (снижение веса, инволюция, истончение волос, ломкость, нарушение менструального цикла), снижением функциональности, гипотонией, гипотермией, нарушением зрения, слабостью, отеками, инволюцией щитовидной железы, дислипидемией, остеопорозом, синдромом сухости, развитием микседематоза со стороны сердечно-сосудистой системы, инволюция в затылке при вставании).

них холестерина, мочек. Немало словено во мочке с дислипидом (дислипидемический) гипотиреоза, развивающийся уже в подростковом и молодом возрасте, увеличивает риск развития сердечно-сосудистой патологии.

Кроме того гипотиреоз является фактором риска развития атеросклероза, атерогенной болезни, анемического (иногда хронического) гемолиза, в

т.ч. риск молочной железы, рака простаты и миелодисплазии, повышенной длительности жизни человека.

При лечении гипотиреоза рекомендуется использовать лекарственные препараты, содержащие тироксин.

Методом оценки функции щитовидной железы на сегодняшний день является определение свободного тироксина в сыворотке крови (ТТ4, Т3 и др.) применением в лабораториях ДИП.

Обратиться можно в любую аптеку. Будьте здоровы в своем здоровье сегодня!

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК: 72-81-63 (РЕГИСТРАТУРА)



Нарру
BIG

ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ! БАБУШКИ И ДЕДУШКИ, МАМЫ И ПАПЫ!
Присылайте забавные фотографии своих малышей по адресу: г. Ставрополь, пр. Кутузова 8, e-mail: k_26@mail.ru - редакции «Свои решения»! Все фото будут опубликованы в нашей газете, а также, участники получат подарки - большие упаковки подгузников «Нарру»!

Вместе с «Нарру» растут только веселые малыши!!

Получите больше удовольствия от жизни своих малышей, если будете использовать фотогабибиксы во время их сна. Фотогабибиксы помогут вам увидеть улыбку ребенка в моменты, когда вы спите.



Фотогалерея



Катя Обедина



Лера Антонова



Славик Завята



Настя Толочина



Степа Смирнов



Кля Давидов



Ваня Черников



farmaprim

Тел: (375-22) 28-18-43, факс: (375-22) 28-18-46,
e-mail: farmaprim@farmaprim.ru

**ВСЕГДА С ЗАБОТОЙ
О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ**

- ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО 500 МГ
- ПАРАЦЕТАМОЛ 125 МГ, 250 МГ
- СИНОМИЦИН 250 МГ

Односторонний дистрибутор
на территории России

ФК ГРАНД КАПИТАЛ

информационный телефон: (495) 258-34-28



От повышенного давления спасет картофель

У любимого и потребляемого всеми картофеля обнаружались новые достоинства.

Благодаря британским ученым выяснилось, что картофель содержит козоминны – вещество, способствующее снижению кровяного давления. Однако любимым чашкой раздаться равно – именно в такой форме обработки картошки, козоминны сохраняются меньше всего.

Чтобы извлечь максимальную пользу, картофель нужно отваривать или готовить на пару. Новое качество картошки было обнаруже-

но случайно, во время проверки картофелины, полученной с помощью геной инженерии. До сих пор было известно, что козоминны находятся в различных китайских лечебных растениях, но никто не знал, что и картофель содержит их.

Кстати, козоминны используются также для лечения жарого распространённой в Африке так называемой «сонной болезни», которую вызывает укусы мухи це-це.



ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ ПОДАРОК

ДЛЯ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ



UA-604
электронный
полуавтоматический тонометр



UA-777AC
переносный
автоматический тонометр



UA-778AC
многофункциональный
автоматический тонометр



10 лет
ГАРАНТИЯ

За дополнительную информацию обращайтесь по бесплатному телефону горячей линии Эл. Дел. Ди-8 800 200-03-80

РАЗГОВОР С САМИМ СОБОЙ ЛЕЧИТ ОТ СТРЕССОВ

Исследование, проведенное в Калифорнийском университете, показало, что независимо, с кем человек говорит – с другом, бетонной стеной или воображаемым собеседником. И то, и другое, и третье помогает его мозгу справиться с кризисной ситуацией.

По словам ученых, выражение гнева, досады и разочарования при помощи слов ускоряет работу сектора головного мозга, который отвечает за эмоциональные реакции. Попробуя говорить, человек сокращает работу сектора, отвечающего за панику и страх, активируется область, ответственная за контроль над эмоциями. Этот процесс позволяет успокоиться и справиться с отрицательными чувствами.

В рамках эксперимента ученые подключили к сканерам головного мозга 18 женщин и 12 мужчин и возрасте от 18 до 36 лет. Добровольцам показали фотографии с лицами, отражающими различные эмоции – такие как гнев и страх, и попросили описать эти чувства.

Исследование показало, что в тот момент, когда человек использует слова «злой» и «разочарованный» по отношению к лицу, сканеры показывают снижение реакции в секторе зноидии, части мозга, отвечающей за эмоции и чувства.

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО?!

Очевидно, что недержание мочи вполне естественно для ребенка. Однако это ненормальная привычка превращается в настоящее заболевание, если ребенок переходит в определенный возраст и продолжает писаться во сне.

Медицина определяет ночное недержание мочи как заболевание у девочек старше четырех лет, которые продолжают писаться во сне. Допустимый возрастной предел для мальчиков — пять лет.

Однако исследования также показали, что приблизительно 10% всех детей описы-



ваются во сне даже и шесть лет. Иногда ночное недержание мочи продолжается вплоть до подросткового возраста — 14 лет, хотя к этому времени процент снижается до 3%. По сути же главное — докторство — не более, чем временная поддерживающая мера, они никоим образом не

могут полностью исключить энурез. Только развитая способность контролировать мочеиспускание поможет избавиться от этой досадной привычки после достижения определенного возраста.

В любой стране, квалифицированную помощь вам сможет оказать только доктор.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- Гинекологическое отделение
 - Лапароскопия
 - 1. Постановка диагноза при заболеваниях внутренних половых органов.
 - 2. Операции на придатки при внематочной беременности, кисты, кистозы.
 - 3. Операции при различных формах женского бесплодия.
 - 4. Удаление яичка.
 - 5. Стерилизация.
 - 6. Пластические операции.
 - 7. Восстановление заболваивания матки и придатка.
- Гистероскопия
- 1. Диагностическая гистероскопия (определ. полипа, эндометриоз)
 - 2. Оперативная гистероскопия.
 - 3. Оперативная ликвидация послеродовых воспалительных заболеваний.
- Вазектомия хирургия
 - Лапаротомические операции
 - 1. При внематочной и кистозной беременности.
 - 2. Миомэктомия в послеродовом возрасте с целью сохранения репродуктивной функции.

МУЗ Городская клиническая больница №4 г. Ставрополя.
Телефон для справок 74-24-15

Seni Care - спасение для воспаленной кожи

seni CARE



РДКК на основе эфирных масел и витаминов, которые в комплексе с активными компонентами, такими как: цинк, витамин С и витамин Е, способствуют заживлению, увлажнению, снятию воспаления, снятию зуда и раздражения. В основе крема — экстракт ромашки, который оказывает противовоспалительное действие. Крем подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

Полный ассортимент продукции SENI CARE (Россия) можно приобрести в аптеках и магазинах. Полный список адресов магазинов SENI CARE вы можете увидеть на официальном сайте: www.senicare.ru

Бесплатную консультацию можно получить по телефону горячей линии SeniCare: 8-800-200-800-3.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

SeniCare крем имеет 90% натуральных компонентов и не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Не содержит парабенов, фталатов, красителей, диоксида титана и других вредных веществ. Подходит для использования в течение всего дня. В аптеках и магазинах можно приобрести крем в упаковке 100 г и 50 г.

в аптеки и региональные представительства в вашем городе: в Ставрополе: 8-800-200-800-3, в г. Владикавказе: 8-800-200-800-3, в г. Пятигорске: 8-800-200-800-3, в г. Георгиевске: 8-800-200-800-3, в г. Железноводске: 8-800-200-800-3, в г. Истринском: 8-800-200-800-3, в г. Кисловодске: 8-800-200-800-3, в г. Минеральных Вод: 8-800-200-800-3, в г. Моздокском: 8-800-200-800-3, в г. Невинномысском: 8-800-200-800-3, в г. Пятигорском: 8-800-200-800-3, в г. Ставрополе: 8-800-200-800-3, в г. Терском: 8-800-200-800-3, в г. Усть-Лабинском: 8-800-200-800-3, в г. Хвалынском: 8-800-200-800-3, в г. Эльбурском: 8-800-200-800-3.

Bliss - победитель конкурса «Лучшие детские товары 2007» за производство нижнего белья для будущих и кормящих мам. Особого внимания заслуживает коллекция – «Гламур»

- для тех, кому нравится соблазнительное, романтическое кружевное белье, бандажи и бюстгалтеры, дарящие неповторимый комфорт и свободу движения.

Беременная женщина – обворожительна и желанна!

Коллекцию Bliss можно приобрести только у официального дистрибьютора компании - в аптечной сети «Медиастрел - плюс»:

- Аптека №1, пр. К. Маркса, 63. Тел.: 26-47-84, 26-47-62
- Аптека №2, ул. Мира, 284, 1. Тел.: 23-16-28, 23-68-16
- Аптека №3, ул. Тухачевского, 12а. Тел.: 72-17-80, 72-32-84
- Аптека №4, ул. Тухачевского, 17а. Тел.: 55-15-96, 55-04-96



Белье для женщин, перенесших операцию по удалению молочной железой: специальное белье (бюстгалтеры, купальницы)

Рыб. 8 (8632) 77-78-57, сот. 8-962-006-13-54

Маммография

Основным методом объективной оценки состояния молочных желез является рентгеномаммография.

Эта методика рентгенологического исследования позволяет своевременно распознать патологические изменения в молочных железах в 95-97% случаев. Именно это качество в отличие от других методов диагностики позволяет рассматривать маммографию как ведущий метод скрининга. В последнее время в литературе и особенно в средствах массовой информации появились сообщения о том, что регулярная маммография может способствовать развитию индуцированных раков молочной железы. Однако серьезные исследования, в том числе общественные, опровергли это заключение.

Ежегодное обследование молочных желез позволяет выявлять незаметный рак I стадии у 91,9% женщин.

ПРАВИЛА ИНТИМНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

В первую очередь, тут срабатывает психологический барьер: человек старается до последнего не допустить мысли о том, что может оказаться болен. Второй причиной является элементарный дефицит знаний. Вот несколько правил интимной безопасности:

- **пользуйтесь презервативами со смирнением** даны во время каждого полового сношения до тех пор, пока срок ваших взаимно моногамных отношений не достигнет трех месяцев. После это

Большинство людей предпочитают закрывать глаза на вероятность заражения венерическими заболеваниями, отправляясь к врачу лишь когда симптомы становятся очевидными.

го продолжайте использовать презервативы до тех пор, пока вы обе не сдадите анализы на предмет наличия к вирусу СПИДа. По истечении трех месяцев после заражения почти у каждого из инфицированных тест на антигена дает положительный результат. Хотя презерватив не дает полной гарантии против заражения венерическими болезнями, это на

более эффективное из доступных средств защиты от них;

- **пользуйтесь только водорастворимыми смазками.** Исolini, масло какао, маргарин, косметические кремы для тела или растительные масла для этих целей не подходят;

- **избегайте частого смирнения;**

- **откажитесь от курения,** поскольку никотин и другие вещества, содержащиеся в табачных изделиях, ослабляют защитные функции иммунную систему;

- **если за прошедший год у вас было больше одного сексуального**



партнера и во время каждого полового сношения вы не пользовались презервативом, сдайте анализ даже в том случае, если врач считает это необязательным;

- **если вас посетила Венера, не поддавайтесь панике,** отправляйтесь к врачу и начинайте лечиться.

Мудрость дня

В одежде девушки должно быть специально отведено место для бросания несерьезных взглядов.

при предоставлении купона

Скидка
10%Bliss[®]
МАМА ДЛЯ ПЛАСТЕРОВ И КОЗМЕТИКИ МАМА

Тел. для справок: 56-41-09, 94-70-97, 94-67-72

До чего дошел прогресс

Нет цвета, все меняется...
Открылись новые грани, шаг становится иным – удобным, красивым, гармоничным! Красота здоровой кожи – это то, к чему мы стремимся во всех сферах!

Прогрессивные аптечные средства предлагают вам много... для красоты, здоровья и максимальной эффективности! Это косметика, диабетическая продукция, различные пластыри, солнцезащитные, «грязеотводящие» шампуни, артрозащитная и диетологическая еда и даже, продукты себе – экологически чистые и полезные товары! Об этом равном пути было много!

А, чудная атмосфера и экологичность обмена продуктами аптеки в аптеках ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ! Безусловно, не все аптеки могут предоставить такую услугу...

Мы рады предложить эффективные и прогрессивные российские аптечные средства для старости (полноценная Лион), кондитерские, обезболивающие, детские и женские средства. Они натуральны на 70% и разработаны на основе японской стратегии, без парфюмерных отдушек, исключая тем же исключают аллергии! Можно использовать на открытой коже и в домашних условиях, исключая кроме того и антибактериальной эффект.

Высокое качество традиционно сочетается экономичностью не с чем. Это своего рода культура и обычай, ведь «чистота идет после благословения» – залог здоровья человека!



LION

АПТЕКА №1, пр. Караз Маркса, 65. Тел. 26-47-84, 26-67-92

АПТЕКА №2, ул. Мира, 284/1. Тел. 83-16-28, 83-68-16

АПТЕКА №3, ул. Тукачевского, 12а. Тел. 72-17-80, 72-32-84

АПТЕКА №7, пр. Куликова, 29. Тел. 38-32-90, 38-62-31

Продаются только в аптеках

ООО «Медчеста-плате»
эксклюзивный дистрибутор
этой марки на
старейшем рынке!

© ООО «Медчеста-плате»

Подарки, которые
не вьезают...

Когда вам особенно сложно выбрать подарок для близких или вы сомневаетесь во вкусовых предпочтениях даримого – это прекрасный выбор, сегментов. Разрешите нам на весь ассортиментный перечень.

Телефон информационной службы 56-41-09.
E-mail: medchesta@medchesta.ru, www.medchesta.ru



Сам рецепт

Редактор: Ерошенко А.В.
Верстка и дизайн: Герасов В.П.
Адрес редакции:
250025, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 3-г.

Содержание и структура ООО «Медчеста» (Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере интеллектуальных прав и смежных областях) (Управление по Северо-Кавказскому Федеральному округу), ИНН 59-40-104881 от 25 апреля 2007 г. Газета зарегистрирована в газетном издании №4 «Вестник», Лицензия №22. Распространение свободное. Подписчик не несет ответственности за содержание рекламы. Указанная информация является достоверной в связи с тем, что получена, фото и аудиовизуальные материалы, фото материалы являются копией из архива на периодике или информационными приложении к любой форме и любым источникам. Информация, содержащаяся в данном издании, является не правом рекламы.

Контакты: 56-70-97, 94-67-72, ЦМФ@ncl.ru. Учредитель и издатель: ООО «Медчеста-плате»