

ЖИЗНЬ ЖЕЗ ЖЕЛ

издается сетью товаров
и услуг «Здоровый дом»

выпуск №6
2 сентября/2013 г.

газета выходит
ЕЖЕМЕСЯЧНО

Лекарств

НАШИ НОВОСТИ

Следите за кровью!

При многих заболеваниях важно держать под контролем уровень глюкозы, холестерина и жиров в крови. Но что делать, если нет времени на сдачу анализов и стояние в длинных очередях? Воспользуйтесь новейшей разработкой итальянских ученых – экспресс-анализатором «Мультикэйр-ин» (MultiCare in).

Экспресс-анализатор «Мультикэйр-ин» – это портативная система, которая позволяет быстро провести несколько измерений всего по одной капле крови. Этот прибор сочетает в себе две основные функции:

- Замер уровня глюкозы (амперометрия);
- Определение уровня холестерина и триглицеридов (жиров).

«Мультикэйр-ин» – легкий (всего 65 грамм), компактный (20x10x5 см) и удобный в использовании анализатор. Он сочетает в себе лучшие качества аналогичных приборов, но превосходит их в точности измерений и быстродействии. Анализ займет всего 5-30 секунд, а необходимый объем капли крови – меньше тысячной доли миллилитра. Показания прибора выводятся на широкий ЖК-монитор, а результаты измерений сохраняются на специальном съемном код-чипе. Объем чипа достаточно для хранения данных о пятисот проведенных экспресс-анализах. Также «Мультикэйр-ин» можно подключить к компьютеру для обработки информации. Средние показатели за одну, две, три или четыре недели прибор высчитывает автоматически.

Анализатор прост не только в использовании, но и в обслуживании. На двух обычных батарейках он может проработать до года. При необходимости часть корпуса легко снимается, очищается и дезинфици-

руется. Тест-полоски извлекаются одним нажатием клавиши «сброс».

В комплект «Мультикэйр-ин» входят устройство для прокалывания, набор из десяти стерильных ланцетов, а также тест-полоски трех видов: «Глюкоза», «Холестерин» и «Триглицериды».

Тест-полоски «Глюкоза» используются для измерения уровня глюкозы в крови. Важно помнить, что для самостоятельного контроля этого показателя необходимо пройти обучение у врача или квалифицированного специалиста по медицинской технике. Кроме того, самопроверка должна сочетаться с регулярными проверками у врача, который поможет составить расписание экспресс-анализов, оценит их результаты и определит необходимую терапию.

С **тест-полосками «Холестерин»** можно быстро определить уровень холестерина в крови и сообщить результаты лечащему врачу, чтобы выбрать подходящую терапию или убедиться в правильности текущего лечения. Уровень холестерина в крови может меняться в зависимости от диеты, принимаемых лекарств, при беременности, а также при сахарном диабете и других серьезных заболеваниях. Специалисты рекомендуют регулярно проверять уровень холестерина в крови людям, кото-

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Экстренные службы – по одному номеру

В России вступил в силу закон о едином номере вызова экстренных и оперативных служб 112. Набрав его, можно будет вызвать полицию, пожарную службу, скорую помощь, спасателей или службу «Антитеррор». Номер будет доступен как с мобильных, так и с городских телефонов. Ранее на 112 можно было звонить только с мобильных.

Привычные номера вызова экстренных служб (01, 02, 03, 04) будут работать до 2017 года. После этого единый номер полностью их заменит. Координировать его работу будет МЧС, а работать служба 112 будет на русском, английском, французском и немецком языках.

рые курят, употребляют слишком много алкоголя, едят жирную пищу и недостаточно тренируются. Особенно важно следить за этим показателем тем, кто страдает сердечными заболеваниями и людям в возрасте, приближающемся к 60 годам.

Тест-полоски «Триглицериды» позволяют быстро определить содержание жиров в крови. Оно может повышаться при неумеренном употреблении жирной пищи или в результате изменения метаболизма липидов, при сахарном диабете, заболеваниях почек, поджелудочной железы, а также на фоне острого алкоголизма.

Полученные в ходе экспресс-анализов результаты необходимо передавать лечащему врачу. В сочетании с правильной терапией экспресс-анализатор «Мультикэйр-ин» станет надежным помощником в сохранении вашего здоровья.



Массажный салон всегда с вами

Хороший массаж – отличный способ расслабиться после тяжелого рабочего дня, снять боли в спине, нормализовать кровообращение и повысить себе настроение. Благодаря массажной накидке и сиденью «Медисана» (Medisana MCH 88930), чтобы насладиться массажем вам больше не нужно ехать в дорогой SPA-салон. Эта полезная и приятная процедура доступна везде – в автомобиле, на рабочем месте, в любимом кресле или на диване.

Накидка «Медисана» оснащена двумя вибрирующими 3D-головками для массажа верхней или нижней части спины, а также всей спины целиком. Этот современный прибор можно использовать также для массажа шеи и плеч, поясницы и бедер. «Медисана» пригодится всем, кто страдает от болей в спине, часто ощущает усталость и напряжение в мышцах, ведет сидячий образ жизни или, наоборот, подвергает спину повышенным нагрузкам.

Кроме зоны массажа накидка «Медисана» позволяет регулировать интенсивность воздействия. Помимо непосредственно массажа устройство имеет функцию подогрева спины, благодаря ко-

торой достигается максимальное расслабление мышц. Безопасность прибора обеспечивается наличием таймера, который можно установить на 15 минут действия, а также системой защиты от перегрева.

Массажное сиденье «Медисана» осуществляет массаж четырех наиболее важных зон: плеч, спины, поясницы и бедер. Для каждой из них вы можете настроить одну из девяти программ массажа с тремя степенями интенсивности и четырьмя видами воздействия: волнами, разминанием, постукиванием и пульсацией.

Кроме того в массажном сиденье Medisana MCH 88935 предусмотрена возможность прогрева мускулатуры и



суставов в области бедер. Эту функцию можно использовать в сочетании с массажем или отдельно от него.

Массажное сиденье и накидка «Медисана» делают приятный расслабляющий массаж доступным вам почти в любой ситуации.

Ходите грамотно



Многие удивляются, узнав, что кто-то из их знакомых носит ортопедические стельки. Кто-то считает, что такие стельки неудобны или плохо сказываются на походке, кто-то – что ортопедические стельки нужны только людям с определенными заболеваниями опорно-двигательного аппарата. На самом деле, использование ортопедических стелек позволяет заболевания не только лечить, но и предупреждать. Поэтому они могут быть полезны каждому из нас.

Основная проблема, которой помогают избежать ортопедические стельки – плоскостопие. Это серьезная деформация, которая может вести к множеству неприятных последствий. Если ее не лечить, она чревата болями в ногах, преждевременным износом суставов, межпозвоночными грыжами, головными болями. Поэтому носить специальные стельки необходимо даже здоровым людям!

Если к концу дня вы чувствуете боль и усталость в ногах, если на ваших ступнях образуются ороговевшие

участки кожи, причиняющие боль при ходьбе (так называемые «натоптыши») или костные выпуклости – не медлите с покупкой ортопедических стелек, ведь эти признаки – первые симптомы плоскостопия. Специальные стельки удерживают стопу в правильном положении, тем самым уменьшая нагрузку на ноги и спину. Поэтому ортопедические стельки при плоскостопии должны стать предметом обязательного ежедневного использования. Относиться к этому нужно ответственно, особенно если специальные

стельки прописаны ребенку, ведь речь идет о его здоровье в будущем. Носить ортопедические стельки необходимо каждый день, в любом виде обуви, уличной или домашней. Поэтому для ребенка лучше завести несколько пар детских стелек-супинаторов по числу пар сменной обуви, которую он носит во время прогулок, в детском саду или школе, дома и в других местах.

Если симптомы плоскостопия выявлены еще в детстве, то борьба с ней будет более эффективной. Растущая ножка лучше поддается

корректировке, что позволяет добиться полного устранения деформации.

После того как врач прописал вам или вашему ребенку ношение ортопедических стелек, необходимо найти изделия, которые подойдут именно в вашем случае. Приходите в салоны «ОртоМед», где представлен широчайший ассортимент ортопедических стелек, полустелек для модельной обуви, подпяточников, силиконовых межпальцевых перегородок и другой продукции для комфортной и полезной ходьбы.

**Ортопедический салон «ОртоМед»,
Таганрог.**
ул. Кузнечная, 142/4 (БСМП),
тел. (8634) 37-97-87

**Ортопедические салоны «ОртоМед».
Ростов-на-Дону.**
ул. Семашко, 99/248, тел. (863) 234-49-53
ул. 339-й Стрелковой Дивизии, 29,
тел. (863) 204-30-43

Как в 40 выглядеть на 25



На смену привычным кремам, гелям и скрабам для омоложения кожи идут новейшие технологии аппаратной косметологии. По эффективности такие приборы сравнимы с пластической хирургией, но, в отличие от нее, не требуют инвазивного вмешательства и могут применяться в домашних условиях.

Ярким примером современных косметологических аппаратов является портативное фотодинамическое устройство CLEANE Red (Wrinkle Care System). Всего за шесть-восемь недель применения оно поможет вам убрать глубокие морщины, укрепить мышцы лица и скорректировать его овал.

CLEANE Red воздействует на кожу теплом и красным светом, проникающим в кожу на глубину 8-10 мм. Красный свет активно поглощается ферментами и кислородом. Его фотоны стимулируют выработку коллагена и эластина – белков, ответственных за

регенерацию и эластичность кожи. Кроме того, кожа в несколько раз активнее увлажняется.

Тепловое излучение улучшает кровообращение и способствует появлению новых здоровых клеток взамен отмирающих.

CLEAN Red используют при появлении признаков возрастных изменений кожи (морщины, изменение контура лица и шеи, «гусиные лапки», снижение тонуса кожи).

Аналогов CLEANE Red не имеет. Даже самые известные кремы не помогут восполнить недостаток коллагена в коже. Некоторые из них содержат этот

РОСТОВ-НА-ДОНУ:

Магазин "Медтехника":

ул. Семашко, 23 (пересечение с ул. Московской), тел.: 240-38-31

ТАГАНРОГ:

Магазины "Медтехника":

ул. Чехова, 318-А, тел.: 38-70-93
ул. Москатова, 17, тел.: 67-09-27
пер. Гоголевский, 22-А, тел.: 38-35-95
ул. Александровская, 73, тел.: 37-97-87

белок, однако при их нанесении на поверхность кожи в более глубокие слои коллаген не проникает. CLEANE Red же стимулирует насыщение кожи коллагеном по всей ее глубине.

CLEAN Red безболезненно и эффективно избавляет от глубоких и мелких морщин и улучшает кровообращение в коже лица. Его использование не связано с неприятными ощущениями. Прибор подходит женщинам всех возрастов, не вызывает привыкания и «эффекта отмены».

CLEANE Red имеет стильный дизайн, компактен, портативен и удобен в использовании. Все эти качества сочетаются в нем с доступной ценой. CLEANE Red заметно выгоднее дорогостоящих косметических средств с сомнительной эффективностью.

При правильном применении CLEAN RED поможет вам долго оставаться молодой, сияющей и желанной!

Как лечить «звездную» болезнь?

Самое известное проявление варикоза – синие «звездочки» на венах. Это очень распространенное в наши дни заболевание.

Женщины страдают варикозом втрое чаще мужчин – сказывается постоянное ношение обуви на каблуках, прием гормональных контрацептивов и другие факторы. Но если вдруг вы заметили у себя симптомы варикоза – не отчаивайтесь. Современная медицина уже нашла достаточно простой и доступный способ лечения этого заболевания. Вам поможет компрессионный трикотаж.

Принцип действия компрессионного трикотажа достаточно прост. Антиварикозное белье – это, фактически, каркас, защищающий вены от чрезмерного растяжения, в результате которого могут возникнуть не только «звездочки», но и тромбы.

Носить компрессионный трикотаж рекомендуется не только тем людям, которые уже обнаружили у себя вари-

коз. Во-первых, эта болезнь на первых этапах практически незаметна и проявляет себя только усталостью и отеками ног. Во-вторых, антиварикозное белье можно использовать для профилактики и других заболеваний. Носить его рекомендуется, в частности:

- при регулярной сильной нагрузке на ноги;
- при избыточном весе;
- при малоподвижной работе;
- для профилактики тромбоза в послеоперационный период;
- для лечения первичного и вторичного лимфостаза;
- во время беременности – для предотвращения варикоза, снижения отечности ног и снятия ощущения тяжести в мышцах.

Носить компрессионное белье могут как женщины, так и мужчины, как люди,

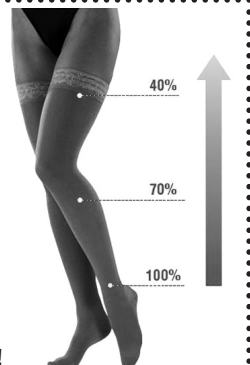
уже испытывающие проблемы со здоровьем ног, так и совершенно здоровые – для профилактики. Ведь от здоровья вен зависит кровообращение во всем организме. Варикоз и хроническая венозная недостаточность – это не только расширенные вены и усталость от ходьбы. Поражение вен мешает правильной работе сердца и легких, печени и почек.

Именно поэтому полноценный контроль состояния здоровья обязательно включает в себя наблюдение за венами и грамотное и своевременное применение компрессионного трикотажа. Впрочем, его еще необходимо подобрать, исходя из специфики конкретного случая. В этом вам помогут квалифицированные продавцы-консультанты сети ортопедических салонов «ОртоМед» и магазинов «Медтехника». Обратитесь к нам, чтобы позаботиться о красоте своих ног и здоровье вен!

✂
Вырежьте этот купон и получите по нему скидку 5% на покупку компрессионного белья в сети магазинов "Медтехника"!

скидка 5%

при предъявлении этого купона в любом магазине сети «Медтехника»!





ОВЕН: Сентябрь предоставит Овнам шанс добиться очень многого. Но «зеленый свет» судьба даст лишь тем из них, кто не побоится рискнуть. Так что упорство и уверенность в себе сыграют Вам на руку.

ТЕЛЕЦ: Тельцы смогут убедиться, что новое – не значит лучшее. Возможно, ранее вы охотно простились с кем-то. Но именно в сентябре вы заметите, что жизнь без старых друзей стала более серой и скучной.

БЛИЗНЕЦЫ: Близнецы в сентябре смогут отыграться за предыдущие поражения, взять реванш и показать свою силу.

РАК: Возможно, что шаблоны поведения, которыми Раки долго и успешно пользовались, перестанут работать, из-за чего вы можете столкнуться с некоторыми трудностями и непониманием со стороны. Но не стоит пытаться вернуться к прежнему поведению и путям решения проблем.

ЛЕВ: Львам потребуется сделать все возможное, чтобы их внешний вид отражал внутреннее состояние, или же, наоборот, скрывал его. И речь идет в основном не о прическе или макияже.

ВЕСЫ: Возможно, Весы захотят ввести в свою жизнь в этот период что-то новое. Но делать это сейчас

ДЕВА: 24 августа – 23 сентября
Возможно, раньше вы осторожничали, боялись рискнуть, даже когда имели немалые шансы на успех. Забудьте на время о Вашей чрезмерной осмотрительности.

нежелательно. Вы можете оказаться не готовыми к нововведениям, а может быть, разочаруетесь в них.

СКОРПИОН: Скорпионы могут стать мечтательными и начать «витать в облаках». Порой недолгий уход от реальности – это хорошо, но часто погружаясь в мечты, вы можете напрочь забыть о реальных проблемах.

СТРЕЛЕЦ: Стрельцы, скорее всего, сумеют перейти на новый для них уровень. Возможно, это будет касаться социального статуса, но могут произойти и изменения в вашей личности, например, вы станете более мудрыми.

КОЗЕРОГ: Козерогам в сентябре будет полезно взглянуть на себя чужими глазами. Больше прислушивайтесь к мнению близких людей и пользуйтесь их поддержкой.

ВОДОЛЕЙ: Водолеям придется научиться решать многие важные проблемы и брать на себя ответственность за принятие серьезных решений. Научитесь быть более самостоятельными.

РЫБЫ: Везение, успех и удача станут спутниками Рыб в этот период времени. Даже если в начале что-то будет идти не так, очень скоро все начнет исправляться в вашу пользу. Единственный совет в данной ситуации – не хвастайтесь.

Народные рецепты

Кабачковая маска для увлажнения и омолаживания кожи лица

Измельчаем на терке мякоть кабачка, наносим на марлю и накладываем маску на лицо на 15-20 мин. Маска стимулирует обменные процессы в коже, увлажняет, очищает и тонизирует ее. Применяется при сухой коже, для предупреждения морщин, смягчения и разглаживания увядшей или морщинистой кожи.

Морковная маска для увлажнения и свежести кожи лица

Столовую ложку сливок растираем с одним свежим желтком, смешиваем с чайной ложкой морковного сока, накладываем на очищенную кожу и держат 20 мин, затем снимают теплым растительным маслом и ополаскиваем холодной водой. Маска омолаживает, освежает, увлажняет и придает коже красивый оттенок. Применяется при вялой, сухой коже с серым землистым оттенком.

Освежающая маска

Две столовые ложки натертого яблока, огурца или тыквы заливаем небольшим количеством горячего молока и нагреваем на водяной бане 10-15 мин. Полученную кашу смешиваем с толченым или молотым «геркулесом» до густоты сметаны. Теплую кашу накладываем на лицо. Через 15 мин смываем холодной кипяченой водой, добавив фруктовый сок или уксус (1/2 чайной ложки на 1 л воды).



Как ухаживать за слуховым аппаратом?

Различные модели слуховых аппаратов требуют различного обращения с ними. Поэтому внимательно изучите инструкцию к вашему аппарату и неукоснительно ее соблюдайте. Однако можно выделить и правила, общие для всех слуховых аппаратов.

1. Необходимо ежедневно протирать слуховой аппарат мягкой тканью;
2. Нельзя помещать аппарат в воду или чистящие жидкости;
3. Принимая душ или ванну, обязательно снимите аппарат;
4. Слуховой аппарат нельзя ронять;
5. Снимайте аппарат перед использованием лака для волос.
6. Не входите с аппаратом в помещения, где установлено высокочастотное оборудование;
7. Не используйте аппарат в зонах, где возможны взрывы.

Обратитесь в «Центр слухопротезирования и ЛОР-помощи» по адресу: ул. Чехова, 124, чтобы получить более подробную квалифицированную консультацию по использованию вашей модели слухового аппарата.

Центр слухового протезирования и ЛОР-помощи,
Таганрог, ул. Чехова, 124, тел. 362-363, сайт: www.sluh-centr.ru