

тираж 999 экз.

ЖИЗНЬ ЕЗ ЖЕЛ

выпуск №4
апрель/2015 г.

Издается сетью ортопедических
салонов и магазинов медтехники

ОртоМед

www.medtehnika-t.ru

Лекарств



СЕТЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ САЛОНОВ
И МАГАЗИНОВ «МЕДТЕХНИКА»

15 лет нам,
тыс. руб. ВАМ!

«МЕДТЕХНИКА»
объявляет розыгрыш
призов!

г. Таганрог:

ул. Чехова, 318-А, т. 38-70-93
ул. Москатова, 17, т. 67-09-27
ул. Александровская, 98-А, т. 34-34-04
ул. Александровская, 73, т. 39-22-89
ул. Кузнечная, 142/4, т. 37-97-87
пл. Мира, 7, ТРЦ Мармелад, т. 47-71-00

г. Ростов-на-Дону:

ул. Семашко, 23, тел. 240-38-31
ул. Варфоломеева, 274/1, тел. 234-49-53
ул. 1-й Конной Армии, 34/6, тел. 254-83-46



ПОКУПАЙТЕ в сети
магазинов «ОртоМед» и

ПОЛУЧИТЕ возможность
выиграть сертификат на покупку
номиналом **15000** руб.*

...а также другие ценные призы!



Совершайте покупки в сети магазинов «ОртоМед» в период с 01.04.15 по 15.08.15 и участвуйте в розыгрыше призов! Розыгрыш пройдет 15.08.15 в 12:00 по адресу, указанному на купоне.

*Предложение является публичной офертой. Условия розыгрыша уточняйте у продавцов-консультантов.

Уже 15 лет компания «ОртоМед» заботится о Вашем здоровье, предлагая Вам качественную продукцию и высокий уровень обслуживания. Мы сотрудничаем с квалифицированными врачами различных специальностей и формируем ассортимент своих салонов на основе их рекомендаций. Наша компания постоянно развивается: мы открываем для Вас новые магазины, улучшаем сервис, следим за новинками в области здравоохранения и предлагаем удобные цены на качественные товары для профилактики и лечения самых разных заболеваний.

В честь своего пятидесятилетия компания «ОртоМед» подготовила для своих покупателей грандиозный розыгрыш призов!

Примите в нем участие, чтобы выиграть подарочный сертификат на покупку на сумму **15 000 РУБЛЕЙ!**

**ЧТО ДЛЯ ЭТОГО НУЖНО СДЕЛАТЬ?
ВСЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО!**

- Совершайте покупки в сети магазинов «ОртоМед» в период с 1 апреля по 15 августа 2015 года;
- Заполните специальный купон для участия в розыгрыше призов, который вам выдадут при оформлении покупки;
- Опустите заполненный купон в специальный ящик;
- Приходите на официальный розыгрыш призов, который состоится 15 августа по адресу, указанному на купоне;
- И выиграйте один из призов:
I место – подарочный сертификат на покупку номиналом 15 000 рублей,
II место – тренажер «Cardio Stepper»,
III – массажер для ног «Блаженство».

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Дыши легче!

Ингаляция – самый эффективный метод профилактики и лечения очень широкого спектра заболеваний. Ингаляционная терапия помогает предотвратить или вылечить множество заболеваний дыхательных органов, таких как ларингит, фарингит и бронхит, бронхиальная астма и др.

Принцип действия ингаляторов (или, как их еще называют, небулайзеров) основан на распылении лекарства. Мельчайшие частицы лекарства моментально попадают вглубь

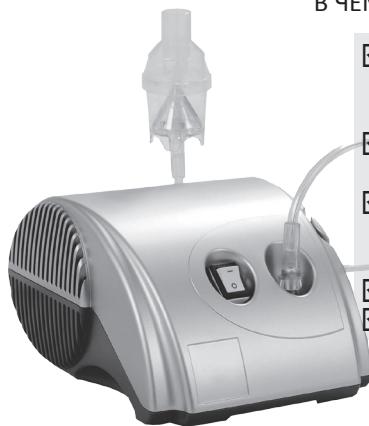
дыхательных органов пациента. Это повышает эффективность процедуры и помогает препарату действовать быстрее.

Ингаляторы давно перестали быть роскошью. Это действительно эффективный медицинский прибор, который должен быть в каждом доме.

ПРЕИМУЩЕСТВА ИНГАЛЯЦИЙ:

- Лекарство в течение нескольких секунд попадает в очаг заболевания;
- Требуется меньшее количество лекарства, а значит, снижается вероятность побочных эффектов от приема лекарства по сравнению с приемом таблеток и инъекциями;
- Использование ингалятора – единственный способ доставить лекарство во все отделы дыхательных путей;
- Это абсолютно безопасный метод лечения, лекарственный пар ингалятора имеет комфортную для вдыхания температуру;
- Процедуру можно провести дома;
- Небулайзер – единственный прибор для ингаляции, который можно использовать с первых дней жизни. Лечить с помощью ингаляций детей в возрасте до трех лет любыми иными способами категорически не рекомендуется.

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ СОВРЕМЕННЫЙ ИНГАЛЯТОР AERO PLUS. В ЧЕМ ПРЕИМУЩЕСТВА AERO PLUS?



- ✓ Предназначен для использования в домашних условиях;
- ✓ Подходит для взрослых и детей;
- ✓ Размер распыляемых частиц – всего 5 микрон;
- ✓ Простое управление;
- ✓ Стильный дизайн.

Худеем к лету!

Хотите похудеть или избавиться от целлюлита к отпуску? У Вас нет возможности ходить на массаж? Массажер для тела – идеальное решение! Он поможет вам избавиться от усталости и ненужных килограммов. Регулярно используя массажер, Вы почувствуете себя более молодыми и привлекательными.

Современные массажеры позволяют плавно регулировать мощность воздействия, комплектуются набором из нескольких массажных насадок и обладают современным дизайном. Инфракрасный прогрев тканей поможет избавиться от болевого синдрома и усилить действие антицеллюлитного крема. Именно к таким приборам относится мас-

сажер «Скульптурал». Благодаря ему вы сможете следить за своей фигурой в домашних условиях и без дорогих процедур. Этот прибор компактен, удобен и эффективен.

Массажер «Скульптурал» – отличное приобретение, которое поможет Вам сохранить и укрепить свое здоровье. Благодаря массажу активизируется кровообращение, ускоряется обмен веществ и улучшается самочувствие. Массаж – лучший способ расслабиться после тяжелого рабочего дня.



В магазинах сети «ОртоМед» проходит акция: *при покупке массажера для тела «Скульптурал» Вы получаете антицеллюлитный крем «ТурбоСлим» в подарок!*

СПРАВКА

Целлюлит может развиваться в любом возрасте и вне зависимости от наличия у женщины лишнего веса. Он представляет собой нарушение структуры подкожного жирового слоя, которое препятствует микроциркуляции жидкостей в организме и лимфатическому оттоку, что опасно для здоровья.

Для профилактики и лечения целлюлита необходимо следить за массой тела, правильно питаться – отказаться от фастфуда и ограничить потребление сладкого, бросить (а лучше – не начинать) курить, регулярно делать массаж и заниматься спортом.

Интересно, что вплоть до 1973 года целлюлит считали нормальным явлением для женщины. Противоположное мнение получило распространение после публикации в американском журнале Vogue статьи владелицы салона красоты Николь Ронсар «Целлюлит: эти комочки, шишечки и бугорки, от которых вы не могли избавиться раньше».

Болезни ног или про ортопедическую обувь



Много ли времени Вы проводите на ногах? Быстро ли они у Вас устают? Испытываете ли Вы дискомфорт при ношении Вашей обуви? Есть ли у Вас проблемы, связанные с деформацией стопы?

Если хотя бы на один из этих вопросов вы ответили положительно, то вам пора задуматься о приобретении ортопедической обуви.

Большинство детей рождаются со здоровыми ногами, но в процессе роста и формирования стопа ребенка может деформироваться из-за неправильно подобранной обуви. Ортопеды убеждены, что для правильного формирования ног ребенка обувь обязательно должна иметь жесткий задник, фиксирующий пятку, небольшой каблук и довольно жесткую подошву. При контакте с твердой поверхностью свод стопы в ортопедической обуви не травмируется, поэтому врачи рекомендуют ходить в такой обуви даже дома.

Пожилые люди часто страдают заболеваниями суставов. Им и так сложно

передвигаться, а натоптыши, деформация стопы и мозоли доставляют пожилому человеку дополнительные проблемы. Поэтому для них ортопедическая обувь для является незаменимым помощником.

Ортопедическая обувь будет полезна не только детям и пожилым людям. Если ваша деятельность связана с серьезными нагрузками на ноги, или вы перенесли травму ног, то обязательно нужно подобрать ортопедическую обувь или стельки.

Ношение ортопедической обуви здоровыми людьми с целью профилактики травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата желательно, но не обязательно, тогда как для людей, страдающих заболеваниями опорно-двигательного аппарата, такая обувь становится жизненной необходимостью.

Современная ортопедическая обувь обладает не только уникальными медицинскими свойствами, но и привлекательным дизайном. Специалисты разработали как мужские, так и женские модели. Женская ортопедическая обувь – легкая и удобная, она поможет Вам быть не только красивой, но и здоровой. Мужские модели рассчитаны на больший вес – они изготовлены из прочных материалов по специальным лекалам, благодаря которым вес идеально распределяется по всей поверхности стельки.

Обширный ассортимент ортопедической обуви для всех возрастов доступна в сети магазинов «ОртоМед». Разнообразная цветовая гамма позволит Вам выбрать обувь, которая с легкостью впишется в Ваш привычный стиль.

Благодаря своим уникальным свойствам силикон стал основным материалом для производства ортопедической продукции. Силикон практически никогда не вызывает аллергических реакций. Он препятствует росту и развитию различного рода грибков и бактерий. Это упругий материал, который пружинит при ходьбе, в результате чего мышцы и сухожилия ног расслабляются, циркуляция крови активизируется, ходьба становится комфортнее, и ноги меньше устают.

Спасите Ваши ноги!

На сегодняшний день в продаже имеется огромный выбор силиконовых стелек, изделий для различных участков стопы из силикона и полимерного геля.

Силиконовая подушечка под свод стопы (1) разгрузит ее, защитит от трения и подарит комфорт, избавив вас от чрезмерной нагрузки на переднюю часть стопы.

Для избавления от дискомфорта ощущений между пальцами ног при ношении сандалий разработаны межпальцевые силиконовые перегородки или разделители из полимерного геля (2).

Силиконовый напальчник защитит Ваши ноги от натирания новой обувью (3). Пятки же защитят подпяточники из силикона двойной плотности. Такие приспособления выручат Вас в те дни, когда вы много времени проводите на ногах.

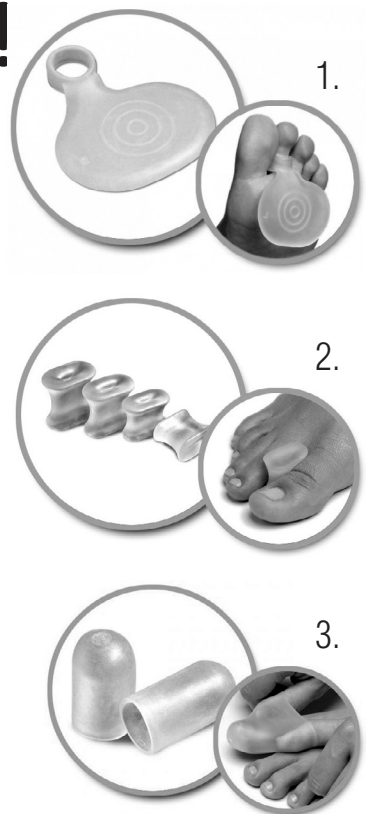
Силиконовые подпяточники, кстати, существенно снижают нагрузку на позвоночник, поэтому их рекомендуют беременным женщинам. Также медики советуют применять их в реабилитационный период после переломов костей стопы.

Силиконовые стельки специалисты рекомендуют для профилактики и лечения плоскостопия, синдрома диабетической стопы, дерматите, экземе, артрите, пяточной шпоре, для реабилитации после травм, трещинах и сухости кожи стопы.

Контактирующую с кожей сторону стельки, как правило, делают антибактериальной, впитывающей влагу и запах, что также добавляет комфорта при длительной ходьбе.

Силиконовые изделия для стопы доступны по цене и способны избавить Вас от многочисленных проблем с ногами.

Изделия для стопы, изготовленные из полимерного геля, стоят дороже силиконовых за счет их высокой упругости и присутствия в них лекарственных добавок. Полимерный гель – это смесь нетоксичных полимеров с минеральным лекарственным маслом. Благодаря ему гель увлажняет и смягчает кожу, а упругие свойства полимеров помогают ему поглощать удары при ходьбе.



Спите с пользой!

Для профилактики и лечения болезней позвоночника человеку необходим здоровый сон, во время которого его спина будет полноценно отдыхать. Этой цели и служат ортопедические подушки, которые поддерживают шею и голову в правильном положении.

Ортопедические подушки выполняют в первую очередь профилактическую функцию. В частности, они могут предотвращать развитие остеохондроза.

Решать эту задачу им позволяет специальная анатомическая форма. Обычно ортопедические подушки изготавливаются с одним или двумя специальными валиками, которые расположены вдоль края подушки. Основа как правило изготовлена из вспененного пенополиуретана, который обладает «памятью формы». Она поможет Вам сохранять оптимальное положение головы всю ночь, не создавая при этом нагрузки на шею.

Основной параметр, на который следует обращать внимание при выборе ортопедической подушки – высота валика, которая составляет 8 до 14 см. Чтобы подушка давала желаемый эффект, нужно подобрать «свою» высоту валика. Определиться с выбором не сложно – достаточно просто «примерить» подушку.

Кроме того:

- Если обычно Вы спите на спине, выбирайте подушку средней высоты с валиком в 8-10 см и относительно жесткой основой;
- При привычке спать на животе, Вам больше подойдет невысокая подушка с мягкой основой;
- Если Вы постоянно подкладываете под подушку или голову руку, это значит, что подушка слишком низкая;
- Если по утрам у Вас болят шея и плечи, то матрас слишком жесткий, а подушка – слишком низкая;



- Много ворочаетесь во сне? Это может свидетельствовать о том, что Ваша подушка слишком высокая;
- Засыпаете на боку, но просыпаетесь в другом положении? Стоит задуматься о том, не слишком ли жесткий матрас. Возможно, он просто неудобный, и тело пытается подобрать для себя удобное положение.

К выбору матраса тоже стоит подойти очень серьезно. Это избавит Вас от утренних болей в спине и шее, подарит Вам комфортный отдых и поможет предотвратить сколиоз, остеохондроз и т. п.

Первый критерий, которым стоит руководствоваться при выборе ортопедического матраса – Ваш собственный вес. Если Вы весите больше 90 кг, вам необходим жесткий матрас. Если Ваш вес меньше, остановите свой выбор на мягком матрасе: несмотря на слово «мягкий», он будет достаточно жестким для Вас.

Большинство современных ортопедических матрасов имеют независимый пружинный блок, то есть, каждая их пружина «упакована» в отдельный чехол. Беспружинные матрасы делают из одного или нескольких слоев различных материалов, среди

которых обязательно присутствует жесткий слой, заменяющий собой пружинный блок.

Лучше отдавать предпочтение матрасам с натуральными наполнителями, особенно, если Вы страдаете аллергией.

Кокосовое волокно – натуральный материал, который получают из межплодника кокосовых орехов. Он не вызывает аллергии, не впитывает влагу и хорошо пропускает воздух, благодаря чему ваше тело во время сна будет «дышать».

Латекс – еще один природный наполнитель, который отличается упругостью и способен выдерживать большое давление.

Войлок используется для изоляции мягкого слоя матраса от его пружинного блока и позволяет сохранить полезные характеристики даже после многолетнего использования.

Квалифицированные продавцы-консультанты сети салонов и магазинов медтехники «ОртоМед» помогут сделать Вам правильный выбор ортопедического матраса и подушки, благодаря которым Ваш сон будет по-настоящему здоровым!

Народные рецепты

КАК БЫСТРЕЕ УСНУТЬ?

Взять равные части шишек хмеля, листьев розмарина, зверобоя и Melissa, корня валерианы. Две столовые ложки сбора залить стаканом кипятка и настоять в течение 15 минут. Процедить и пить понемногу весь день.

В небольшой полотняный мешочек положить высушенные листья мяты, Melissa, лаванды, валерианы. Перед сном положить подушечку рядом с собой.

Выпить перед сном теплое молоко с медом.

От бессонницы хорошо помогает строгий режим дня. Необходимо ложиться в 22:00 и вставать в 6:00, даже в выходные дни. Очень быстро организм «подстраивает» свои биологические часы к такому режиму и бессонница исчезает.

Одна часть измельченных шишек хмеля на 4 весовые части водки или пятидесятиградусного спирта. Настоять 2 недели в темном месте, процедить, отжать. Принимать по 5 капель настойки на одну столовую ложку воды 2 раза в день. Первый раз в течение дня, перед едой. Вторым раз пить на ночь.

Перед сном смажьте виски лавандовым маслом. Капните 3-5 капель лаванды на кусок сахара и пососите его перед сном.

Перед сном полезно принять теплую ванну с добавлением мяты, ромашки, лаванды или Melissa (достаточно добавить в ванну по 3 капли имеющихся в наличии масел). Если нет такой возможности, просто попарьте ноги, добавив в воду аптечную валериановую настойку (1 бутылочка на ведро воды).

У изголовья постели не должно быть работающих бытовых электроприборов и особенно мобильных телефонов, они создают электромагнитное излучение, которое способствует нарушениям сна.

На 1 ст. л. измельченных семян укропа взять 1 стакан кипятка, залить на ночь в термос. Процедить. Принимать 1 стакан в день при бессоннице.

Взять щепотку пустырника, заварить как чай и пить в течение дня вместо чая.

Магазины и салоны сети «ОртоМед»

ТАГАНРОГ:

ул. Чехова, 318-А, тел.: 38-70-93
ул. Москатова, 17, тел.: 67-09-27
ул. Александровская, 98-А, тел.: 34-34-04
ул. Александровская, 73, тел.: 39-22-89
ул. Кузнечная, 142/4, тел.: 37-97-87
пл. Мира, 7, ТРЦ «Мармелад»,
тел.: 47-71-00

РОСТОВ-НА-ДОНУ:

ул. Семашко, 23, тел.: 240-38-31
ул. Варфоломеева, 274/1,
тел.: 234-49-53
ул. 1-й Конной армии, 34/6,
тел.: 254-83-46

www.medtehnika-t.ru