

тираж 999 экз.

ЖИЗНЬ ез ЖЕЛ Лекарств

выпуск №9
12 мая/2014 г.



ОртоМед

издается сетью ортопедических салонов и магазинов медтехники "ОртоМед"

www.medtehnika-t.ru

НАШИ НОВОСТИ

Давление в норме это не мечта, это реальность!

Высокое артериальное давления встречается у каждого третьего человека старше 50 лет и у каждого шестого – после 30. В половине случаев высокое давление приводит к различным осложнениям, в том числе – инфарктам и инсультам. Низкое давление может стать причиной потери сознания, гормональных нарушений у женщин и гипоксии плода у беременных.

Многoletняя медицинская статистика случаев инфарктов миокарда и инсультов показала, что самый опасный период суток для людей, страдающих перепадами давления – между шестью и десятью часами утра. В это время необходимо контролировать уровень артериального давления. Риск инсульта и инфаркта можно выявить, регулярно сопоставляя данные об уровне давления перед сном и сразу после пробуждения. Поэтому домашний тонометр должен быть в каждой семье. Сегодня в продаже есть ручные, автоматические и полуавтоматические аппараты для измерения давления. Более того, современные медицинские технологии позволяют не только контролировать давление, но и нормализовать его. Например, аппараты «Онега» и «Самоздрав» стали настоящим прорывом в медицине. Ведь они, в отличие от лекарств, не приносят лишь временного облегчения, а возвращают здоровье.

Аппарат «Онега» – это первый в мире медицинский прибор комплексного, биофизического воздействия, нормализующий баланс положительно и отрицательно заряженных частиц в организме человека. «Онега» снижает симптомы повышенного давления, а при регулярном использовании – полностью излечивает гипертонию. Аппарат абсолютно безопасен и не имеет противопоказаний, компактен и удобен в применении.



"ОНЕГА"

Принцип воздействия аппарата «Самоздрав» заключается в задействовании скрытых резервов человеческого организма с помощью стимуляции его дыхательной системы. В результате дыхательных процедур внутренняя система регулирования организма сама, без всяких медикаментозных средств, устраняет причину многих заболеваний и недугов.

Приобрести аппараты «Онега» и «Самоздрав», а также выбрать подходящий тонометр Вы можете в сети магазинов «ОртоМед» по доступной цене. Пенсионерам, при предъявлении пенсионного удостоверения, предоставляется скидка! Ведите здоровый образ жизни и держите свое давление под контролем! Здоровья Вам и Вашей семье!

На нашем сайте www.medtehnika-t.ru
Вы можете заказывать товары с удобной доставкой и оплатой!

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Страховые компании будут поощрять россиян за здоровый образ жизни

Кабинет министров до 10 июля этого года должен придумать, как наградить россиян, имеющих полис обязательного медицинского страхования, у которых за предыдущий календарный год не было ни одного страхового случая. Соответствующее поручение дал правительству президент Владимир Путин. Механизм будет включен в систему ОМС. Согласно поручению, поощрять «застрахованных лиц, ведущих здоровый образ жизни», предстоит страховым компаниям. Государство же будет мотивировать самих страховщиков. О какого рода мотивации может идти речь – пока неизвестно.



"САМОЗДРАВ"

Салоны "ОртоМед" в Ростове-на-Дону:

ул. Семашко, 99/248 (угол ул. Варфоломеева), тел.: 234-49-53

ул. Семашко, 23 (угол ул. Московская), тел.: 240-38-31

Красивое тело? Легко!

Массаж – отличный способ обрести стройную фигуру! Массажеры – это специальные приборы, которые вы можете использовать самостоятельно. Они помогут вам расслабиться, избавиться от целлюлита и распрощаться с лишними килограммами. Пользуйтесь ими регулярно – и вы увидите, как улучшится состояние вашей кожи, а ваше настроение станет бодрым и приподнятым. И все это – без необходимости выкраивать время на посещение массажного салона и солидных денежных трат, не гарантирующих никакого результата. Нужно только подобрать оптимальный для себя массажер.

Например, специалисты сети салонов «Ортомед» часто рекомендуют покупателям массажер «Дельфин». Он отлично справляется со своими задачами и обладает интересным дизайном. Это выгодно отличает его от большинства аналогов. Кроме того, у массажера «Дельфин» – обширный функционал. Три сменных насадки обеспечат вам комплексный массаж в домашних условиях. Массажер «Дельфин» также имеет дополнительную функцию инфракрасного прогрева кожи. Он идеально подходит для всех видов массажа. С его помощью можно делать общий восстанавливающий и антицеллюлитный массаж, массировать спину, живот, бедра и т. д. В результате регулярного применения массажера улучшается кровообращение, уменьшаются проявления целлюлита, нормализуется мышечный тонус, снимаются отеки. Это вернет вашей фигуре изящество и красоту.

После утомительного рабочего дня «Дельфин» поможет вам снять чувство напряжения и болевые ощущения в усталых мышцах, избавит от стресса и переутомления, взбодрит вас и зарядит энергией, которой хватит на полноценный отдых.

Для борьбы с целлюлитом лучше всего подойдет антицеллюлитный массажер **Body Slimmer**. С его помощью можно делать массаж, стимулирующий кровоснабжение, что особенно полезно при целлюлите, дефектах кожи с эффектом «апельсиновой корки» и вялости соединительных тканей в области бедер, плечей и ягодиц. Благодаря разминающей функции прибор имитирует движение рук во время профессионального массажа. Прибор очень удобно использовать в домашних условиях, он достаточно компактен и прост в применении.

«Дельфин» и **Body Slimmer** – всего два примера эффективных современных массажеров, которые предлагает сеть магазинов «Ортомед». Приходите, и наши квалифицированные консультанты помогут вам сделать лучший выбор из огромного ассортимента! А цены в наших магазинах сами по себе повысят вам настроение!



"ДЕЛЬФИН"



Body Slimmer

В магазинах «ОртоМед» вы найдете огромный ассортимент удобных в использовании, компактных, стильных и доступных по цене массажеров!

СПРАВКА

Обычно целлюлит начинает развиваться у женщин в возрасте 20-25 лет. Он представляет собой нарушение структуры подкожного жирового слоя, которые препятствуют микроциркуляции жидкостей в организме и лимфатическому оттоку.

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».

Салоны "ОртоМед" в Ростове-на-Дону:

ул. Семашко, 99/248
(угол ул. Варфоломеева),
тел.: 234-49-53

ул. Семашко, 23
(угол ул. Московская),
тел.: 240-38-31

www.medtehnika-t.ru

Помоги своим ногам!

Каждая третья женщина после 40 лет страдает заболеваниями стоп: молоточковидностью пальцев, мозолями, натоптышами от ношения обуви. Многие из этих проблем возникают из-за неправильно распределенной нагрузки на стопу. Например, так называемые «шишки» или «косточки» появляются в результате разрастания костной и хрящевой ткани в области сустава между большим пальцем и стопой. Из-за них большой палец либо отклоняется наружу, либо – в тяжелых случаях – наезжает на другие пальцы и перекрещивается с ними.

Для профилактики и лечения подобных заболеваний применяются **корректирующие приспособления или ортопедические стельки для обуви.**

Ортопедических приспособлений, способных предотвратить заболевания стоп, существует великое множество. Специалисты салонов сети «ОртоМед», чтобы помочь покупателю сделать наилучший для него выбор, задают следующие вопросы:

Во время ходьбы вы испытываете чрезмерную нагрузку и неудобство в передней части стопы?

Если да, то вас выручат силиконовая манжетка или вставка под плюсну, которые разгрузят стопу, защитят кожу от трения и вернут вашим ногам прежний комфорт при ходьбе.



Надевая сандалии, вы ощущаете дискомфорт между пальцами ног?

Для решения этой проблемы разработаны межпальцевые силиконовые перегородки.



Новая обувь натерла палец?

С этой проблемой, надо сказать, сталкивались даже те, кто заболеваниями стоп не страдает. Но и ее можно решить с помощью ортопедических приспособлений. В этой ситуации на помощь придет силиконовый напальчник. Это мягкое изделие изготовлено без единого шва, что весьма кстати для поврежденных участков кожи. Напальчник также способен предотвратить травмирование пальцев ног и защитить их от образования мозолей.



Натерли костный выступ большого пальца?

Силиконовая вставка для этого участка стопы защитит его болезненного давления и чувствительного трения.

Каждый шаг отзывается болью в пятках?

Пятки от натирания защитит силиконовая наклейка-протектор, а также подпяточники из силикона двойной плотности. Их особенно рекомендуют беременным женщинам, так как подпяточники существенно уменьшают нагрузку на позвоночник.



Отдельный вопрос – избыточная нагрузка на стопы, суставы и позвоночник. Сегодня все больше людей разного возраста страдают от плоскостопия, более в суставах, спине и шее. Зачастую это связано с обувью, которую мы носим, неправильным образом жизни, наследственностью и множеством других факторов. Риск особенно высок, если у вас костлявые ноги, слишком высокий или низкий свод стопы либо плоскостопие.

Причиной возникновения плоскостопия могут стать стельки или некачественная обувь. Плоскостопие в свою очередь способно привести к болям в ногах, преждевременному износу суставов, межпозвоночным грыжам, сколиозу, остеохондрозу и, как следствие, головным болям. Хотя, казалось бы, стопы расположены от головы достаточно далеко. Поэтому следить за здоровьем стоп лучше с ранних лет. А помогут вам в этом **лечебно-профилактические ортопедические стельки для обуви.**

В отличие от обычных, ортопедические стельки способны правильно формировать наружные и внутренние продольные своды стоп у детей любого возраста. Благодаря специальной форме супинаторов, которые вставляются в такие стельки, стопы надежно защищены от «распластывания». А это полезно в любом возрасте, поскольку не только предотвращает возникновение новых патологий, но и способствует устранению уже имеющихся.

С ортопедическими стельками ваши ноги и позвоночник будут утомляться меньше даже при тех же нагрузках, поскольку часть нагрузки супинатор примет на себя. С ортопедическими стельками ноги двигаются естественным образом, меньше отекают и устают. Ортопедические стельки помогут вам сохранить ноги здоровыми.

В наше время существует огромный выбор ортопедических стелек. Для повседневной носки они более объемные, для модельной обуви – более тонкие и чувствительные, для спортивной – приспособлены к большим нагрузкам. Полным людям стоит выбирать стельки с жестким каркасом, людям с небольшим весом – упругие стельки.

Лучше всего в выборе лечебно-профилактических стелек вам поможет врач-ортопед или же обладающие высокой квалификацией консультанты сети магазинов «ОртоМед», где представлен широчайший ассортимент ортопедических стелек, подпяточников и другой ортопедической продукции для комфортной и полезной ходьбы. Обретите прежнюю легкость движения!



ОВЕН: Многим Овнам в мае начнет казаться, что все, на что в первые весенние месяцы было затрачено много душевных и физических сил, делалось напрасно. Но как раз в мае вы получите долгожданное вознаграждение за свои усилия.

БЛИЗНЕЦЫ: Близнецы почувствуют в себе неудержимую энергию, которая будет требовать выхода наружу и начнут очень активно проявлять себя во всех сферах жизни. Но остерегайтесь переутомления.

РАК: У Раков в мае все значимые события связаны с трудовой профессиональной деятельностью. Вы сможете достичь всех поставленных целей. Со здоровьем у вас также все будет благополучно.

ЛЕВ: Конец весны для Львов выдастся относительно спокойным. Остерегайтесь простуд и перепадов настроения. Лучше всего посвящать это время творчеству и медитациям.

ДЕВА: Определитесь с выбором второй половинки. Если вы уже нашли свою судьбу, то займитесь укреплением Ваших отношений. Девам в мае лучше отдыхать, не злоупотребляйте физическими нагрузками.

ВЕСЫ: Больше всего Весов будут интересоваться переживаниями близких им людей. Но

ТЕЛЕЦ (21 апреля – 20 мая)

Тельцам в конце мая везет во всем. Новые достижения в работе, финансовый взлет, внимание со стороны близких. Май – лучшее время для достижения поставленных целей.

звезды рекомендуют вам быть осторожными в сфере любовных отношений. Возможно, ваш спутник не искренен с вами.

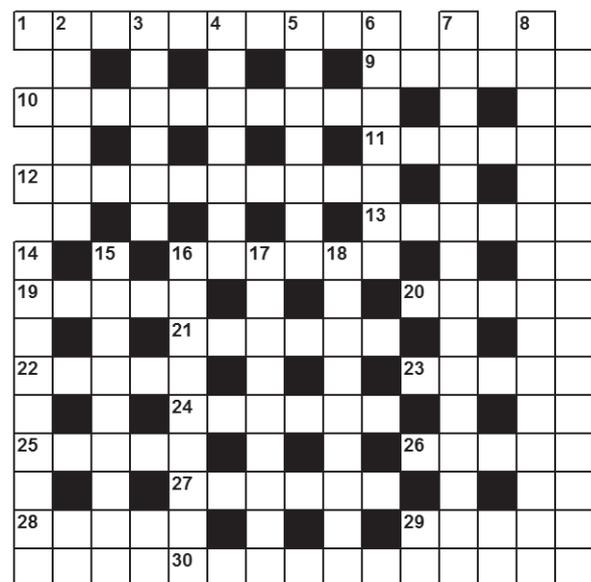
СКОРПИОН: Скорпионы почувствуют прилив сил. Звезды рекомендуют вам потратить их на укрепление своего здоровья с помощью спорта и здорового образа жизни.

СТРЕЛЕЦ: Май для Стрельцов будет редкостью спокойным и удачным. Вы почувствуете в себе нереализованный творческий потенциал. Звезды советуют уделить его развитию как можно больше времени.

КОЗЕРОГ: Для Козерогов в последний месяц весны будут играть огромную роль семейные отношения. Люди из вашего ближайшего окружения будут требовать много внимания, не стоит им в нем отказывать.

ВОДОЛЕЙ: Водолеям лучше обратить внимание на свою карьеру. Возможно, вам придется отменить все, что вы планировали ранее, из-за непредвиденных обстоятельств.

РЫБЫ: Период относительного затишья для Рыб подходит к концу с приходом мая. Наступает очень благоприятное время для продвижения вперед. Вас ожидает множество интересных предложений и повышенные заработные платы.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Искусство так делить пирог, чтобы каждый верил, будто именно он – именинник. 9. «Сувенир», добытый «с боем». 10. «Обращение» хронической болезни к своему хозяину за таблеткой. 11. Духовный сан Шлага. 12. Обрусевшая аномалия. 13. Средство, с помощью которого врач избавляется от советов больного при операции. 16. На то и щука, чтобы он не дремал. 19. Материал для стойких солдатиков. 20. Что не мечут перед свиньями? 21. Кавалерийская внезапность. 22. Модель, но не манекенщица и не натурщица. 23. Веник в стиле ню. 24. Все земные морщины вместе взятые. 25. Незатаренный вес. 26. Охотничья свистулька. 27. Короткоживущий изотоп березы, получаемый при попытке расщепить плено. 28. Приворотный напиток. 29. Пост для неверующих. 30. Птица с «хохотливым» именем.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 2. «Колея» планеты. 3. Нытик с тонким голосом. 4. Что превращает алмаз в бриллиант? 5. Неказистое, на чем все держится. 6. Математическая признак учености. 7. «Замуровывание» овощей в банке. 8. Достоинство монумента, используемое прижизненно. 14. Чей призрак бродил по Европе? 15. Спортсмен-«ядерщик». 16. «Спасал, спасал Дед Мазай зайцев, пока ... не выгнал» (шутка). 17. Герою этой сказки повезло встретить воплощенную мечту большинства мужчин - немую девушку, но он не оценил своего счастья по достоинству. 18. «Вековое» алоэ.

Народные рецепты

КАК ПОНИЗИТЬ ДАВЛЕНИЕ

1. Перетрите клюкву вместе с сахарной пудрой. Принимайте ежедневно за час до еды. Данный рецепт поможет вам при легких формах гипертонии.
2. Столовую ложку меда растворите в стакане минеральной воды, добавьте сок половинки лимона. Полученный напиток выпейте натощак. Длительность лечения – от семи до десяти дней. Данное средство успешно борется с гипертонической болезнью, повышенной возбудимостью и даже бессонницей.
3. Пропустите 100 гр. изюма через мясорубку, залейте стаканом холодной воды. Полученную смесь варите на медленном огне на протяжении 10 минут. Затем отвар процедите, остудите и отожмите. Выпейте небольшими частями в течение одного дня.
4. Смешайте половину стакана свекольного сока и столько же лимонного сока, добавьте один стакан липового меда. Принимайте по одной трети стакана через один час после еды.

По горизонтали: 1. Компромисс, 9. Трофей, 10. Обсортенье, 11. Пастор, 12. Отжогенье, 13. Наркоз, 16. Карась, 19. Ово, 20. Бисер, 21. Наскок, 22. Макет, 23. Голк, 24. Рельеф, 25. Непто, 26. Манок, 27. Личина, 28. Зелье, 29. Дюма, 30. Ржанка.

По вертикали: 2. Орбита, 3. Лисья, 4. Ограда, 5. Изначаль, 6. Стенить, 7. Консервация, 8. Неакологический, 14. Коммунизм, 15. Голка, 16. Конропер, 17. Русалочка, 18. Столетник.