

курьер-советник

Энциклопедия

ЗДОРОВЬЯ

16+

№ 2 (47)
28 февраля 2017

Нет пота,
нет запаха / 5

Чашечка
за здоровье / 7

Не оставляйте
сердце без
внимания / 10

#нетпрыщей / 13

ВЕСЕННИЙ

КАЛЕЙДОСКОП

ЗДОРОВЬЯ

СЕКРЕТЫ УПРАВЛЕНИЯ ВОЗРАСТОМ

Вам больше 40 лет и вам не все равно, как вы будете выглядеть и чувствовать себя во второй половине жизни?

Вы хотите оставаться энергичным, здоровым, веселым и привлекательным человеком?

Вы хотите знать и понимать, как сохранить здоровье и молодость?

Вы не хотите познакомиться с такими возрастными болезнями, как инфаркт, инсульт, диабет, рак, болезни суставов, болезнь Альцгеймера?

Тогда мы открыли школу «Без возраста» именно для вас. Мы хотим, чтобы вокруг было больше здоровых, красивых и счастливых людей. Мы знаем, как этого добиться, и научим вас.

В нашей школе вы узнаете:

- как обнаружить у себя первые признаки старения, узнаете, на что в своем здоровье важно обращать внимание;

- как планировать профилактические обследования – вы поймете, что важно знать про свое здоровье, чтобы сохранить его. Вы познакомитесь с уникальными диагностическими методиками, которые вам не предложат в поликлинике, – это и генетические исследования, оценка микробиоты, оценка индивидуальной пищевой непереносимости и много другое;

- как питаться правильно и просто.

Вы познакомитесь со всеми современными научно обоснованными методиками сохранения молодости и продления здоровой жизни.

Помните – все серьезные возрастные заболевания начинаются задолго до их проявления, и чем раньше вы научитесь ими управлять, тем здоровее вы будете.

Следите за расписанием ближайших семинаров и записывайтесь у администраторов клиники заранее. Количество мест ограничено. Будем рады встрече с вами в нашей школе «Без возраста», где вы получите самые важные для вашего будущего знания!



www.artmediaclinic.ru
СПб, Гончарная ул., д. 29, тел. (812) 717-14-28,
моб. 8 (921) 188-67-63,
<http://vk.com/artmediaclinic>.

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР XXI ВЕК
МЕДИЦИНА КАЖДОГО ДНЯ!

17 лет - 17 клиник!

Новые отделения:

- **КОМЕНДАНТСКИЙ ПР., 51, К. 1**
- **БОГАТЫРСКИЙ ПР., 49, К. 1**
- **ПР. МАРШАКА, 4**

работаем ежедневно с 8:00 до 22:00



ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

ВРАЧИ

ДИАГНОСТИКА

АНАЛИЗЫ

ВЫЗОВ НА ДОМ

Поч. №178-01-009435

38-002-38 прием звонков круглосуточно www.mc21.ru

в возможных противопоказаниях проконсультируйтесь со специалистом

Вся «аптека» — внутри человека

И это может доказать «Активационная терапия», которую в Санкт-Петербурге проводят только в научно-практическом **Институте перспективной медицины (ИПМ)**.

«Активационная терапия» вызывает защитную реакцию **иммунной системы**. Происходит синтез и образование веществ, необходимых именно вашему организму.

И тогда любая аллергия может уйти без приема антигистаминных препаратов, инфекция — без антибиотиков, а вашему сердцу не понадобятся таблетки из калия и магния. Даже гемоглобин поднимется за счет «железа», выработанного «аптекой» самого организма.

Такую терапию полезно проводить взрослым и детям 2-3 раза в год, чтобы забыть про ОРЗ и ОРВИ. А для тех, кто имеет «букет» болезней, она просто незаменима!

Вопросы, ответы, демонстрация метода «обратная волна» и тест-диагностика для желающих. Вход свободный.
Предварительно звонить!

8-921-31-82-822, 8 (812) 296-08-45

www.ip-med.ru

в возможных противопоказаниях проконсультируйтесь со специалистом.

РОЛЬ ОСТЕОПАТИИ В БОРЬБЕ С ВАРИКОЗОМ

Варикозная болезнь вен – проблема достаточно распространенная. Суть ее заключается в неравномерном расширении просвета вен, неприятность – в ощущении усталости и тяжести ног, а опасность – в формировании тромбов в местах этих расширений.

ПОЧЕМУ ЭТА ПРОБЛЕМА ВОЗНИКАЕТ?

Стенка вен тоньше и в ней нет мышечного слоя, как у артерий, поэтому она не в состоянии «проталкивать» кровь сама и более чувствительна к внешнему воздействию (давлению) со стороны окружающих тканей, а это значит, что любые мышечные напряжения на пути следования вены будут затруднять отток по ней. Кроме того, движение крови по венам от ног идет снизу вверх, что сложнее, так как на своем пути венозной крови приходится преодолевать силу тяжести.

Для осуществления венозного возврата в организме существует несколько механизмов:

- в первую очередь это «присасывающее» действие диафрагмы – оно значительно уменьшается при заболеваниях легких, органов брюшной полости, ожирении;
- здоровое сердце;
- хорошее функционирование сводов стоп, икроножных мышц и мышц тазового дна.

Основными факторами риска в развитии варикозной болезни вен являются:

- наследственная предрасположенность;
- сидячий образ жизни.

КАК ЖЕ СПРАВИТЬСЯ С ЭТОЙ БОЛЕЗНЬЮ?

В арсенале современной медицины есть несколько вариантов решения проблемы:

- **Компрессионный трикотаж** – создает внешнюю компрессию уже расширенных вен, препятствуя таким образом дальнейшему их расширению; создает градиент давления путем уменьшения силы компрессии в направлении от низлежащих отделов ноги к выше расположенным.

- **Лекарственные препараты:** венотонизирующие средства – улучшают тонус стенок вен; дезагреганты – уменьшают вероятность тромбообразования в варикозно-измененных венах.

- **Оперативное лечение и склерозирование вен:** устраняют вену из кровообращения (путем удаления в первом случае или «склеивания» просвета вены – во втором), предотвращая таким образом развитие трофических изменений в окружающей вену подкожной клетчатке и тромбообразование в измененной вене.

За гранью лечебного воздействия остались ВСЕ механические факторы, имеющие немаловажное значение как в развитии варикозной болезни вен, так и в ее устранении:

- неравномерное напряжение мышц по ходу вен, создающее препятствие оттоку крови;

- напряжение и ригидность мышц тазового дна (особенно актуально для людей, проводящих большую часть дня сидя, и для рожавших женщин), в результате чего выпадает еще один механизм «откачивания» венозной крови от низлежащих отделов;

- недостаточная мышечная активность диафрагмы;
- дисфункции костей таза;
- дисфункции суставов стоп.

Более того, если эти факторы не были предварительно скорректированы, симптомы варикозной болезни вен склонны возвращаться снова и снова после проведенного курса лекарственного, а зачастую и оперативного лечения.

Эффективно справиться с биомеханическими нарушениями, лежащими в основе развития варикозной болезни вен нижних конечностей, позволяет **ОСТЕОПАТИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ.**

Благодаря мягким и бережным остеопатическим техникам врач-osteopat производит коррекцию данных дисфункций, лежащих в основе нарушения оттока венозной крови от нижних конечностей.

В результате **ОСТЕОПАТИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ** у пациентов:

- значительно улучшается общее самочувствие;
- на смену постоянной тяжести в ногах приходит долгожданная легкость;
- уходят боли в ногах и судороги, обусловленные венозным застоем;
- значительно улучшается внешний вид кожи ног – уменьшается отечность, варикозные изменения становятся менее выраженными;
- уменьшается потребность в приеме венотонизирующих лекарственных средств.

Наиболее эффективно применение остеопатического лечения на ранних стадиях развития варикозной болезни вен, когда еще не сформировались варикозные «узлы», при «рассыпном» типе расширения вен, а также в послеоперационном периоде для предотвращения рецидивов болезни.

Единственным противопоказанием для остеопатического лечения является острый тромбофлебит.

*Врач общей практики, остеопат,
член Единого национального регистра остеопатов*
Любовь Васильевна Шалюга

Грамотно проконсультировать вас по вопросам, касающимся вашего здоровья, и оказать высококвалифицированную помощь в лечении варикозной болезни будут рады врачи-osteopatы оздоровительного центра PORTANT LA SANTE. Все специалисты нашего центра получили образование в Европейской школе остеопатии (Великобритания) и являются действительными членами Единого национального регистра остеопатов. Большинство из них до прихода в остеопатию имели обширную клиническую практику и личный опыт во врачебной деятельности.

**PORTANT LA SANTE,
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР, 11-Я ЛИНИЯ В. О., Д. 4,
тел.: (812) 323-92-39, (905) 224-11-22**



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Торговый Дом «МЕДТЕХНИКА ЕВРОПЫ»

Товары для здоровья, красоты, долголетия.
Ортопедические товары, средства реабилитации.
Изделия медицинского назначения.
Предметы и средства по уходу за больными.

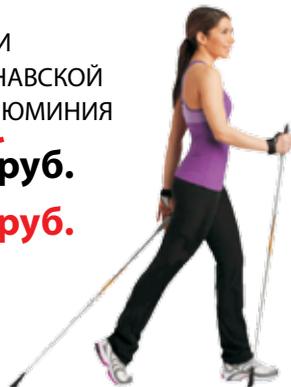
Главное богатство человека – его здоровье. Помочь преодолеть болезни, восстановиться после них, пройти реабилитацию и лечение в домашних условиях, улучшить качество жизни, не прибегая к помощи врачей, клиник, лекарств, – наша задача!

В магазинах Торгового Дома «Медтехника Европы» представлено более 3500 наименований продукции медицинского назначения от ведущих отечественных и зарубежных производителей. Медицинская техника и медицинское оборудование нашего Торгового Дома отпускается со всеми необходимыми документами, сертификатами и гарантийными обязательствами.

ВНИМАНИЕ! АКЦИЯ с 1 марта по 15 апреля!*

ПАЛКИ
для СКАНДИНАВСКОЙ
ХОДЬБЫ ИЗ АЛЮМИНИЯ

~~3450 руб.~~
2950 руб.



КРОВАТЬ
МЕДИЦИНСКАЯ

~~38 900 руб.~~
34 300 руб.



КИНЕЗИОТЕЙПЫ Ares

~~800 руб.~~
690 руб.



АЛМАГ-01

~~10 300 руб.~~
8990 руб.



ТОНОМЕТР AND-777

~~4350 руб.~~
3990 руб.

* Количество товара ограничено.



Торговый Дом «МЕДТЕХНИКА ЕВРОПЫ»

Товары для здоровья, красоты, долголетия

Приглашаем вас, ваших родных и близких в наши магазины по адресам:

- ✓ пер. Гривцова, д. 24 (☎ «Садовая», «Сенная», «Спасская»), тел. 310-33-63
- ✓ Боткинская ул., д. 1 (☎ «Площадь Ленина»), тел. 542-32-54
- ✓ ул. Уточкина, д. 1/1 (☎ «Комендантский проспект»), тел. 303-37-58
- ✓ Звенигородская ул., д. 4 (☎ «Звенигородская»), тел. 404-67-76

Мы открыты
для вас ежедневно
с 10.00 до 21.00.

www.med-europa.com

Предъявителю СКИДКА 10 % + дисконтная карта в ПОДАРОК!



Деликатная тема, или Верните себя в общество!

Гипергидроз — проблема, которая затрагивает около трех процентов людей на земле. Данная патология выражается в повышенном потоотделении, которое чревато осложнениями для здоровья и является проблемой эстетического плана, так как меняет привычную жизнь человека, вызывая у него серьезный психологический дискомфорт.

И прежде всего проблемы возникают во взаимоотношениях с окружающими людьми, в том числе и в интимной сфере. Человек испытывает неуверенность в себе, становится замкнутым, старается как можно реже появляться в обществе, избегает рукопожатий, публичных выступлений, тесного общения, что приводит к возникновению повышенной нервозности, а иногда и к депрессии. К сожалению, очень часто данной проблеме не уделяется должного внимания, так как воспринимается она как некоторая индивидуальная особенность организма, с которой необходимо смириться и жить дальше. Однако у нее есть решение, которое поможет вернуть утраченный комфорт и радость жизни.

ВИДЫ И ПРИЧИНЫ ГИПЕРГИДРОЗА

Гипергидроз может быть локальным и проявляться потливостью отдельных участков тела (ладошек, стоп, мышечных впадин, лица) и генерализованным (повышенное потоотделение на всех участках тела). Причины локального гипергидроза разнообразны. Он может возникнуть и во время приема пищи (особенно горячих и острых блюд, чая, кофе и шоколада), во время стресса, когда повышается концентрация в крови адреналина и норадреналина. При генерализованном, как правило, на первый план выступают различные заболевания, такие как эндокринные, в том числе диабет, инфекционные заболевания, алкогольная интоксикация и отравления. Гипертензия и климактерический синдром также могут способствовать его возникновению. К сожалению, гипергидроз чреват осложнениями. Прежде всего грибковыми инфекциями и кожными заболеваниями, такими, например, как фурункулез. Это один из первых признаков дисбаланса и возможных нарушений в организме. Поэтому в случае появления потливости без видимых причин (жары, нервные или физических перегрузок) необходимо незамедлительно обратиться за консультацией к врачу.

Но как бороться со скользкими ладошками, мокрыми пятнами на одежде или с невозможностью свободно разуться в гостях? Ведь даже самые эффективные косметические средства дают только кратковременный результат. Существует два вида косметических средств: дезодоранты и антиперспиранты. Первые лишь маскируют запах, вторые подавляют потоотделение за счет сужения протоков потовых желез. Решение есть. На сегодняшний день существуют различные способы лечения гипергидроза.

Наружные лекарственные средства, содержащие формальдегид, уже несколько десятилетий применяют в медицине и хорошо себя зарекомендовали для снижения повышенной потливости. Формальдегид, попадая на кожу, проникает вглубь потовых желез и существенно снижает образование пота на 7-12 дней. Удобнее применять препараты в форме геля. Его проще наносить, а пленка, которая образовывается при высыхании, способствует лучшему проникновению препарата. Следует отметить: препараты, содержащие формальдегид, зарегистрированы как лекарственные средства. Их применение не опасно!

ФОРМАГЕЛЬ®

*Нет пота —
нет запаха!*

- Снижает образование пота на 7-12 дней
- Исчезают неприятные запахи
- Безопасное применение



P. 0001766/01

Спрашивайте в аптеках: «Витамин», «Озерки», «Университетские аптеки», «Петербургские аптеки», «Для бережливых», «Сити-Фарм», «Балтика-Мед»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ



XVI ежегодная выставка «Планета детства»

состоится в Санкт-Петербурге в дни весенних каникул

30 марта — 2 апреля в конгрессно-выставочном центре «Экспофорум» пройдет специализированная выставка товаров и услуг для детей «Планета детства». Каждый год выставку посещают свыше 15 тысяч гостей.

«Планета детства» проходит при поддержке Министерства промышленности и торговли РФ, правительства Санкт-Петербурга, ТПП РФ и Ассоциации предприятий индустрии детских товаров. Деловая программа выставки традиционно затронет такие ключевые темы, как состояние и перспективы развития рынка детских товаров и услуг, тенденции покупательского поведения, маркетинговые стратегии продвижения в интернете.

Экспозиция выставки представлена ведущими игроками рынка,

среди которых такие бренды, как Merries, «Агуша», «Полесье», Apex, «Буду мамой», Munchkin, и многие другие. Среди разделов выставки особой популярностью пользуются «Мама и малыш» (товары для будущих мам и новорожденных), «Игры и игрушки» (развивающие игры для детей всех возрастов), салон детской мебели (поможет обставить детскую самой экологически безопасной и удобной мебелью).



Гости выставки смогут посетить семинары, мастер-классы, принять участие в дегустациях и розыгрышах призов.

Для малышей от 6 до 12 месяцев и их родителей будут организованы зрелищные спортивные конкурсы «Ползунковый марафон»

и «Первые старты», а для детей от 3 до 12 лет будет открыт большой семейный Парк развлечений.

АПТЕКА
СЕТЬ АПТЕК
«НАРОДНАЯ ЛИНИЯ»

-50%

с 01.02.2017 по 31.03.2017



НА ВСЕ ПОДГУЗНИКИ
ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ SOFFISOF

Подробности на www.nl-apteka.ru

ОТВЕТНАЯ
САМЦА —
ПОКУПАЕМ
РОССИЙСКОЕ!

ПОВЫШАЕМ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ!

ЗДОРОВЬЕ СУСТАВОВ, МЫШЦ, СПИНЫ

можно подорвать в молодости в связи с перегрузками, которые испытывают мышцы, связки и хрящевые части суставов. В старшем возрасте к перенесенным в молодости перегрузкам добавляются хронические нарушения питания тканей сустава и связок. «ЦИТРАЛГИН» применяется с 1985 года. Массаж с использованием косметического крема «ЦИТРАЛГИН» помогает улучшить питание тканей и кровообращение в области кожи суставов и позвоночника, поддержать нормальный уровень перекисного окисления липидов, увеличить объем движений, так необходимый для активной жизни.

«БИШОФИТ-ГЕЛЬ» — улучшенная формула природного бишофита. Усиливает кровообращение в зоне нанесения, что повышает его эффективность.



80 руб.

ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЗИМНИХ ХОЛОДОВ

Холодная, сырая погода увеличивает риск простудиться. Защита от простуды должна быть комплексной. Имеют значение правильная одежда, полноценное питание с увеличенной калорийностью, ограничение посещений общественных мест, обработка воздуха в помещениях ультрафиолетом, мытье рук после посещения общественных мест с применением антисептиков. Защитить слизистую носа поможет косметический крем «ВИРОСЕПТ». Его компоненты оказывают защитное и смягчающее действие, облепиховое масло и метилурацил помогают заживлению микротрещин — ворот для инфекции, облегчают отделение слизи. Профилактическое применение «ВИРОСЕПТА» создает барьер от простуды.



80 руб.

ЧИСТАЯ КОЖА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Серьезные проблемы с кожей в виде покраснения, шелушения и раздражения могут быть вызваны воздействием хлорированной воды, холода, нарушением диеты, воздействием моющих средств, повышенной потливостью и др. Для защиты кожи от таких проявлений необходимо ее активное увлажнение, заживление микротрещин и расчесов, нормализация электролитного баланса и pH, восстановление эластичности. Созданное отечественными учеными косметическое средство «ГЛУТАМОЛ» может помочь организму защититься от покраснения, шелушения, утолщения кожи, высыпаний. «ГЛУТАМОЛ» свободен от гормонов, может применяться длительно. Действие «ГЛУТАМОЛА» усилено компонентами, заживляющими, увлажняющими кожу, увеличивающими ее эластичность. Пиритионат цинка обладает дополнительным подсушивающим действием.



180 руб.

ЗДОРОВЬЕ БРОНХОВ И ЛЕГКИХ

Сохранить его бывает непросто. В холодную погоду проблемы напоминают о себе. Опираясь на эффективность старых рецептов, НПФ «Инфарма» разработан крем «МУКОФИТИН». Камфора, масло пихты, алоэ, входящие в состав косметического крема «МУКОФИТИН», помогут поддержать в нормальном функциональном состоянии бронхолегочную систему.

Дополнительные компоненты (витамин PP, диметилксантин и др.) усиливают кровообращение, обеспечивая согревающее действие и бережный уход за бронхами.



80 руб.

СПРАШИВАЙТЕ В БЛИЖАЙШИХ АПТЕКАХ. Справки по применению (495) 729-49-55, www.inpharma2000.ru.
НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ.

Рекламируемые кремы не оказывают влияния на течение заболеваний.

Чашечка за здоровье

Летом у бабушки у нас была особая трудовая повинность — сбор лекарственных трав. Утром или вечером мы всей семьей шли в «особенные» бабушкины места и собирали ромашку, шалфей, чабрец, тысячелистник. Потом душистую добычу сушили в тенечке на веранде. Волшебный аромат сухих трав держался там до следующего лета. А зимой, когда кто-нибудь начинал кашлять или хлюпать носом, мама доставала банку с травками, заваривала чай или полоскание, и мы снова вспоминали прогретые солнцем ромашковые поляны, пьянящий аромат шалфея в теплом вечернем воздухе. И болезни отступали.

Конечно, тогда мы не знали, что это называется фитотерапия. Как не знали об этом и наши предки, тысячелетиями использовавшие лекарственные травы для лечения болезней, их профилактики, поддержания красоты и молодости. Сегодня выбор лекарственных средств огромен, но фитотерапия все равно остается одним из самых популярных способов лечения и укрепления иммунитета. Причин этому много — мягкое, неагрессивное воздействие фитопрепаратов на организм, естественное, постепенное

включение лечебных компонентов в обмен веществ, высокая эффективность, совместимость с большинством синтетических лекарств, легкость в приготовлении и многое другое.

Конечно, лекарственные травы можно собирать и сушить самостоятельно. Но стоит помнить о том, что эффективность фитопрепаратов во многом зависит от экологических условий, в которых выросло растение, времени сбора, правильных условий заготовки и хранения, оптимально подобранной терапевтической дозы. Не говоря уже о том, что человек неопытный запросто может перепутать полезное растение с ядовитым. Так что лучше делать это под руководством знатока или довериться профессионалам в своем деле. Таким, как, например, «Алтайский кедр» — производителю фиточаев и композиций из экстрактов целебных растений. «Алтайский кедр» выпускает около ста наименований фитопродуктов для здоровья, изготовленных по авторским рецептам ученых Алтайского медицинского университета. Это и фиточай для лечения конкретных проблем, и сборы для профилактики недугов, и даже продукция, предназначенная для детей.



Алтайский край — это настоящая природная сокровищница, в нем представлены практически все географические зоны — равнины, горы, степь, тайга. В богатстве и разнообразии растительного мира Алтаю нет равных. Здесь можно найти и типично тропические растения, и те, что растут лишь в жарких, сухих степях. А говорить о том, что дикорастущие травы, выросшие в экологически чистых условиях, намного превосходят культурно выращенные, наверное, даже и не стоит. Это давно известный факт.

Удачное сочетание современных технологий, вековых традиций и щедрых даров алтайской природы способно творить маленькие чудеса.

ФИТОЧАЙ

АЛТАЙ

почечный с брусникой

легкое дыхание

панкрефит

20 лет истории

40 наименований

560 городов России

Здоровая семья — здоровая нация!

Серия «Фиточай «Алтай» — это уникальная композиция из дикорастущих алтайских трав. Каждый продукт этой серии создан с учетом решения конкретных проблем и общего оздоровления организма. Совершая этот выбор, вы делаете важный шаг к здоровью, красоте и качеству жизни.

Спасибо за ваше доверие!

Алтайский кедр®

Спрашивайте в аптеках города. www.altaikedr.ru

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ.

советует специалист

Виртуальная реальность — реальное оздоровление

Светлана П.: В прессе встречаю много материалов об использовании устройств виртуальной реальности. А можно ли использовать виртуальную реальность для лечения?

Александр Иванович Степаненко, врач-реабилитолог, нейрохирург:



— С каждым годом в повседневную жизнь постепенно входят устройства виртуальной реальности. Устройства используются для игр, в аттракционах, в профессиональных тренажерах. Лет пять — семь назад в зарубежной прессе стали встречаться статьи о применении виртуальной реальности в медицинских целях.

Два года назад я с научными сотрудниками Университета ИТМО начал тестирование технологии, сконструировав два тренажера. Тестирование на них прошли чуть больше трех тысяч добровольцев. Результаты превзошли ожидания. Уже 1,5 года созданная нами техника помогает излечивать пациентов, в том числе с тяжелыми неврологическими заболеваниями: ДЦП, рассеянный склероз, инсульты, нарушения опорно-двигательного аппарата. Благодаря устройствам удается ставить на ноги ранее не ходячих пациентов.

Тренажеры дают нагрузку на мышцы, мало используемые человеком, позволяя развивать координацию и восстанавливая природные механизмы движе-

ния. Аппараты незаменимы в реабилитационной практике, поскольку активизируют мозговые структуры, обеспечивающие поддержание равновесия и тонусовой мускулатуры. Полезны как больным, так и здоровым людям, возраст пациента не важен. Я использую созданные нами тренажеры в лечении любой локализации, в том числе при болях в позвоночнике, головных болях, остеопорозе и остеохондрозе.

Записаться на прохождения оздоровительных мероприятий можно, связавшись с Александром Ивановичем по телефону, приведенному ниже. Для иногородних предоставляется место в специализированной гостинице, в непосредственной близости с реабилитационным центром.



Александр Иванович Степаненко, нейрохирург с многолетним стажем, врач-реабилитолог, консультант.
Контактный телефон 8 965 030-39-37.

РЕКЛАМА

БОБРЫ ГРИППОМ НЕ БОЛЕЮТ

Секрет бобра – биологическая капсула в брюшной полости бобра, которая называется кастореумом, или бобровой струей. Секрет бобра активен для всех живых существ на Земле и способен восстановить жизненные процессы живой клетки любого органа; кроме того, в секрете сконцентрированы молекулы, действующие на клеточном уровне, помогающие восстановить жизненную энергию, тонус, репродуктивные функции и ликвидировать чужеродные вирусы и бактерии, устранить боль.



«Секрет бобра»® – запатентованная формула нативного продукта производства **ООО «Сашера-Мед»**. Нативный секрет бобра – кастореум – содержится в продукте в неизмененной по клеточной структуре форме, обладает мощным проникающим действием через тканевые барьеры и непосредственным воздействием на угнетенные клетки органов. Иммунная система человека воспринимает секрет бобра как «дружественные войска»; в коалиции секрета бобра и собственных иммунных клеток организм быстро мобилизует и повышает защитные свойства собственных иммунокомпетентных клеток и благополучно предотвращает вторжение вирусов, бактерий и грибков, при этом не нарушает собственный баланс обмена веществ и иммунного статуса организма. Секрет бобра – мощное репродуктивное оружие для живого организма, действует на половые возможности, способствует устранению нарушений, что, несомненно, сопровождается повышением настроения, общего психоэмоционального состояния, тонуса и жизнеспособности организма.

«Секрет бобра»® с жиром барсука – два мощных природных компонента в нативной форме: кастореум бобра и барсучий жир создают «безвыходное» положение для вирусов, бактерий и грибковых инфекций, проникающих в организм в период обострения вирусной инфекции у взрослых, детей и беременных женщин. Два нативных компонента действуют безупречно, устраняют вирус, сопутствующие нарушения и беспокоящие симптомы, не вредят организму, восстанавливают пониженные функции и возможности клеток организма.

«Секрет бобра»® – натуральные природные продукты в нативной форме, которые не содержат

химических веществ, консервантов, улучшителей, являются «дружественным» помощником организму. Для надёжной защиты организма и предупреждения осложнений при вирусной и бактериальной эпидемии рекомендуется с осторожностью использовать средства для устранения инфекции, так как действие химических веществ может оказать тяжёлый удар по иммунной, пищеварительной, эндокринной системам, что приведёт к нарушению баланса в дальнейшем. **«Секрет бобра»®**, напротив, восстанавливает баланс и равновесие в организме.

Совместное применение продукта «Секрет бобра»® с «Натуроник»® органелло-капли «Мастер-иммунитет» поможет достойно встретить вирусную эпидемию, отвести удар и устранить вторжение вируса.

5 марта в ТРК «Лето» открывается салон-магазин продуктов для здоровья **«Флавотека»**. Вся продукция вкусная, полезная, а главное, натуральная, из экологически чистого сырья.

Ассортимент насчитывает более 170 наименований, таких как уникальный брендовый, запатентованный производителем **«Секрет бобра»**, продукт – победитель многих выставок.

Пулковское ш., 25, корп. 1, лит. А, 1-й этаж, № 166.2, напротив магазина «Ашан».

Телефон горячей линии 8-800-100-16-70 (звонок по России бесплатный).

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. www.sachera-med.ru

РЕКЛАМА



ПУТЕВКА ЗА СЧАСТЬЕМ В ЗДРАВНИЦУ «СИБИРСКАЯ ЗДРАВА»

Чем тоньше талия, тем дольше жизнь!

Абсолютное большинство наших соотечественников проживают в иллюзиях по отношению к своему здоровью. Это поведение сформировано управленческими установками, в основе которых лежит страх: страх перед очисткой организма, страх перед разгрузочной диетой, страх несвоевременного обращения к врачу и т. д. и т. п. А за всеми этими страхами стоит ОГРОМНЫЙ СТРАХ СМЕРТИ. Причем в обосновании этих страхов стоят научные учреждения, опытные специалисты, телевизионные шоу с привлечением профессионалов и другие СМИ. Это приводит к тому, что у просто человека эмоция страха отключает способность к анализу и самоанализу и он не способен увидеть простую истину жизни: у наших меньших братьев — животных — нет ни аптек, ни здравниц, ни поликлиник. Они живут по закону Жизни, используют естественные механизмы саморегуляции, самовосстановления и самосохранения, присущие и человеку тоже.

Мы в нашей Здравнице решаем одну задачу — научить человека жизни в ладу с самим собой, в ладу с обществом, в ладу с природой. Пятнадцать дней жизни в нашей Здравнице дают первые прекрасные результаты, а дальнейшая жизнь по правилам «Сибирской Здрывы», а равно по закону Жизни, обеспечивает постоянное естественное здоровье. Вот и весь секрет сохранения и продления активного долголетия. Проблема только в одном — изменить свои привычки. В нашем арсенале две методики практической психологии, позволяющие человеку совершенно сознательно (без всякого лукавства) и комфортно скорректировать свое поведение. Результаты не замедлят сказаться.

Метод «Сибирская Здрава» — это комплексное оздоровление всего организма без оптических костылей (очков), без лекарств и операций, без БАДов, без гипноза и лукавства. Метод, проверенный 23-летней практикой.

В чем преимущество нашей Здравницы?

Во-первых, экологически чистый метод русского здоровья творения без применения лекарств, операций, гипноза и лукавства.

Во-вторых, подбор физиологичной индивидуально-потребной диеты.

В-третьих, уникальный древнерусский способ оздоровления позвоночника и суставов.

В-четвертых, уникальный русский гидромассажер, не заменяемый в обычных санаториях.

В-пятых, обретение устойчивости к геофизическим и психологическим, стрессовым факторам.

В-шестых, устранение вредных поведенческих установок

(переедание, навязчивое поведение, табакокурение, алкопотребление, депрессия, заикание и пр.).

В-седьмых, комплексная предупредительная диагностика всего организма в начале и конце курса.

Только труд, правда и добро обеспечивают высокие результаты оздоровления и сохранения их на всю жизнь.

Комплекс не имеет противопоказаний и не имеет возрастных ограничений. Нужно хотя бы один раз в жизни полюбить себя. Желаем читателям любви и здоровья. **Быть здоровым — это счастье.**

Будьте счастливы!

С уважением и пожеланием крепкого сибирского здоровья, автор системы здоровья творения «Сибирская Здрава», профессор психолог, проф. Пирожков Н. К.



Выбирайте свою путевку к счастью!

ЧЕРНОЕ МОРЕ, Краснодарский край с 5 по 20 июня, с 15 по 30 сентября

Мы приглашаем вас в пансионат МГУ «Буревестник», расположенный в красивейшем месте, в 5 минутах ходьбы от берега моря. Кроме теплого моря, солнца, чистого воздуха, незабываемых рассветов и закатов вас ждут походы в горы с пирожковскими палками к молодильным водопадам, в хрустальные воды которых можно окунуться, увлекательные экскурсии к дольменам. Пансионат имеет собственный оборудованный пляж и природный тренажер сердечно-сосудистой системы.

Проживание в двухместных номерах, во всех номерах есть телевизор, холодильник, кондиционер, балкон, санузел с душевой кабиной.

ГОРНЫЙ АЛТАЙ, Чемальский район с 10 по 25 июля

Вас ждут походы в горы с пирожковскими палками к истокам горной речки, журчание которой будет вас сопровождать весь путь, купание под водопадом, сбор дикорастущих трав и ягод. Дополнительно можно организовать конные прогулки, сплавы по Катунь.

Здесь работает не только система здоровья творения «Сибирская Здрава», но и целебный воздух, солнечная энергия, живая вода из родников, впадающих в Катунь, живая еда (вы узнаете вкус натурального молока, сметаны, сливок, творога, целебного меда). 15 дней пролетают как один. По пути в Здравницу предусмотрена обзорная экскурсия по Новосибирску, а на обратном пути вы станете участниками Шукшинских чтений, которые ежегодно проходят на горе Пикет в селе Сростки, на родине Василия Шукшина.

Проживание в бревенчатых домиках, просторных, уютных, с большими кроватями. Есть душ с горячей водой, баня на дровах.

График работы представительства в Санкт-Петербурге: каждую среду с 14.00 до 20.00.

Ждем вас в ДК «Выборгский», офис № 347. Проезд до ст. метро «Площадь Ленина», выход на ул. Академика Лебедева.

Телефон для регистрации и справок 8 (812) 244 24 35. Сайт: www.sibzdrava.org. E-mail: sibzdrava@yandex.ru.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Боли в области сердца



Врач-терапевт, кардиолог, к. м. н., врач высшей категории, отличник здравоохранения, специалист клиники «Энергия Здоровья» Голикова Римма Владимировна.

Опыт работы — 31 год. Кандидат медицинских наук по специальности кардиология. Имеет сертификаты по специальностям: терапия, кардиология, GCP.

Награждена знаком «Отличник здравоохранения РФ».

Пожалуй, большинство людей хотя бы раз в жизни испытывали боль или другие неприятные ощущения за грудной или слева от нее в грудной клетке, именно там, где расположено сердце. Эти боли обращают на себя внимание и вызывают беспокойство сильнее, чем многие другие, — так мы инстинктивно реагируем на «неполадки» в месте расположения столь важного органа. Недаром боли в области сердца являются самой частой причиной обращений за медицинской помощью. Причины, которые провоцируют боль в сердце, разнообразны, болевые ощущения в этой области совсем не обязательно связаны с миокардом. Потому что источником негативных ощущений, локализованных там, может быть не только сердце, но и рецепторы в коже, включая фиброзиты в подкожно-жировой клетчатке; так может проявляться остеохондроз на ребрах и их хрящах, аналогично миозиты грудных и межреберных мышц и другие.

Нередко в область сердца отдают боли, вызванные дегенеративными изменениями шейных и грудных позвонков (спондилез). Наконец, лица с неврологическими расстройствами часто фиксируют свое внимание на сердце как на жизненно важном органе и проецируют туда всевозможные неприятные ощущения. Недаром когда мы слышим выражение «камень на сердце», то в первую очередь думаем о том, что у нашего собеседника какое-то горе, а вовсе не о том, что у него болезнь сердца.

Боли в этой области отличаются разнообразием. Они колют, давят, сжимают, пекут, жгут, ноют, тянут, пронзают. Они могут ощущаться на небольшом участке или разливаться по всей грудной клетке, отдавать в плечо, руку, шею, нижнюю челюсть, живот, под лопатку. Они могут появляться на несколько минут или длиться часами, а то и днями непрерывно, могут меняться при дыхании, движении руками и плечевым поясом или перемене позы... Иногда они возникают при физической или эмоциональной нагрузке, иногда — в покое или в связи с приемом пищи.

20 апреля 2010 года интернет-журнал Family Practice опубликовал статью нескольких немецких врачей, посвященную анализу причин болей в области сердца в условиях обычной поликлинической практики (<http://fampra.oxfordjournals.org/cgi/content/abstract/cm024v1>). В исследовании участвовали 74 врача общей амбулаторной практики. Были отобраны 1212 пациентов в возрасте 35 лет и старше.

Клиническое обследование и последующее наблюдение в течение полугода позволили установить, что источник этих болей в 46,6% находился в мышечно-скелетных структурах грудной клетки. Такое совпадение результатов, полученных в разных странах и в разное время, позволяет считать, что эти данные отражают реальное положение вещей.

Хотя бывает и наоборот, когда боль, локализованная в шее, животе, голове, может быть вызвана заболеванием самого сердца.

Именно поэтому при появлении впервые каких-либо болей

и в особенности в области левой половины грудной клетки необходимо прийти к врачу. Ведь только он сможет помочь разобраться с возможными причинами этого недуга и дать правильные рекомендации.

И не надо оттягивать на завтра, знайте:

«...Время — оно не лечит. Оно не заштопывает раны, оно просто закрывает их сверху марлевой повязкой новых впечатлений, новых ощущений, жизненного опыта... И иногда, зацепившись за что-то, эта повязка слетает, и свежий воздух попадает в рану, даря ей новую боль... и новую жизнь... Время — плохой доктор... Заставляет забыть о боли старых ран, нанося все новые и новые. Так и ползем по жизни, как ее израненные солдаты... И с каждым годом на душе все растет и растет количество плохо наложенных повязок...» (Эрих Мария Ремарк).

И помните — наше сердце создано для любви, но и мы должны научиться любить и беречь его.



ЭНЕРГИЯ ЗДОРОВЬЯ

многопрофильная клиника

Лечение | Диагностика | КТ, МРТ, УЗИ

Терапевт	Маммолог
Кардиолог	Дерматолог
Невролог	ЛОР
Эндокринолог	Флеболог
Уролог	Ортопед
Гинеколог	Хирург
Офтальмолог	Остеопат

Санкт-Петербург, пр. Энгельса, д. 33.
ТМ «Светлановский», 4-й этаж
тел. (812) 701 0303
ezclinic.ru

Лиц. № ПО-78-01-00 7497 от 10.01.2017



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКОМ

Фитоэстрагены на страже здоровья женщины

С ВОЗРАСТОМ В ОРГАНИЗМЕ ЖЕНЩИНЫ ПРОИСХОДЯТ СУЩЕСТВЕННЫЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ФУНКЦИОНАЛЬНОСТИ РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЫ, КОТОРЫЕ СПОСОБНЫ ПОВЛИЯТЬ НА ЕЕ ЗДОРОВЬЕ И САМОЧУВСТВИЕ. КАК ВЫ ДОГАДАЛИСЬ, РЕЧЬ ПОЙДЕТ О КЛИМАКСЕ, ИЛИ МЕНОПАУЗЕ.

ЭТАП ЖИЗНИ

Климакс появляется у всех женщин, как правило, в возрасте от 40 до 55 лет (бывает раньше или позже). Многие женщины боятся его наступления, считая это проявлением старения организма. Но это совсем не так. Менопаузу стоит воспринимать как новый этап жизни, на протяжении которого будет отсутствовать детородная функция.

Климакс — это физиологический процесс, основным признаком которого считается полное или частичное прекращение менструального цикла. Помимо этого представительницы слабого пола сталкиваются с другими проблемами, в числе которых «приливы» (внезапное чувство жара), головные боли, потливость, скачки давления, тахикардия. Возникают и психологические сложности: чрезмерная раздражительность, ранимость, плаксивость, сонливость, нервозность.

Учитывая, что климакс — это не болезнь, лечить его ни к чему. Тем не менее бороться с симптомами, которые ухудшают жизнь, можно и нужно. Большое внимание нужно уделить питанию. В рационе женщины должны присутствовать свежие овощи, фрукты, молочные и кисломолочные продукты. Нужно

исключить жирную, острую и соленую пищу, сливочное масло заменить оливковым или растительным.

Образ жизни тоже, возможно, придется пересмотреть. Если вы курите, желательно отказаться от этой вредной привычки. Врачи также рекомендуют больше времени проводить на свежем воздухе и избегать стрессов.

РОЛЬ ФИТОЭСТРОГЕНОВ

В климактерический период в женском организме значительно снижается уровень эстрогенов, что приводит к нарушениям жирового обмена, образуется «плохой» холестерин, вымывается кальций из костей, иммунитет ослабляется. В этой ситуации на помощь приходят фитоэстрогены — вещества растительного происхождения, которые не относятся к инструментам гормонотерапии, однако воздействуют на организм аналогично эстрогенам.

Основными пищевыми источниками фитоэстрогенов являются соя, семена льна, шпинат, пророщенная пшеница, брокколи, цветная капуста, петрушка, чеснок, спаржа, виноград и красное вино. Содержатся они и в лекарственных растениях, таких как женьшень,

люцерна, хмель, шалфей, донник, красный клевер, солодка, душица, липа, зверобой.

Применение препаратов с фитоэстрогенами оказывает стабилизирующее действие, не наносит вред организму и не нарушает гормональный баланс. Они способны облегчить симптоматику климакса, сохранить правильный обмен веществ, замедлить старение кожи, улучшить настроение, справиться с нервозностью, депрессией и апатией.

Кроме того, фитоэстрогены положительно влияют на работу сердечной системы, предупреждают развитие остеопороза, уменьшают неприятные проявления «приливов», нормализуют давление, улучшают сон, укрепляют иммунную систему и оказывают противовоспалительное действие. Препараты с фитоэстрогенами можно принимать в комплексе с другими витаминами.

Есть наблюдения, что прием фитоэстрогенов замедляет процессы старения минимум в три раза! Однако не забывайте: чтобы победить симптомы климакса, важен комплексный подход. Применение фитоэстрогенов даст эффект в сочетании с физической активностью, сбалансированным питанием, положительными эмоциями и высоким жизненным тонусом.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Менорас плюс
СР № RU 77.04.01.004-44.02.15 от 12.02.2015 г. РЕКЛАМА



Менорас plus
BOTANICALS

Продли молодость с Менорас

Комплексная поддержка в период климакса

45+



Менорас менопаузы
комплексная терапия менопаузы



Менорас plus
БОТАНИКАЛС
Менопаузы

Активные растительные экстракты

№1

28 капсул

Премиум состав с фитоэстрогенами

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Менорас плюс
СР № RU 77.04.01.004-44.02.15 от 12.02.2015 г. РЕКЛАМА

Спрашивайте в аптеках.
www.vitabiotics.ru

 Производство Англия

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

РЕКЛАМА

Гибкие зубные протезы — сплошные плюсы

АКРИ-ФРИ — ЭТО ГИБКИЕ ЗУБНЫЕ ПРОТЕЗЫ, КОТОРЫЕ СОЗДАЮТСЯ ИЗ МАТЕРИАЛА НА ОСНОВЕ АКРИЛОВЫХ СМОЛ.

Рекомендуются как при полной потере зубов, являясь полными съемными зубными протезами, так и при частичной. Частичные съемные протезы используются при утрате одного, нескольких зубов в ряду или основных жевательных зубов.

Плюсы гибких протезов: прочность и долговечность; отсутствие аллергических реакций при протезировании зубов; для протезирования зубов не требуется обточка зубов для установки протезов; для протезирования зубов не требуется предварительное лечение десен перед установкой зубного протеза; протезы эластичные и гибкие, а отсутствие

металлических крючков делает процесс привыкания к ним максимально комфортным; надежная фиксация: крепятся либо при помощи специальных кламмеров, которые обхватывают опорные живые зубы у основания, либо за счет эффекта «присасывания», плотно прилегая к деснам.

При ситуации, когда невозможна фиксация съемного протеза из-за большой потери костной ткани, возможна постановка имплантов, на которые ваш протез будет защелкиваться и надежно фиксироваться.

Стоматологический центр
«СТОМГАРАНТ»

Лицензия на медицинскую деятельность ООО «СтомГарант» № ЛО-78-01-0006953

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Консультации всех специалистов бесплатно!

Скидка пенсионерам 10 %

Проф. чистка зубов	1500 р.
Лечение кариеса	от 1500 р.
Отбеливание зубов	3600 р.
Имплантиация (операция + имплант)	15000 р.
Брекет-система (с фиксацией)	19000 р.
Съемный протез	от 8900 р.

Наб. канала Грибоедова, д. 14.
Без выходных с 10.00 до 21.00.
Тел.: 903-19-88, 671-02-33.
<http://www.stomgarant.ru>

РЕКЛАМА

БЕЗОПАСНОЕ ЛЕКАРСТВО ОТ АНГИНЫ, СТОМАТИТА, ОТИТА, ИНФЕКЦИЙ

САНГВИРИТРИН® – натуральный и эффективный «РАСТИТЕЛЬНЫЙ АНТИБИОТИК», разрешенный к применению у детей.

Беспоощаден к микробам и бережно относится к организму!

Преимущества Сангвиритрина®:

- может применяться у новорожденных детей и беременных женщин;
- максимально широкий спектр действия;
- эффективен в отношении моно- и полирезистентных к антибиотикам микроорганизмов;
- отсутствие аллергизирующих, мутагенных и местнораздражающих свойств;
- к Сангвиритрину не развивается устойчивости микроорганизмов;
- не теряет антимикробных свойств при разведении до 1:40, что делает его одним из самых экономичных антимикробных препаратов.



Реклама. Рег. уд. № 003835101



ЗАО «Фармцентр ВИЛАР»
117216, Москва, ул. Грина, д. 7, тел. (495) 388-47-00
www.vilar-farmcenter.ru, info@vilar-farmcenter.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

#нетпрыщей

Акне, или угревая сыпь, может стать настоящей проблемой для молодого человека. Это заболевание приносит не столько физические, сколько моральные страдания. Ведь ненавистные высыпания, которые чаще всего появляются на лице, заметно портят внешность, порой делая юношу или девушку изгоем среди сверстников.

Угревая сыпь — это заболевание кожи, которому подвержены 85% подростков и молодых людей европейских стран в возрасте от 12 до 25 лет. Поэтому не стоит думать, что ваших близких это уж точно не коснется!

«Отчего у моего ребенка угри?» — порой недоумевают родители. Мамы и папы уверены, что раз у них в молодости такой напасти не было, то ее не должно быть и у детей. Это не так. Несмотря на то что генетическая предрасположенность к развитию такого заболевания, несомненно, есть, акне может возникнуть и по другим причинам.

Так, количество секрета, производимого сальными железами, у разных людей не одинаково. Сухая кожа содержит мало сальных желез, жирная, наоборот, характеризуется их большим количеством, поэтому и объем кожного сала, выделяющегося на поверхность, не одинаков. Если железы не справляются с избытком кожного сала и закупориваются, то это становится идеальным местом для размножения бактерий, присутствующих на поверхности кожи человека. Иммуитет отвечает на это воспалительной реакцией — появляются покраснение, уплотнение, небольшой отек и болезненность.

Работа сальных желез регулируется половыми гормонами — тестостероном и дигидротестостероном. Поэтому первые элементы акне обычно появляются в период становления половых функций. Возникновению юношеских угрей также способствует повышенная эмоциональность и психологическая нестабильность, характерные для этого возраста.

Есть несколько распространенных заблуждений, касающихся акне. Некоторые уверены, что от угрей можно избавиться косметическими средствами. Это не так. Как и любое заболевание, акне лечится лекарственными препаратами, косметические средства дают лишь временный эффект.

Повышенное внимание к гигиене при угревой сыпи — далеко не главное. Бактерии останутся на коже в любом случае. Это не означает, что можно не умываться и не мыть руки. Речь лишь о том, что непомерное стремление к чистоте может даже усугубить течение болезни.

Еще одно опасное заблуждение заключается в том, что от угрей можно избавиться, выдавливая их. Давление может привести к разрыву внутренней стенки сальной железы, и кожное сало устремится в более глубокие слои кожи, усугубляя воспаление. К тому же на лице могут остаться некрасивые шрамы.

Появление угрей можно предотвратить или уменьшить, снизив факторы риска. Например, сократить поступление в организм веществ, провоцирующих увеличение этой секреции. Нежелательно употреблять большое количество острой и соленой пищи, сахар и шоколад, никотин и алкоголь.

Как любое заболевание, угревую сыпь можно предупредить, если проводить профилактические мероприятия лекарственными препаратами. Если с превентивными мерами вы запоздали, современные препараты помогут избавиться от акне. Лекарства нового поколения способны на многое: уменьшить размеры сальных желез, снизить выработку кожного сала, уменьшить воспалительную реакцию и повысить защитные функции кожи в целом.

Пусть ваша кожа будет здоровой и красивой!

ЛЕЧЕНИЕ АКНЕ

ДОСТУПНО ВСЕМ

ДЛЯ СКЛОННОЙ К
ЖИРНОСТИ КОЖИ

Раствор
на спирто-гликолевой
основе, содержит
ИЗОТРЕТИНОИН 0,025%



ОТ ПРЫЩЕЙ МОЖНО ИЗБАВИТЬСЯ
РАЗ И НАВСЕГДА!

P NG01836/01

- Изотретиноин занимает ведущее место в лечении акне
- Изотретиноин действует на все звенья патогенеза акне
- Местное применение изотретиноина безопаснее системного

Для наружного применения

Спрашивайте в аптеках:

«Университетские аптеки»,
«Для бережливых», «Витамин»,
«Балтика-Мед», «Сити-Фарм»

ANTIUGRI.RU

РЕКЛАМА
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С
ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ



Слуховые аппараты: зачем пробное ношение?

Почему полезно пройти процедуру пробного ношения перед покупкой слухового аппарата?

• Допустим, вы только делаете **первый шаг** к протезированию. У вас множество вопросов:

➤ Как может помочь слуховой аппарат именно в вашем случае?

➤ Подойдет ли вам аппарат по своему технологическому уровню?

➤ Как он работает в шуме: не будет ли все вокруг звучать слишком громко?

➤ Сможете ли вы носить его целый день?

➤ Самое главное: будет ли он оптимален для вас по цене? И т. д. и т. п.

...Конечно, на все эти вопросы подробно ответят наши специалисты, НО!

Испытайте возможности современных аппаратов на практике!

У вас ЕСТЬ возможность перед покупкой устроить вашему будущему помощнику самое настоящее испытание во всех важных для вас ситуациях: совещания на работе, семейные обеды, концерты, ужин в ресторане, клубная вечеринка, прогулки в парке, воскресная служба в церкви, вылазка за город на охоту... Эти ситуации знаете только вы, и **только вы сможете оценить, насколько естественным и акустически комфортным станет звучание в этих ситуациях с вашим будущим слуховым аппаратом!**



• Или вы – уже **уверенный пользователь** слухового аппарата. Много лет он служил вам верой и правдой, но пришла пора заменить его на новый. А за последние 5-7 лет технологии ушли далеко вперед. Как выбрать замену и не потерять в комфорте от уже привычной работы вашего старенького аппарата?

Устройте тест-драйв будущему аппарату!

Предварительно, еще до покупки, оцените работу современных технологий в новом аппарате. Сравните свои ощущения в разных ситуациях звучания вашей жизни. **Понравилось? Можно смело приобретать именно такой аппарат!**

Пробное ношение до четырех недель возможно со специальными **аппаратами для пробного ношения Flex: Trial** – разработкой бренда Unitron (Канада). Без финансовых рисков. Без обязательств покупки, если аппарат не подошел.

Устройте своему будущему слуховому аппарату настоящий экстремальный тест-драйв! Испытайте его вашей жизнью в звучании «на полную»!

Запишитесь на пробное ношение по телефону 748-23-04 или на сайте you-med.ru,

ст. м. «Владимирская»,
Большая Московская ул.,
дом 16;

ст. м. «Технологический институт»,
Бронницкая ул., дом 5.

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Улитка вам к лицу

Вопрос женской красоты был актуален во все времена. Пытаясь обмануть время и продлить молодость, женщины изобретали все новые, порой оригинальные способы ухода за кожей лица и тела. Как же остановить процесс старения? Как выглядеть моложе? Как вернуть коже упругость и гладкость? Эти вопросы всегда были актуальны: как в древние времена, так и для современных женщин. И если в прежние времена выбор женщин был ограничен, то сейчас современная косметология предлагает большое разнообразие методик, таких как мезотерапия, ботокс, биоревитализация, плазмолифтинг, подтяжка нитями и т. д. Существует также множество нетрадиционных техник, таких как, например, массаж улитками ахатины. Появившись недавно, он с каждым днем набирает популярность.

О целебных свойствах слизи улиток известно с давних времен.

Как и другие легочные улитки, ахатины используют слизь для плавного передвижения и защиты подошвы от трения и повреждений. В случае травмы быстро заживит рану или восстановить раковину им помогают содержащиеся в слизи по-



лезные вещества: коллаген, эластин, аминокислоты, аллантоин, природные антибиотики и витамины группы А, Е и С.

Аллантоин, содержащийся в слизи, известен антибактериальными и смягчающими веществами. При попадании в слои кожного покрова он помогает приостановить процессы старения. Коллаген воздействует на эластичные свойства кожного покрова, а эластин способствует подтянутости. Содержащаяся в слизи гликолевая кислота чистит поверхность от омертвевших клеток, пептиды антибиотика обладают защитными свойствами. И наконец, витамины способствуют смягчению и увлажнению кожи.

В каких случаях показан массаж улитками: при наличии сухости и раздражения, при микротравмах кожного покрова, для устранения угревой

сыпи и бородавок, избавления от растяжек, полученных при беременности и родах, заживления рубцов и, конечно же, для сокращения морщин и омоложения, для стимуляции регенерационных процессов кожи.

Чтобы массаж улитками не вызвал омерзения и противоречивых чувств, с самого начала придерживайтесь рекомендаций косметологов, опытных в этом деле.

Не рекомендуется делать массаж улитками самостоятельно без необходимых навыков. Несмотря на дороговизну, все-таки стоит пройти свой самый первый курс в спа-салоне.

Перед самой первой процедурой желательно выяснить, нет ли у вас аллергии на слизистые выделения улиток. Чтобы проверить это, посадите моллюска на запястье. Если в течение ближайших 2-3 часов не появится никакого зуда или высыпаний, можете запускать улиток на лицо.

Обязательное условие для успешного и эффективного массажа — ахатины должны находиться в постоянном движении по коже. Если улитка остановится, попытайтесь подтолкнуть ее дальше. Иначе там, где она устроит себе привал, может образоваться ожог от слишком большого количества выделенной ею слизи.

Встречайте лето в отличной форме

С наступлением весны мы все чаще слышим словосочетание «Здоровый образ жизни». Приходите в Петербургский СКК на выставку «Здоровый образ жизни» с 23 по 26 марта.

Выставка «Здоровый образ жизни» поможет узнать о том, как эффективно заботиться о здоровье, как получать пользу и удовольствие от занятий спортом, как правильно питаться.

В течение четырех дней более 100 российских и зарубежных компаний представят целый спектр полезных услуг и товаров: оздоровительные услуги, медицинские приборы домашнего назначения, фитопрепараты и натуральную косметику, ортопедические товары, бытовую технику и фильтры для воды, безопасные моющие средства, полезные продукты, травяные чаи и многое другое.

Время работы выставки:
23-25 марта с 11.00 до 19.00
и 26 марта с 11.00 до 18.00.
Бесплатный вход: 11.00-13.00.

Пенсионерам — вход бесплатный.

РЕКОМАНДА

Алоэ аптека
С НАМИ ДО 100 ЛЕТ!

При покупке ГЛЮКОМЕТРА Контур Плюс и Тест-полосок Контур Плюс №50 + 2-я упаковка Тест-полосок Контур Плюс №50 В ПОДАРОК!

Лицензия № ЛО-78-02-001836 от 07.08.2014г. Выдана Комитетом по здравоохранению Санкт-Петербурга. * Скидки и акции не суммируются. Срок действия акции ограничен. Наличие товара уточняйте в аптеках и по телефону 8 800 550 13 07.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ВИКТОРИЯ 101110 РЕКОМАНДА

КУРЬЕР-СОВЕТНИК

ПРИЛОЖЕНИЕ

Энциклопедия
ЗДОРОВЬЯ

Товары и услуги, рекламируемые в газете, имеют необходимые сертификаты и лицензии. Материалы, помеченные знаком //, печатаются на правах рекламы. Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Точка зрения редакции не обязательно совпадает с точкой зрения авторов. Материалы не рецензируются и не возвращаются. Редакция газеты и авторы запрещают перепечатку, использование материалов частично или полностью.

Обложка: s794.photobucket.com

Учредитель и издатель — ООО «ИД «КУРЬЕР-МЕДИА».

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ, РЕДАКЦИИ:

197022, СПб, ул. Льва Толстого,

д. 9, лит. А, пом. 5-Н.

СЕКРЕТАРЬ: 401-68-30.

РЕКЛАМНЫЙ ОТДЕЛ: 401-66-90.

WWW.KURIER-MEDIA.COM

E-mail: info@kurier-media.ru.

ДИРЕКТОР

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

С. А. ЯРКОВА

Д. В. ПОЛЯНСКИЙ

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.
Рег. ПИ № ТУ 78-00333 от 22.06.2009.

Установленное время подписания в печать — 22.02.2017, 18.00.
Фактическое время подписания в печать — 22.02.2017, 18.00.
Дата выхода — 28.02.2017.

16+

ЗАКАЗ № 256807

Отпечатано в типографии «Колорит», 197198, С.-Петербург, Большая Пушкарская ул., д. 10, лит. А

ТИРАЖ 200 000 экз.

Распространяется бесплатно.

Насколько же сильны ели и сосны,
что зеленеют они даже среди трескучих морозов!
Хвоя – уникальное сочетание более 100 биологически активных веществ.
И вся целительная сила хвои собрана в ФЕОКАРПИНЕ!

ФЕОКАРПИН – 10 сил натуральной хвои



Организм человека – непостижимо сложная,
идеально сбалансированная система.
Сотни факторов оказывают влияние на нашу жизнь и здоровье.
И каждый из них играет свою роль.

**Натуральный хвойный комплекс Феокарпин –
это 10 природных сил хвои,
объединенных в одном препарате.**

Сбалансированный состав на основе эмульсии из хвойных иголок
включает витамины, каротиноиды, производные хлорофилла,
эфирные масла и другие элементы, необходимые
для здоровой работы организма.

Натуральный хвойный комплекс ФЕОКАРПИН – СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА.

1 ПРОИЗВОДНЫЕ ХЛОРОФИЛЛА

Защищают организм от действия
болезнетворных микробов. Предотвращают
мутации на клеточном уровне, в том числе
злокачественные перерождения клеток.
Обладают кроветворным и
антиоксидантным действием.

2 КАРОТИНОИДЫ

Обеспечивают надежную защиту клеток
организма – внутренних органов, сосудов,
кожи – от повреждений свободными
радикалами. Стимулируют процессы
межклеточного обмена и улучшают систему
естественной сопротивляемости организма.

3 ФИТОСТЕРИН

Способствует снижению уровня
холестерина в крови и нормализации уровня
бета-липопротеинов. Выступает в роли
антиоксиданта при физических
нагрузках. Участвует в процессе
выработки гормонов.

4 ПОЛИПРЕНОЛЫ

Участвуют в работе печени. Игрют важную
роль в обеспечении метаболизма.
Нормализуют белково-углеродный обмен.
Стимулируют иммунитет.

5 ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ

Предупреждают возникновение отклонений
в работе метаболической и сердечно-
сосудистой системы. Участвуют в процессе
липидного обмена.

6 ВИТАМИН С

Стимулирует развитие и укрепление
иммунитета. Оказывает общеукрепляющее
действие. Нормализует окислительно-
восстановительные процессы.
Также оказывает мощное антиоксидантное
воздействие.

7 ВИТАМИН К

Нормализует показатели свертываемости
крови. Участвует в процессах метаболизма
костей.

8 ВИТАМИН Е

Обладает антиоксидантным действием.
Улучшает состояние кожи.
В комплексе с другими каротиноидами
стимулирует межклеточный обмен
веществ и естественные защитные
функции организма.

9 ЭФИРНЫЕ МАСЛА

Также защищают организм
от болезнетворных микробов.
Способствуют лучшему усвоению
других элементов комплекса.

10 МИКРОКРИСТАЛЛИЧЕСКАЯ ЦЕЛЛЮЛОЗА

Стимулирует процесс обмена веществ.
Нормализует уровень холестерина
в крови. Оказывает общеукрепляющее
и иммунологическое
действие.

Вещества и элементы, входящие в состав комплекса, обладают доказанным
общеукрепляющим действием. Производные хлорофилла и каротиноиды,
регулируя процессы межклеточного обмена и улавливая свободные радикалы,
применяются в клинической медицине для профилактики онкологических заболеваний.

Объединяя 10 сил натуральной хвои, Феокарпин действует комплексно.
Узнать подробную информацию о препарате, проконсультироваться со специалистом
и задать вопросы вы можете по телефону бесплатной справочной линии.

Производитель:
ООО «Производственная компания «Бионет»
Бесплатная горячая линия:

8-800-550-33-20, 8-800-555-55-09

отвечаем на вопросы по рабочим дням с 10 до 19 ч.
191025, СПб, Владимирский пр., д. 1/47, а/я 48
www.feokarpin.ru <http://vk.com/feokarpin>

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ПРЕПАРАТА.

Номер св-ва о гос. рег. № RU.77.99.11.003.E.002397.02.15 от 09.02.2015

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ.