

ЗДОРОВЬЕ без границ

 ИЗДАТЕЛЬСТВО
ОТРАСЛЕВЫЕ
справочники

газета о здоровом образе жизни

№ 4, 2015

22-я Международная специализированная выставка

аптека

2015

РОССИЙСКАЯ НЕДЕЛЯ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ



7-10
ДЕКАБРЯ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕЛОВОЙ
МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ
ФОРУМ

Москва
ЦВК «Экспоцентр»
павильон № 7

Организатор:
ЕВРОЭКСПО



www.aptekaexpo.ru

Здоровье из морских глубин

Знаете ли вы, отчего так благотворно влияет на человеческий организм море и почему так целительны для нас его дары?

с. 2

Суставы любят коллаген

С возрастом, уже после 25 лет, производство собственного белка коллагена в нашем организме сокращается.

с. 3

Устранение мышечно-фасциальных блоков массажерами Ермакова

Мышечно-фасциальные блоки — причина развития многих заболеваний.

с. 4

Горячий ответ простуде и гриппу! Простуда под микроскопом

Предлагаем Вам современную методику профилактики гриппа и простуды.

с. 6

Самый маленький в мире глюкометр с ЖК-дисплеем TRUEresult Twist (Твист)

Несомненным плюсом Твиста является вес самого глюкометра — менее 17 г.

с. 7

Волшебные семена Чиа

Вот уже 2 года как на российском рынке появились семена Чиа и это не случайно. Эти семена уже покорили весь мир.

с. 7

Варикозная болезнь вен нижних конечностей — мифы и реальность

Развитию заболеваний сосудов способствует целый ряд факторов, которым, к сожалению, подвержены многие петербуржцы.

с. 8-9

Сеть магазинов Торгового Дома «Медтехника Европы»

- Товары для красоты и здоровья
- Товары для ухода за больными
- Дезинфицирующие средства
- Товары для акупунктуры
- Активаторы и серебрители воды
- Медицинские приборы
- Товары для врачей
- Ортопедические изделия
- Средства реабилитации
- Спортивная медицина
- Товары для детей
- Экология дома
- Слуховые аппараты



Адреса магазинов:

СПб, ул. Боткинская, д. 1, (ст. м. «Площадь Ленина»)

тел.: (812) 542-32-54, 997-29-84 • с 10.00 до 21.00

СПб, пер. Гривцова д. 24 (ст. м. «Садовая», «Сенная», «Спасская»)

тел.: (812) 310-33-63, 930-33-62 • с 10.00 до 21.00

Наш интернет-магазин
www.medtech-shop.ru

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

ЗДОРОВЬЕ ИЗ МОРСКИХ ГЛУБИН

Знаете ли вы, отчего так благотворно влияет на человеческий организм море и почему так целительны для нас его дары? Все дело в том, что мировой океан — наш прародитель, наша колыбель, частичка нас самих. А потому все, что дарует нам море, мы воспринимаем особо радостно. Океан всегда снабжал людей пищей. Из морских вод человек добывал себе пропитание задолго до того, как засеял первое поле и выгнал на пастбище первое стадо. Из моря человек питался, морем лечился. Какие подарки хранит для нас морская пучина?



МОРСКИЕ ВОДОРОСЛИ — одни из древнейших организмов, населяющих нашу планету. Пожалуй, только бактерии могут поспорить с ними в древности происхождения и длительности существования. Именно в результате их жизнедеятельности выделялся кислород, излишки которого улетучивались в атмосферу, образуя кислородную оболочку Земли. Морские растения на протяжении веков были не только едой. За миллионы лет существования нашей планеты водоросли накопили всю мудрость эволюции, обрели уникальные свойства, которыми не обладает ни одно наземное растение. Про водоросли можно сказать, что это — «лекарство», разработанное самой природой и имеющее «сертификат качества» от Бога.

В чем же уникальность водорослей? Извлекая из морской воды все элементы таблицы Менделеева, водоросли накапливают их в количествах, намного превышающих их содержание в наземных растениях. Водоросли являются богатейшим источником всех необходимых человеку макро- и микроэлементов (Ca, Mg, K, P, Se, Zn, Co, I, Mn, Cr, Fe и т. д.), витаминов, особых полисахаридов, полиненасыщенных жирных кислот типа омега-3 и множества других полезных компонентов. Кроме того, солевой состав водорослей очень близок к составу плазмы крови и тканевой жидкости человеческого организма. Многочисленные исследования подтверждают, что водоросли обладают большей биологической активностью, чем наземные растения, а фармакологический

эффект препаратов, получаемых из них, превышает таковой у препаратов аналогичной природы из наземных растений.

Благотворное воздействие водорослей на человека трудно переоценить: они обладают мощными общеукрепляющими свойствами, поддерживают иммунитет, эффективные антиоксиданты, онкопротекторы, нормализуют деятельность желудочно-кишечного тракта, обмен веществ, способствуют коррекции веса, выводят токсины, поддерживают работу сердечно-сосудистой системы. Бурные водоросли являются богатейшим источником органического йода, помогая решить проблему йододефицитных состояний — одну из наиболее важных медицинских проблем. Все эти свойства удивительных морских растений хорошо объясняют, почему ежедневное потребление морских водорослей является одной из основ макробиотики — популярной японской системы здорового питания. И еще можно смело сказать, что водоросли — анти-возрастное средство № 1 в косметологии.



ХИТОЗАН. Порошок из панциря камчатского краба — это уникальный природный энтеросорбент. Хитозан образует с токсичными веществами и жирами нерастворимые соединения, которые потом легко выводятся из организма естественным путем. Одна молекула хитозана способна вывести жира в 4–8 раз больше собственного веса. За способность выводить из организма холестерин хитозан прозвали «убийцей холестерина». Но это не единственная его функция. Хитозан действует сразу в нескольких направлениях:

1. способствует очищению организма от радионуклидов, тяжелых металлов, продуктов распада и гниения;
2. снижает уровень холестерина в крови;
3. способствует похудению;
4. улучшает заживление ран, микроязвочек ЖКТ;
5. поддерживает иммунитет.



ПНЖК ОМЕГА3 — полиненасыщенные жирные кислоты не синтезируемые организмом — спасатели сердечно-сосудистой системы. Эскимосы Гренландии, питание которых считается достаточно высококалорийным и с приличным уровнем холестерина, все же крайне редко страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями, тромбозами и тромбоэмболиями, а все благодаря содержанию жирных кислот омега-3 в их рационе, состоящем из рыбы и морских животных. Значение омега-3 для нашего организма неопределимо: кислоты выводят холестерин, укрепляют стенки кровеносных сосудов, повышают их эластичность, снижают риск развития атеросклероза.

РАКОВИНЫ МИДИЙ — источник морского кальция. Кальций участвует в формировании костей, их росте, свертывании крови, укреплении стенок кровеносных сосудов. Он увеличивает сопротивляемость организма, уменьшает аллергические реакции, обеспечивает нервно-мышечную проводимость. Для усвоения кальция необходима целая свита из других элементов, которые также содержатся в раковинах мидий — это фосфор, магний и др.



ВЫТЯЖКА ИЗ ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ АКУЛЫ. АКУЛЫ — это не только страшно. Они содержат целый ряд очень полезных для человека веществ. Гликозаминогликаны и коллаген, входящие в состав хрящевой ткани, отвечают за обеспечение ее эластичности, упругости и прочности и очень полезны для хрящевой ткани суставов человека. В хряще акулы в 3 раза больше гликозаминогликанов, чем в хряще человека, а коллагена в 2 раза больше. В акулиных хрящах содержится наибольшее многообразие форм хондроитинсульфатов по сравнению с хрящами позвоночных и других рыб, что и определяет их большую полезность для суставов.

В этой статье мы рассказали лишь о некоторых дарах моря. А сколько их еще сокрыто в морских пучинах! Теперь становится понятным, почему население стран и прибрежных регионов, где постоянно потребляют много морепродуктов, имеет более высокую продолжительность жизни и реже страдает болезнями цивилизации. Самая высокая продолжительность жизни в мире и самый большой процент долгожителей среди населения наблюдается в 3 странах: Японии, Исландии и Андорре. Именно в этих странах основу питания составляют морепродукты. Уровень популяционного здоровья населения, основу которых составляют морепродукты, существенно выше, чем в других странах.

Российское население потребляет очень мало морепродуктов. И это, наряду с другими неблагоприятными факторами, одна из важных причин того, что сегодня Россия находится в числе стран с самой низкой продолжительностью жизни и плохими показателями популяционного здоровья. Но сегодня мы легко можем разнообразить свой рацион питания всем, что дарует нам море. Ищите морепродукты на полках супермаркетов или в магазинах, которые специализируются на продаже продукции для красоты и здоровья на основе морских биоресурсов.



Ундина

продукция из морских глубин
для красоты и здоровья
специализированный магазин от производителя

- Биологически активные добавки к пище на основе морских биоресурсов.
- Бессолевые йодсодержащие приправы (пряности + морская капуста).
- Морские коктейли для иммунитета, очищения и коррекции веса.

- Бальзамы общеукрепляющего и анти-паразитарного действия.
- Морская косметика для лица и тела, SPA-салон на дому.
- Одеяла и подушки на основе водорослевого волокна.

И все это по ценам производителя!

ИРИДОТЕСТИРОВАНИЕ. У вас есть возможность определить функциональное состояние организма, недостаток микроэлементов по радужной оболочке глаз с помощью прибора "Иридоэкрин", получить индивидуальный паспорт здоровья и консультацию по подбору продукции.

Представленные продукты — результат деятельности большой команды ученых, врачей, технологов. В разное время удостоены медалей ВДНХ, звания «Лучший продукт года», различных дипломов и наград.

Ответим на все ваши вопросы по телефону: 8-800-100-50-15
или на выставке «Здоровый образ жизни» в СКК с 29.10 по 1.11 наш стенд В184

ул. Уральская, д.1
(м.Спортивная)

ТЦ «Гаванский», ул. Наличная, д. 42
(м.Приморская)

Ознакомиться с нашей продукцией можно на сайте: www.littoral.ru

Ундина

Весь ноябрь
предъявителю данного
купона
иридоэкринирование
БЕСПЛАТНО

Ждем Вас по адресу:
ул. Уральская, д.1
Тел.: 8-800-100-50-15,
350-50-00

www.littoral.ru

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ



СУСТАВЫ ЛЮБЯТ КОЛЛАГЕН

ЕСЛИ:

- Боли в спине и суставах не дают покоя
- У вас «сидячая» работа или она связана с тяжелым физическим трудом
- Вы серьезно занимаетесь спортом, или требуется восстановление после травм
- Желаете как можно дольше оставаться молодым, бодрым и подвижным

ТОГДА ЭТА СТАТЬЯ ДЛЯ ВАС!

Наши суставы выполняют тяжелую работу. Ходьба, наклоны, длительное вынужденное положение, подъем по ступеням — каждое из этих действий оказывает нагрузку на суставы. Они стареют и изнашиваются. Раньше и быстрее истирается хрящевая ткань.

Почему стареет хрящ?

Хрящевая ткань состоит из клеточных элементов хондроцитов и внеклеточного матрикса, представленного коллагеном и про-теиногликанами. В норме коллаген составляет около половины массы сухого вещества хряща, а вблизи суставной поверхности его концентрация приближается к 90%. Именно коллаген обеспечивает такие свойства хряща, как эластичность, прочность на растяжение и разрыв.

С возрастом, уже после 25 лет, производство собственного белка коллагена в нашем организме сокращается, что обусловлено физиологическими причинами. К 55 годам мы теряем 15% способности вырабатывать коллаген. Этим и объясняется уменьшение с возрастом прочности хряща, его недостаточная способность к регенерации. В результате даже незначительные повреждения хряща склонны к прогрессированию — развитию артроза, остеохондроза, остеоартрита.

Артроз суставов — хроническое дегенеративно-дистрофическое заболевание, которое характеризуется изменениями во всех тканях сустава. В первую очередь поражается хрящевая

ткань. Потерявший эластичность хрящ начинает покрываться микротрещинами, которые постепенно увеличиваются. Через некоторое время это приводит к разрушению хрящевой ткани и в процесс разрушения вовлекается костная ткань. Нарушается нормальный ритм работы сустава, он деформируется. Воспалительный процесс в суставе носит уже хронический характер, а продукты износа хрящевой ткани накапливаются в полости сустава.

Для данного заболевания характерны хруст и боли при движении, отечность, напряженность мышц и скованность в движении суставов. При артрозе могут страдать как крупные суставы (голеностопные, тазобедренные, плечевые, локтевые, коленные), так и мелкие (нижнечелюстные, межфаланговые).

Как работает коллаген

Основные компоненты хрящевой ткани — это коллагеновые волокна, которые обеспечивают необходимую стабильность, и протеогликаны — они окружают волокна, держат их вместе, и благодаря им сохраняется эластичность хрящевой ткани.

Гидролизат коллагена производится из коллагенового материала животного происхождения. Он содержит различные аминокислоты, необходимые для синтеза коллагеновых волокон в организме, положительно влияя на метаболизм хрящевой ткани.

Пожалуй, главное преимущество этого продукта — отсутствие побочных эффектов при длительном применении, тогда как, например, нестероидные противовоспалительные препараты препятствуют синтезу протеогликанов.

Кому нужен коллаген

Неверно считать, что артроз поражает суставы только у людей пожилого возраста. Дегенеративные нарушения хрящевой ткани суставов могут проявляться в среднем и даже в молодом возрасте.

Наибольшему риску подвергаются люди, которые связаны с постоянными физическими нагрузками (спортсмены, танцоры), имеющие сидячую профессию, избыточный вес и наследственную предрасположенность, перенесшие инфекционное заболевание, страдающие сахарным диабетом и гормональными нарушениями. Факторами риска являются также врожденная или приобретенная неправильная осанка, плоскостопие, деформации коленного сустава или плохо сращенные кости после перелома.

Регулярное употребление гидролизата коллагена, несомненно, способствует внутреннему омоложению организма, восстановлению хрящевой, соединительной ткани (в т. ч. подтягиваются внутренние органы), коллагеновой структуры в костях, росту волос и ногтей, омолаживает кожу и делает ее более упругой.



НА ЗАМЕТКУ. Коллаген составляет основную белковую часть волокон соединительной ткани. С дефицитом в организме коллагена связаны проблемы в хирургии, ортопедии, травматологии, ревматологии — артроз, артрит, остеохондроз, лигаментоз, грыжи, вывихи, гипермобильность суставов, остеопороз; в дерматологии — акрогерия (раннее появление морщин); в кардиологии — пролапс клапанов сердца; в терапии — опущение почек, желудка; в педиатрии — плоскостопие, сколиоз; в сосудистой хирургии — варикозная болезнь.

Передовая Технология
Ферментативного Гидролиза Коллагена

Гелент Форте

ГИДРОЛИЗАТ КОЛЛАГЕНА 98.8% + ВИТАМИН С

Спортивные травмы
Грыжи дисков
Остеохондроз
Остеопороз
Переломы
Протрузии
Артроз

Противодействует дегенеративным процессам в суставах и позвоночнике.

хайфарм.рф • www.hayfarm.ru
Справки по тел. (812) 926-36-44
Бесплатная доставка по СПб

Приобрести по ценам производителя
Вы сможете на выставках в Санкт-Петербурге:
«ЗОЖ» с 29 октября по 1 ноября
и «Красота, здоровье, молодость»
с 3 по 9 ноября.

«ОПОРА» ДЛЯ ТЕХ, КТО ОГРАНИЧЕН В ПОДВИЖНОСТИ



Комплекс «ОПОРА»



Технические средства реабилитации

ВОЕНСТРОЙТОРГ. Выставочный зал, офис, склад:
С.-Петербург, ст. м. «Волковская», ул. Самойловой, 7
(812) 927-61-50, 8-911-289-89-25
www.tsropora.ru

К сожалению, со временем, а бывает и внезапно, человек утрачивает способность по разным причинам к свободному передвижению, иными словами, начинает осознавать термин «ограниченные возможности»: без посторонней помощи ни встать, ни сесть, ни повернуться.

Помочь в этой ситуации призван комплекс «ОПОРА» разработанный и производимый ООО «ВОЕНСТРОЙТОРГ». С помощью комплекса и дополнительного оборудования к нему можно самостоятельно менять положение тела на кровати, приподниматься, садиться,

Многофункциональный комплекс «ОПОРА», установленный в домашних условиях возле обычной кровати, сочетает в себе функции медицинской кровати, рамы Балканского и терапевтической дуги, специализированных реабилитационных комплексов и поручней, а по цене доступен всем слоям населения.

Является удобной опорой для лиц, обслуживающих лежачего больного при

поднятии, переворачивании и т. п. процедурах. После выздоровления (реабилитации больного) может использоваться в качестве тренажера для занятий ЛФК.

Показаниями для применения комплекса «ОПОРА» могут быть: инсульты, заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата, послеоперационные и посттравматические состояния, назначения врача для проведения лечебной физкультуры, реабилитации и восстановления двигательных функций.

Комплекс упакован в картонную коробку 125x30x18 см, весит до 18 кг и легко перевозится в общественном транспорте. Собирается с помощью болтов и гаек по подробной инструкции и устанавливается в удобном для пользователя месте в распор «пол-потолок» по высоте от 2,2 до 3,1 метра.

Благодарим за предоставленную информацию ООО «ВОЕНСТРОЙТОРГ»
WWW.TSROPORA.RU

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

**Устранение мышечно-фасциальных блоков
МАССАЖЕРАМИ ЕРМАКОВА**

Мышечно-фасциальные блоки — причина развития многих заболеваний. Боли в спине и конечностях среди населения по рекомендации Всемирной организации здравоохранения с 2000 г. включены в число приоритетных исследований.

По оценке большинства исследователей, распространенность мышечной боли в спине и конечностях среди населения в проведенных эпидемиологических исследованиях составляет до 64%. По материалам VIII Всемирного конгресса, посвященного боли, боль в спине является второй по частоте причиной обращения к врачу после респираторных заболеваний и третьей по частоте причиной госпитализации. Она приводит к длительной потере трудоспособности и ухудшению качества жизни. По данным исследования проф. А. А. Скоромца (1997 г.), пациенты с болью в спине от 30 до 59 лет составили 75% среди всех возрастных групп. На Международном конгрессе по мышечно-скелетным болям подчеркивалось, что миофасциальный болевой синдром был выявлен в 100% случаев при обследовании больных с неясной болью в области таза, не страдающих какой-либо патологией органов таза. У 2/3 пациентов с болевыми синдромами в области туловища и конечностей выявляется миофасциальная дисфункция — нарушение функции той или иной мышцы, возникающее в связи с ее перегрузкой и проявляющееся мышечным спазмом, наличием в напряженных мышцах болезненных мышечных уплотнений или локальных мышечных гипертонусов и триггерных точек. Оптимальным средством для коррекции миофасциальных дисфункций являются механические массажеры, особо выделяются в их перечне изделия, предложенные В. И. Ермаковым.

Массажеры Ермакова являются запатентованной разработкой с подтвержденным повышением эффективности массажа за счет увеличения глубины воздействия массажных элементов на глубокие застойные очаги напряжений в мышцах в паравертебральных областях позвоночника и других частях тела. Конструктивной особенностью многофункциональных механических массажеров является рабочая поверхность массажных элементов, выполненных под определенным углом, так как остроконечные ребра не точечно мнут, как это делают выступы со скругленными вершинами, а оказывают глубокое давление, не травмируя кожные покровы,

что помогает глубоко и качественно прорабатывать спазмированные мышечные ткани и жировые отложения. Массажеры от Ермакова — это очередной шаг на пути к достижению положительных результатов лечения в короткие сроки при восстановлении и поддержании физической формы. Их использование позволяет качественно вывести продукты обмена, токсины (молочную и угольную кислоты) из «забитых» мышечных волокон. Острореберная массажная поверхность достаточно глубоко прорабатывает спазмированные мышцы, улучшая кровоснабжение, что приводит к восстановлению эластичности и работоспособности мышц.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
МАССАЖЕРОВ
ЕРМАКОВА**

- Можно препятствовать прогрессии патологических процессов при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, таких как остеохондроз, сколиоз, кифоз, протрузии и грыжи межпозвонковых дисков, а также заболеваниях бронхолегочной, сердечно-сосудистой, мочеполовой, нервной систем и желудочно-кишечного тракта;
- Возможно улучшать показатели во время реабилитационного периода, после инсультов, инфарктов, травм и хронических заболеваний внутренних органов и суставов; открываются дополнительные резервные возможности, позволяющие быстро подготовить и восстановить здоровый тонус мышц между тренировками и соревнованиями, раскрыть в полной мере весь спортивный потенциал и добиваться высоких результатов.

**МЕТОДИКА
ПРИМЕНЕНИЯ**

Изначально массажер собран для профилактики и лечения хронических спазмов в мышцах паравертебральных областей. Массажер устанавливается таким образом, чтобы позвоночник находился по центру, между двумя группами массажных элементов. Легкими, плавными движениями производим перемещение устройства снизу вверх и обратно. Сила давления регулируется индивидуально. Продолжительность процедуры — 5 мин

в день. Курс массажа проводится до полного освобождения от стойких мышечных напряжений.

Для самостоятельного лечения и профилактики хронических напряжений в паравертебральных мышцах необходимо лечь на массажер спиной так, чтобы позвоночник разместился по центру, между массажными элементами, и медленно перемещаться на нем вдоль позвоночного столба в течение 1-5 мин с интервалом в 1 мин. Давление на спазмированные области регулируется весом собственного тела с учетом порога чувствительности. Для людей с низким порогом болевой чувствительности и при первоначальном применении массажер нужно располагать на мягкой поверхности (для амортизации), а сверху его накрыть тканью (для защиты кожных покровов). В данном случае массажер также используется как глубокотканый аппликатор.

Для проработки хронических мышечных спазмов в шейном отделе позвоночника необходимо уменьшить втулку между группами массажных элементов на одну шайбу. Для этого нужно открутить одну рукоятку и снять с оси три массажных элемента и шайбу. После этого устанавливаются обратно массажные элементы, а за ними оставшаяся шайба. Возвращаем рукоятку на место — массажер готов. Шейный отдел обрабатывается в положении сидя двумя руками. Собранный массажер устанавливается у основания шейного отдела позвоночника таким образом, чтобы позвоночник находился по центру, под втулкой. Легкими, плавными движениями производим перемещение устройства снизу вверх, до основания затылочной кости и обратно. Сила давления регулируется индивидуально. Продолжительность процедуры — до 3 мин в день. Курс массажа проводится до полного освобождения от стойких мышечных напряжений.

Для самостоятельного лечения и профилактики хронических мышечных напряжений в шейном отделе позвоночника необходимо сесть, взять массажер двумя руками и установить его на место нахождения мышечных напряжений. Затем плавными движениями с небольшим усилием перемещать его вдоль мышц шеи снизу вверх и обратно от 1 до 5 мин. Массажер можно использовать для профилактики и лечения дефектов осанки в детском возрасте. Уменьшив втулку до двух шайб, можно сократить расстояние между массажными элементами до уровня паравертебральных областей у детей.

Сгруппировав все массажные элементы и поместив по две шайбы на концах, можно собрать **инструмент для массажа стоп**. Легкими, плавными, короткими движениями перемещаем устройство снизу вверх вдоль стопы и обратно. Сила давления регулируется индивидуально. Продолжительность процедуры — 3-4 мин в день. Курс массажа проводится до полного освобождения от стойких мышечных напряжений или длится 10 процедур в целях профилактики.

Для самостоятельного лечения и профилактики плоскостопия и проработки биологически активных точек массажер устанавливается в области пятки. Легкими, плавными движениями с небольшим усилием перемещаем массажер руками до пальцев ноги по стопе и обратно в течение 3-4 мин в день. Также можно перемещать массажер стопой без помощи рук.

Для уменьшения жировых отложений массажер собирается с периодическим расположением шайб и двух массажных элементов. Массажером прорабатываются места накопления жировых отложений. Легкими, плавными движениями производим перемещение устройства снизу вверх и обратно. Сила давления регулируется индивидуально с учетом порога чувствительности. Продолжительность процедуры — до 5 мин в день. При массаже тела не затрагиваются паховые, подколенные, подмышечные и подлокотные области (места нахождения лимфоузлов). Массаж рук и ног начинается с вышележащих областей, перемещаем массажер легкими, плавными движениями снизу вверх и обратно с постепенным увеличением давления. Сила давления регулируется с учетом порога чувствительности. Продолжительность воздействия на группу мышц — от 1 до 5 мин. Курс массажа проводится до полного освобождения от стойких мышечных напряжений или по 10-15 процедур дважды в год для профилактики.

Массажеры Ермакова являются универсальным инструментом для снятия мышечных спазмов в разных частях тела. Использовать массажер могут как профессионалы, так и люди, не имеющие специальной подготовки.

**В. И. Ермаков, массажист,
специалист по миофасциальной
мануальной терапии, г. Ижевск,
www.massager-ermakova.ru**



Массажер классический глубокотканый

Массажер универсальный
спазмоснимающийМассажер многофункциональный
мышечно-фасциальный

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ



Спазмов.нет

Не имеют аналогов в мире.
Незаменимы при искривлениях
позвоночника, плоскостопии,
межпозвоноковых грыжах,
преждевременном старении,
избытке веса и заболеваниях
сердечно-сосудистой системы.



Массажёры Ермакова

• Применение

Простота в использовании массажеров дает возможность как профессиональным массажистам, так и спортсменам без особого труда и специальной подготовки качественно прорабатывать спазмы и выводить молочную кислоту из «забитых» мышц, повышая их выносливость и эластичность. Компактность массажера позволяет всегда иметь его под рукой, а легкость в применении – улучшать и поддерживать физическую форму между тренировками и соревнованиями, восстанавливая работоспособность и здоровый тонус мышц, что позволяет реализовать в полной мере спортивный потенциал и добиваться высоких результатов.

• Конструктивные особенности

Массажеры изготавливаются из ореха. Разборная конструкция позволяет собрать удобную конструкцию для проработки любых частей тела.



www.spazmov.net

www.massager-ermakova.ru
Москва, 1-ая Аэропортовская, 6-103
e-mail: spazmamnet@gmail.com

ПО ВОПРОСАМ ПРИОБРЕТЕНИЯ
ОБРАЩАТЬСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (499) 151-61-56,
сот. 8 (926) 519-88-05

ТОРГОВЫЙ ДОМ «МЕДТЕХНИКА ЕВРОПЫ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ

Алмаг – эффективность, проверенная временем



Предназначен для лечения в стационарных, амбулаторных и домашних условиях ряда заболеваний:

- Артрит • Артроз • Вегето-сосудистая дистония
- Травмы опорно-двигательного аппарата • Невралгия
- Остеохондроз грудного и поясничного отделов позвоночника • Подагра
- Гастрит, панкреатит, язва
- Бронхиальная астма.

Алмаг обладает высокой медицинской результативностью за счет импульсного магнитного

поля. В зависимости от стадии заболевания улучшение наступает или с первых сеансов применения или после курсового воздействия.

ДЭНАС-Кардио



Предназначен для терапевтического неинвазивного (без нарушения кожных покровов) курсового воздействия на биологически активные зоны – динамической электростимуляции с целью коррекции артериального давления (АД) и нормализации общего состояния организма. Аппарат показан лицам старше 14 лет с лабильной формой артериальной гипертензии и пациентам со стойким повышением артериального давления (гипертоническая болезнь) в качестве дополнительного воздействия на фоне принимаемых медикаментозных препаратов.

Самоздрав



Дыхательный тренажер «Самоздрав» – современный эффективный способ профилактики в домашних условиях (по 30 минут в день, 6-8 месяцев) таких заболеваний как:

- высокое давление
- инсульт
- инфаркт
- стенокардия
- ишемия
- аритмия
- бронхиальная астма

Принцип действия: устранение спазма мелких сосудов за счет восполнения недостатка в крови природного сосудорасширителя – углекислого газа (CO₂).

Анализатор Аккутренд Плюс

Анализатор Аккутренд Плюс предназначен для самостоятельного измерения уровня концентрации в крови лактата, глюкозы, триглицеридов, холестерина. Получение результатов происходит путем фотометрического анализа света, который отражается от тест-полосок. Результаты, которые дает прибор для измерения холестерина, сопоставимы с результатами, полученными в стационарной лаборатории (если лаборатория автоматизирована и использует качественные реагенты).



Наш интернет-магазин www.medtech-shop.ru

Адреса магазинов:

СПб, ул. Боткинская, д. 1, (ст. м. «Площадь Ленина»)
тел.: (812) 542-32-54, 997-29-84 • с 10.00 до 21.00

СПб, пер. Гривцова д. 24 (ст. м. «Садовая», «Сенная», «Спасская»)
тел.: (812) 310-33-63, 930-33-62 • с 10.00 до 21.00

Аппарат для ультразвуковой чистки лица



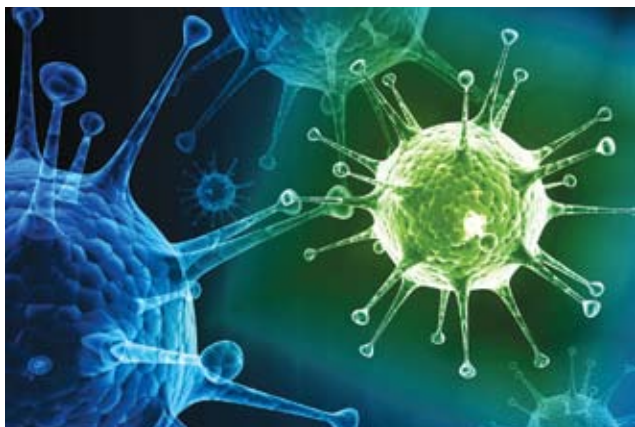
Ультразвуковой прибор YOU совмещает в себе 2 режима для комплексного ухода за кожей лица и областью декольте:

1. Ультразвуковая чистка является эффективной стимулирующей процедурой по уходу за кожей лица в любом возрасте.
2. Фонофорез тонизирует мышцы, осуществляет массаж тканей на клеточном уровне, заметно омолаживает кожу и подтягивает овал лица.

Результат ультразвуковой чистки:

- Эффективное удаление старых клеток кожи;
- Очищение от загрязнений и сужение пор, устранение комедонов, акне;
- Стимуляция процессов омоложения кожи.

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

**ГОРЯЧИЙ ОТВЕТ ПРОСТУДЕ И ГРИППУ!
ПРОСТУДА ПОД МИКРОСКОПОМ****КАК ПРОИСХОДИТ
ЗАРАЖЕНИЕ?**

Вирусы, вызывающие простудные заболевания, и вирусы гриппа проникают в организм через нос воздушно-капельным путем, а также через прикосновения.

Английские врачи провели такой опыт: укрепили на голове подопытного резервуарчик с водой, подкрашенной бесцветным веществом, которое светится в ультрафиолетовых лучах. От сосуда шел тонкий шланг к носу, и оттуда потихоньку сочилась эта вода. Человек, обремененный таким оборудованием, сидел за столом с группой других участников опыта и играл с ними в карты, изредка вытирая нос бумажными салфетками. Через два часа комнату осветили ультрафиолетовой лампой. «Искусственные сопли» оказались везде: на руках подопытного, на картах, даже на лицах игроков.

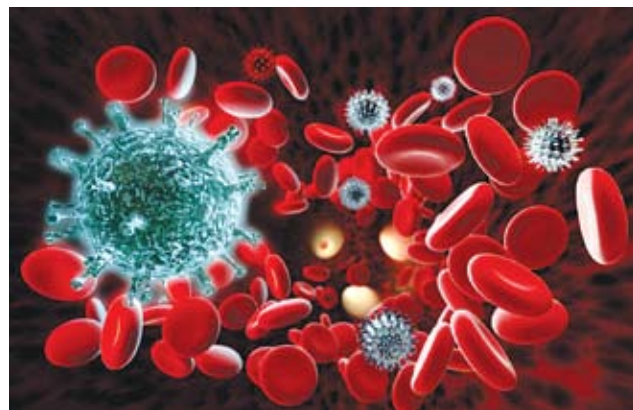
Американские психологи наблюдали в течение часа за поведением участников одного научного конгресса. Оказалось, что за это время более трети присутствующих ковыряли в носу или почесывали его. Между тем вирусы,

по меньшей мере, несколько часов выживают на коже и на окружающих предметах. Схватившись в автобусе за поручень после простуженного пассажира, а потом, прикоснувшись к носу, мы получаем порцию вирусов.

**КУДА «СМОТРИТ»
ИММУНИТЕТ?**

Самым первым защитным барьером против простуды является пленка слизи, которая покрывает слизистую оболочку верхних дыхательных путей (носа и горла). Эта пленка улавливает (склеивает) любую инфекцию и, транспортируя ее, удаляет с поверхности слизистой оболочки. Перемещение этой слизистой пленки обеспечивают реснички реснитчатого эпителия верхних дыхательных путей.

Если первый барьер не устоял, и вирусы все же проникли внутрь организма, на борьбу с ними бросаются клетки крови и лимфы, так называемые «киллеры», создающие иммунитет. Со многими вирусами и бактериями иммунная система справляется сама. Но, к сожалению, даже очень хорошо работающий иммунитет человека



часто не в состоянии устоять перед массовой атакой множества вирусов или бактерий. Если уж микроорганизмы преодолели защитный барьер, то иммунной системе нужно помочь, и начавшееся заболевание лечить.

ВРАГ ГРИППА – НАШ ДРУГ

Предлагаю Вам современную методику профилактики гриппа и простуды. Ее плюсы: высокая эффективность, универсальность, малозатратность, практически полная безвредность для организма, т.к. действие происходит только естественным природным фактором — теплом. Мы можем помочь себе, **прогревая гайморовы пазухи каждый вечер перед сном**. Так мы уничтожаем попавшие за день вирусы и не даем им проникнуть в организм. Ежевечерние прогревания в течение 15-20 минут помогут остаться здоровым.

Когда нужно начинать профилактические прогревания? Конечно, желательно их начинать уже с началом простудного сезона — осенне-зимнего (пик — февраль). Кстати, маленькому ребенку можно даже провести профилактическое прогревание лицевых пазух во сне, когда ребенок спит. А также погреть ему стопы — для стимуляции общего иммунитета.

Применяйте теплотерапию в холодное время года и будьте здоровы!

С. В. ЛЕБЕДЕВА, врач-физиотерапевт

**УНИЛОР: АЛЛЕРГИЧЕСКИЙ
РИНИТ И ОРВИ – ЛЕЧИТЬ ВСЁ!**

ЛОР-болезни едва ли не самые распространенные заболевания в мире. Оно и понятно: ухо, горло и нос подвергаются атакам микробов, вирусов, различных аллергенов в первую очередь. Статистика подтверждает: на долю ОРВИ приходится порядка 90% всех инфекций. Аллергия отмечается у 35% населения.

Какими характеристиками должно обладать лечебное средство от ОРВИ и аллергии? Оно должно устранять заложенность носа, боль, слизистые выделения, осиплость голоса. С этой точки зрения **УНИЛОР** можно считать одним из самых удачных средств, современной медицины. **УНИЛОР** дает возможность не только быстро и надежно устранить симптомы болезни, но и предотвратить заболевание.

Положительные свойства устройства не остались незамеченными потребителями, что привело к повышенному спросу на УНИЛОР в аптеках. На этот факт повлияла его универсальность:

- Можно лечить практически все распространенные ЛОР-заболевания: ринит, хронический гайморит, ангину, отит, аллергический ринит, острый гнойный средний отит, фурункул наружного слухового прохода и др.

- Одним устройством можно пользоваться всей семье. **УНИЛОР** не дает нагрузки на организм, что позволяет смело рекомендовать его даже беременным женщинам, матерям в период кормления грудью и для лечения детей.

**Благодаря чему УНИЛОР
способствует выздоровлению?**

Результативность заключается в идеальном сочетании физических факторов: **тепла, комплексного воздействия импульсного светового и магнитного излучения**, зарекомендовавших себя в лечении ЛОР-заболеваний и аллергического ринита наилучшим образом. **УНИЛОР** признается одним из уникальных устройств в медицине, цель лечения которым — ускорить выздоровление и избежать осложнений.



Аппарат УНИЛОР — новинку компании «Еламед» вы можете приобрести в аптеках «ФАРМАКОР», справочный телефон: 003.

www.elamed.com

8-800-200-01-13 (звонок по России бесплатный)

Адрес для заказа наложенным платежом: 391351, Рязанская область, Елатьма, ул. Янина, д. 25. ОАО «Елатомский приборный завод»

ОГРН 1026200861620

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

САМЫЙ МАЛЕНЬКИЙ В МИРЕ ГЛЮКОМЕТР С ЖК-ДИСПЛЕЕМ TRUE RESULT TWIST (ТВИСТ)

Комплект включает:

- Прибор TRUEresult Twist
- Чехол для хранения
- Ланцеты стерильные — 10 штук
- Ручка для прокалывания (совместима с большинством ланцетов)
- Буклет владельца (инструкция по применению)
- Журнал самопроверки

Особенности:

- Результат всего за 4 секунды: измерение уровня глюкозы в крови на ходу
- Крошечный размер пробы крови: 0,5 мкл.
- Взятие пробы из кончика пальца, предплечья или альтернативных мест
- Автоматическое включение, измерение и выключение — один из самых простых глюкометров в использовании
- Удобное крепление: глюкометр навинчивается на флакон с тест-полосками
- Инновационная технология тест-полосок: скошенный кончик для более точного результата
- Память на 99 тестов
- Безболезненное прокалывание: ручка для прокалывания с регулировкой глубины прокола и тончайшие ланцеты японского производства
- Срок годности тест-полосок — 3 года

Рассказывает потребитель

Мой стаж диабета 1 типа уже 35 лет. В своё время я перепробовал массу глюкометров и остановил свой выбор на TRUEresult Twist. Главные его преимущества — хорошее соотношение цена/качество. Точность данного прибора находится на самом высоком уровне, а цена тест-полосок относительно небольшая. Дополнительным несомненным плюсом Твиста являются его удобства в использовании «на ходу» и очень компактные размеры — вес самого глюкометра менее 17 г. Если использовать его со специальной резинкой, объединяющей прокалыватель и баночку с тест-полосками, на которой закрепляется глюкометр, то получается очень удобная конструкция, которая по размерам гораздо меньше традиционных глюкометров в чехлах. Маленькие размеры ДИА принадлежностей удобны всегда, но особенно это важно зимой, когда в тёплом кармане надо разместить и глюкометр с тест-полосками и, немалых размеров шприц-ручку. У меня был анекдотичный случай, когда моя знакомая взяла из упаковки баночку с тест-полосками (на которой уже был закреплён глюкометр) и, держа её в руке, удивлённо спросила — А где же сам глюкометр? Я выдержал мхатовскую паузу и сказал торжественным голосом — **ВЫ ДЕРЖИТЕ ЕГО В РУКЕ!**

Доставка товара по Санкт-Петербургу. Также заказы высылаем почтой России.
8 (960) 273-88-31
Группа в контакте: <http://vk.com/glucometr>



Трио-Трэвел

Туристическая деятельность, авиа, ж/д, автобусные кассы.

- Санатории и пансионаты Ленинградской, Новгородской, Калининградской областей, Карелии, Беларуси, Крыма и Краснодарского края
- Отдых и лечение на курортах Чехии, Венгрии и Прибалтики.
- Туры по России, ближнему и дальнему зарубежью.
- Билеты авиа, ж/д, автобус

Предъявителю газеты скидка от 3%

(812) 384-63-81

СРОЧНО! НУЖНА ПОМОЩЬ!

Анечка Завадская 39 лет, г. Санкт-Петербург

Диагноз - МЕЛАНОМА
кожи спины с метастазами.
Прогрессирование процесса!

Реквизиты для перечисления средств
Карта Сбербанка
4276 5500 2346 6389
владелец Максим Александрович Соловьев - муж Анюты.
№ счета в Яндекс Деньгах:
410012303606580

Анечке всего 39 лет! Дочке 4 года, сыну 12 лет! Они так нуждаются в её любви и заботе!

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

ВОЛШЕБНЫЕ СЕМЕНА ЧИА

Вот уже 2 года как на российском рынке появились семена Чиа, и это не случайно. Эти семена уже покорили весь мир. Их пытаются культивировать во многих странах, ими наслаждаются вегетарианцы и сыроеды, они нравятся практически всем, кто их употребляет ПРАВИЛЬНО.

В поиске источников здорового питания, вы можете спокойно остановить свой выбор на этих семенах, так как они содержат в себе кладёз жизненно-утверждающих веществ, способных затмить самые известные панацеи. Зарядить Вас колоссальной энергией, увеличить силу и выносливость, регулировать вес и уровень сахара в крови при минимальных затратах на приготовление.

Испанский шалфей — травянистое растение с древней историей. Чиа — это однолетняя трава, родина которой Центральная и Южная Мексика. Ацтеки верили, что семена Чиа придают им супер-силу и поэтому съедали их перед тем как пойти на охоту, так

как семена Чиа повышали выносливость, придавали сил и энергии. Каждодневная пища ацтеков внесет в ваш рацион такое количество суперактивных питательных элементов, что о преждевременной старости и болезнях придется забыть.

Теперь нет нужды разводить лосось в ванной тоннами, пережевывать шпинат и брокколи. И еще много и много продуктов, в том числе и не очень для Вас привлекательных, заменит ежедневная порция семян чиа. К слову, семена не имеют вкуса, а, значит, не испортят любое блюдо.

Наиболее важным в семенах Чиа является высокое содержание Омега-3 кислоты (64% от сухого веса семени), что в 8 раз больше, чем в рыбе или семенах льна и конопли. Прибавить сюда белок (20%) — в 6 раз больше, чем в фасоли, клетчатку (16%) — в 2 раза больше, чем в отрубях, антиоксиданты — утрет нос даже чернике. Витамины В3, В2, В1, железо, калий, селен, кальций и магний, фосфор, цинк —

все микроэлементы в разы превышают содержание оных в известных нам чемпионах.

В силу недавно обретенной популярности, о противопоказаниях семени Чиа пока особо не говорят, все о пользе и действии. Но все же определенные побочные эффекты могут быть при неправильном потреблении и использовании в пищу некачественных семян, непонятного происхождения.

И поверьте, это только малая часть того, что можно о них сказать. Но вы можете сами все это узнать, посетив дегустацию этих семян на выставке в Евразии: «Красота, здоровье, молодость» или на выставке в СКК: «Здоровый образ жизни».

Мы также готовы ответить на все ваши вопросы по телефонам: +7(911) 002-31-22 Наталья, +7(911) 230-29-45 Светлана и +7 (950) 006-51-70 Наталья. Мы также готовы вам дать множество интересных рецептов, позволяющих вам насладиться ЧИА.



www.zhiva.market

МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

ВАРИКОЗНАЯ БОЛЕЗНЬ ВЕН НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ – МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

В течение последних десятилетий в Европейских странах показатель смертности населения снизился на 40% и продолжает снижаться. В России этот показатель за тот же период вырос на 33% и пока остаётся на том же уровне. Львиную долю в этой статистике, более 55% по стране, и более 60% в Санкт-Петербурге, занимают заболевания, связанные с катастрофами сосудистой системы.

Развитию заболеваний сосудов способствует целый ряд факторов, которым, к сожалению, подвержены многие петербуржцы. Это и курение, которое является причиной сужения артерий нижних конечностей. Высокое кровяное давление также приводит к преждевременному старению артерий и их склерозированию. Врагами сосудов являются повышенный уровень холестерина или сахара в крови и избыточный вес. Нарушение режима труда и отдыха и сопутствующие этому стрессы также могут вызывать функциональные расстройства в сердечно-сосудистой, кроветворной, генеративной и других системах нашего организма.

Если поражены артерии нижних конечностей, человек может ощущать боли в ногах при ходьбе или во время упражнений. Из-за сужения артерий мышцы получают меньше крови, что приводит к появлению болей и судорог. Эти симптомы называются перемежающейся хромотой.

Что касается аневризм, то хотя она может протекать практически бессимптомно, возможны боли, обусловленные давлением на окружающие ткани и растяжением нервных сплетений. В области аневризмы, особенно аневризмы брюшной аорты или периферических артерий, может определяться пульсирующее опухолевидное образование.

В любом случае, есть ли уже эти симптомы или их нет, при разумном отношении к своему здоровью, полезно регулярно проходить осмотры у профильных специалистов.

Нередко заболевания сосудов протекают незаметно и развиваются годами, проявляясь внезапно тяжёлыми осложнениями. Можно и нужно регулярно проводить профилактические обследования сосудистой системы, особенно если родственники уже страдают этими заболеваниями.

Это позволяет выявить болезнь на ранних стадиях, когда многие пациенты даже и не подозревают о её существовании. В этом случае специалисты смогут назначить соответствующее медикаментозное или хирургическое лечение, и зачастую остановить развитие заболевания и предотвратить сосудистую катастрофу, такую, как инсульт, разрыв аневризмы или гангрена.

В Клинической больнице № 122 на отделении сосудистой и эндоваскулярной хирургии проводится лечение заболеваний сосудов при различных заболеваниях сонных артерий, при трофических язвах, аневризмах аорты, атеросклерозе, при варикозном расширении вен нижних конечностей. Используются новейшие методики эстетического хирургического лечения вен. В данной статье мы познакомим читателей с наиболее часто встречающимся заболеванием вен – **варикозной болезнью нижних конечностей**.

По результатам различных медицинских статистических исследований в индустриально развитых странах (США, Великобритании, а также в России) за-

болеванием венозной системы нижних конечностей страдает до 25% населения. Необходимо учитывать, что в значительном числе случаев (около 1% населения) у больных развиваются осложнённые формы венозной недостаточности, сопровождающиеся стойкой и длительной инвалидизацией пациентов.

Различают хронические и острые заболевания вен нижних конечностей, а также их последствия. К хроническим состояниям относятся врождённые аномалии развития венозной системы, варикозное расширение подкожных вен, недостаточность перфорантных вен и клапанная недостаточность глубоких вен. Среди острых заболеваний выделяют острый тромбоз периферических вен и глубоких вен. К последствиям последнего относится посттромботический синдром.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ПОДКОЖНЫХ ВЕН НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Возникновение варикозной болезни связывают с наследственными нарушениями эластичности венозной стенки, во многом связанные с гормональным воздействием на фоне венозной гипертензии. В пользу такой точки зрения говорит факт более частого возникновения варикозного расширения вен у женщин, семейный характер и нередкое его развитие во время беременности или после родов.

В основном варикозное расширение происходит в системе большой подкожной вены, реже в системе малой подкожной, а начинается с притоков ствола вены на голени. Естественное течение заболевания на начальном этапе достаточно благоприятное, первые 10 лет и более, помимо косметического дефекта, больных может ничего не беспокоить.

В дальнейшем, если не проводится своевременное лечение, начинают присоединяться жалобы на чувство тяжести, усталости в ногах и их отечности после физической нагрузки (длительное хождение, стояние) или ко второй половине дня, особенно в жаркое время года.

Большинство больных обращается с жалобами на боли в ногах, но при детальном расспросе удается выявить, что это именно чувство распирания, тяжести, налитости в голени. При даже коротком отдыхе и приподнятом положении конечности выраженность ощущений уменьшается. Именно эти симптомы характеризуют венозную недостаточность на данном этапе заболевания. Если же речь идет о боли, необходимо исключить другие причины (артериальная недостаточность нижних конечностей, острые венозные тромбозы, суставные боли и пр.).

Последующее прогрессирование заболевания, помимо увеличения количества и размеров расширенных вен, приводит к возникновению трофических изменений, чаще вследствие присоединения несостоятельности перфорантных вен и возникновения клапанной недостаточности глубоких вен. Трофические нарушения на начальном этапе проявляются локальной гиперпигментацией кожи, затем присоединяется уплотнение (индурация) подкожно-жировой клетчатки.

Завершается этот процесс образованием язв, которые могут достигать в диаметре более 15 см, а вглубь распространяться до фасции. Типичное место возникновения

венозных трофических язв – область медиальной лодыжки, но локализация язв на голени может быть различной и множественной. На стадии трофических расстройств присоединяются выраженный зуд, жжение в поражённом участке; у ряда больных возникает микробная экзема. Боль в области язвы может быть не выражена, хотя в части случаев носит интенсивный характер. На этом этапе заболевания тяжесть и отечность в ноге становятся постоянными. Венозные язвы отличаются от артериальных тем, что последние развиваются, начиная с дистальных отделов конечности (в частности при сахарном диабете), некротические дефекты при венозной недостаточности не сопровождаются перифокальным воспалением, язвы глубокие, с подрытыми вертикальными краями, дно наряду со скудным фибринозно-серозным отделяемым покрыто грануляциями, кожа вокруг язв пигментирована.

Следует помнить, что **медикаментозных средств, способных предупредить дальнейшее прогрессирование уже возникшего варикозного расширения подкожных вен, не существует**. Единственным способом такой профилактики является эластическая компрессия конечностей. При этом пациент должен начинать пользоваться эластичными чулками или бинтами с самого утра, не вставая с постели, когда подкожные вены еще не заполнены, и носить их в течение всего времени суток, пока он находится на ногах. Иначе эффекта от эластичной компрессии не будет. Накладывание бинтов нужно начинать от кончиков пальцев и равномерно охватывать всю конечность, не оставляя свободных участков до требуемого уровня. Естественно, немногие люди способны строго соблюдать данные правила, а потому основными методами лечения варикозного расширения вен остаются хирургические.

Прежде чем приступить к лечению варикозного расширения вен врач должен составить предельно четкое представление о состоянии глубоких и перфорантных вен конечности. На сегодняшний день нельзя оставлять ни одного флебологического больного без ультразвукового обследования. Именно это исследование, неинвазивное, крайне информативное в опытных руках, непродолжительное по времени и совершенно необременительное для пациента, стало основным в диагностике венозной недостаточности. Наиболее современной методикой является дуплексное сканирование с цветным доплеровским картированием, позволяющее выявить проходимость и состояние клапанов глубоких вен, от берцовых до нижней полой, направление кровотока в перфорантных и поверхностных венах.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ ВАРИКОЗНОГО РАСШИРЕНИЯ ВЕН

Современные подходы к лечению варикозной болезни претерпели существенные изменения в течение последних лет. Несмотря на значимые достижения в увеличении эффективности консервативного лечения и уменьшения травматичности операции, вплоть до «хирургии без разрезов» или «безоперационной методики», лечение варикоза является, по-прежнему, задачей ангиохирургов.

Внедрение в медицинскую практику интраоперационного дуплексного ангиосканирования наряду с техникой внутрисосудистых вмешательств, сделало возможным нередко отказ от общей анестезии и позволило оказывать помощь пациентам в стационаре одного дня или амбулаторно. Новыми методиками безопасно лечить запущенные формы варикоза у пациентов с тяжелыми сопутствующими заболеваниями и высоким риском осложнений.

В настоящее время разнообразные методики хирургического лечения остаются одним из наиболее эффективных инструментов в борьбе с варикозным расширением вен. Своевременно выполненная операция позволяет не только устранить все проявления варикозной болезни, но и предупредить развитие опасных осложнений этого заболевания. Описание наиболее эффективных хирургических методик лечения варикозной болезни можно прочитать ниже.

Основные методы хирургического лечения варикозного расширения вен:

1. Лечение лазером (Эндовенозная лазерная коагуляция – ЭВЛК).
2. Радиочастотная облитерация (РЧО).
3. Комбинированная флебэктомия.
4. ЭХО-склеротерапия.

1 Лазерное лечение (Эндовенозная лазерная коагуляция – ЭВЛК)

Варикозную болезнь крупных магистральных стволов подкожных вен стало возможным лечить с помощью разнообразных эндоваскулярных (внутрисосудистых) техник. Лечение лазером варикозных вен является одним из самых популярных в Западных странах малотравматичных оперативных вмешательств.

Смысл лазерного лечения заключается во внутрисосудистом закрытии просвета больных вен, без их непосредственного удаления. Эти манипуляции производятся под обязательным контролем дуплексного ангиосканирования вен нижних конечностей и требуют специального оснащения флебологической операционной. Воздействие лазерного излучения с определенной длиной волны приводит к тому, что больная варикозом вена после операции уплотняется, а затем «рассасывается» внутри конечности (т. н. фиброз венозного ствола). Эффективность данной методики очень высока и сравнима в последних крупных исследованиях с «классическим» хирургическим вмешательством – комбинированной флебэктомией. Основным отличием лазерного метода является его малая травматичность и великолепный косметический результат. Это обусловлено отсутствием разрезов (основные этапы вмешательства выполняются из проколов), отсутствием возможного травматического воздействия на окружающие ткани и, как следствие, низкой частотой осложнений и быстрой реабилитацией пациентов. Во время лечения лазером возможны различные варианты анестезиологического пособия вплоть до местной анестезии. При соблюдении методики лазерного лечения варикозного расширения вен, пациент не нуждается в послеоперационном обезболивании и активен сразу после выполнения процедуры.

Продолжительность пребывания в стационаре определяется в каждом случае индивидуально и чаще всего составляет от нескольких часов до суток. Данный вид

МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

лечения также отличает высокий косметический результат и низкая частота повторного развития варикозных узлов.

Наилучшими показателями эффективности и малой травматичности обладает лазерное излучение длиной 1470 нм, излучаемое радиальным световолокном. Вмешательство часто дополняется микрофлебэктомией или склеротерапией варикозных притоков магистральных вен. В конце операции одевается специальный компрессионный трикотаж (госпитальные чулки) для осуществления круглосуточной компрессии оперированной конечности. После произведенной эндовенозной лазерной коагуляции вен необходим обязательный дуплексный контроль за состоянием оперированного сегмента конечности.

2 Радиочастотная облитерация варикозных вен (РЧО)

Является одной из самых распространенных в США оперативных техник лечения варикозных вен. Метод радиочастотной облитерации, также как и лечение лазером, выполняется с помощью внутрисосудистой техники и во многом схож по принципам оперативного исполнения. Варикозное расширение вен лечится данным методом с такой же эффективностью, а самое главное с меньшей частотой осложнений, чем «открытая» методика. В случае с радиочастотной облитерацией, также не производится непосредственного удаления пораженных венозных стволов. С помощью пункционной техники производится катетеризация магистрального ствола варикозной вены. Внутрь просвета вены заводится проводник и катетер. Позиция специального катетера (радиочастотного электрода) контролируется в течение операции с помощью дуплексного ангиосканирования. Работа электрода приводит к нагреванию термоэлемента на конце катетера, который и обеспечивает лечебное воздействие на стенки вены. Продвижение электрода вдоль вены, пораженной варикозной болезнью, приводит к полному закрытию ее просвета. Затем, в течение некоторого времени, закрытая вена уплотняется и «рассасывается» непосредственно в теле пациента. В отличие от лазерной коагуляции, радиочастотное воздействие происходит с заданной

по принципу обратной связи частотой. Прибор самостоятельно рассчитывает необходимое для лечения каждого сегмента варикозной вены количество энергии.

Если необходимо, то одномоментно может быть выполнен микрохирургический этап лечения (напр. микрофлебэктомия) или склеротерапия. Косметический результат подобных вмешательств считается эталонным. Как и в случае с лазерным лечением, необходим динамический контроль состояния пациентов после произведенного вмешательства, осуществляемый с помощью дуплексного сканирования вен. В последних научных исследованиях радиочастотный метод лечения характеризуется немного меньшей частотой послеоперационных осложнений и более коротким сроком реабилитации.

Определенным недостатком обеих внутрисосудистых методик (ЭВЛК и РЧО) является более высокая стоимость расходного материала для выполнения операции.

3 Комбинированная флебэктомия

Традиционный метод лечения варикозной болезни, включающий в себя несколько хирургических этапов (кроссэктомия, инвагинационный стриппинг, микрофлебэктомия). Этот вариант лечения заслуженно является «золотым стандартом» флебологической помощи.

Безусловно, за время, прошедшее от первого подобного вмешательства до наших дней, данная методика была отшлифована до совершенства, но ее смысл остался неизменным. Он заключается в перевязке и удалении больных вен на протяжении всей конечности. На сегодняшний день каждый из этапов операции сочетает в себе принципы малой травматичности (малоинвазивности) и косметической хирургии. Основной разрез кожи производится на уровне паховой складки или подколенной ямки (в зависимости от формы болезни), где выполняется перевязка крупной магистральной вены и ее притоков на уровне впадения в глубокие вены конечности. Магистральный ствол вены больной конечности с помощью специальных зондов (модифицированный зонд Беккока или PIN-стриппер)

удаляется на протяжении всего пораженного варикозом участка. Наименее травматичная методика «внутреннего выворачивания» венозного ствола получила название инвагинационного стриппинга. Затем с помощью микроразрезов (2-3 мм) или проколов, которые наносятся по ходу варикозных вен, выполняется этап микрофлебэктомии — удаления варикозных притоков. Вся процедура проводится с помощью специальных флебологических инструментов и микрохирургической техники.

В связи с накопленным флебологическим сообществом огромным опытом, любая современная методика лечения варикоза, в первую очередь, сравнивается по эффективности с этим видом лечения.

4 Эхосклеротерапия

Метод склеротерапии широко применяется в флебологии в течение длительного периода времени и имеет большую популярность в некоторых европейских странах. Смысл склеротерапии заключается в введении в варикозные вены специального препарата (склерозанта), который приводит к «склеиванию» стенок и закрытию просвета пораженного участка вены. Наилучшими лечебными свойствами обладает пенный вариант консистенции вводимого склерозанта (foam-form склеротерапия). Чаще всего склеротерапия применяется с косметической целью (небольшие по диаметру и поверхностно расположенные варикозные вены). Однако для полноценного лечения магистральной формы варикозной болезни (крупных залегающих более глубоко стволов, которые зачастую и являются основной причиной болезни) необходим контроль дуплексного ультразвукового сканера. Используя ультразвуковой датчик, флеболог осуществляет пункцию и катетеризацию больных варикозом вен, а затем, вводя пенный склерозант, добивается равномерного распределения препарата на протяжении пораженного венозного сегмента. Сразу после завершения введения препарата, для лучшего лечебного результата, накладывается компрессионный трикотаж и пациенту предлагается некоторое время (около 30-40 мин.) ходить. Лечебный эффект

манипуляции контролируется с помощью дуплексного сканирования на повторных визитах. Достоинством метода является его относительно невысокая стоимость и отсутствие необходимости в анестезиологическом пособии. Серьезными недостатками эхосклеротерапии являются: более низкая по сравнению с другими методиками эффективность в отдаленном периоде наблюдений, необходимость повторных манипуляций и аспирации тромботических масс из крупных венозных стволов для получения удовлетворительного косметического результата.

Заключение

Основной задачей лечения при варикозной болезни остается устранение патологического движения крови (т. н. венозного рефлюкса), которое достигается полным закрытием просвета или удалением пораженных болезнью вен и перераспределением венозного кровотока по здоровым венам конечности. На практике эта цель чаще всего достигается комбинацией нескольких методик: для магистральных вен используется его удаление или метод термооблитерации (эндовенозная лазерная коагуляция или радиочастотная облитерация), а для притоков (небольших «ветвей» и узлов) — удаление по технологии микрофлебэктомии или склерозирования. Только специалист, обладающий всеми современными навыками диагностики и лечения варикозной болезни, может взвешенно оценить достоинства и недостатки лечебных методик в каждом конкретном случае. Выбор комбинации методов лечения, оптимально подходящей конкретному человеку строго индивидуален и должен проводиться с учетом многих персональных факторов и данных дополнительных исследований.

Более полная информация о других заболеваниях и работе отделения «Сосудистой, эндоваскулярной хирургии и флебологии» Клинической больницы № 122 им. Л. Г. Соколова содержится на сайтах www.top122.ru, www.med122.com. Записаться на консультацию к заведующему отделением Светликову Алексею Владимировичу или к любому из ведущих специалистов сосудистых хирургов, флебологов можно по телефону 962-92-91 или 363-11-22.



**ЦЕНТР СОСУДИСТОЙ
ХИРУРГИИ
им. Т.Топпера**

КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА №122



**им. Л.Г. Соколова
ФМБА России
Санкт-Петербург
пр. Культуры, 4**

**962-92-91
www.122top.ru**

**Забронируйте
ваш стенд
сейчас**

Vitafoods
Россия и СНГ



Выставка Функциональных Ингредиентов и Продуктов
Здорового Питания, Биологически Активных Добавок
26-28 октября 2015
Центр Международной Торговли, Москва, Россия



Vitafoods в России и СНГ – это
высококлассное специализированное
мероприятие, посвященное рынку
производителей, поставщиков
и потребителей ингредиентов
и сырья для биологически активных
добавок, спортивного, диетического
и функционального питания и напитков
в России и других странах СНГ.

Екатерина Тимохина
Vitafoods Россия и СНГ
+7 495 232 68 52
Email: jekaterina.timohina@informa.com

www.vitafoodsruussia.com

III СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ВЫСТАВКА

29 октября -
1 ноября 2015



СКК
Санкт-Петербург

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

В рамках НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ И ФИТНЕСА

**ТОВАРЫ И УСЛУГИ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ
И ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ**

ЕСТЕСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ

НАТУРАЛЬНАЯ КОСМЕТИКА

НАТУРАЛЬНАЯ ЕДА

СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ

БЫТОВЫЕ ЭКОТОВАРЫ

ВСЕ ДНИ НА ВЫСТАВКЕ

- ✓ консультации
- ✓ семинары
- ✓ мастер-классы



www.zozh-expo.ru (812) 777 04 04

34-я межрегиональная
специализированная **16 лет**
выставка-ярмарка **с Вами**

**КРАСОТА
ЗДОРОВЬЕ
МОЛОДОСТЬ**

**3-9
ноября
2015**

- * косметические и оздоравливающие препараты на природной основе
- * медицинские и оздоровительные центры
- * домашняя медтехника
- * товары для здоровья детей

ТРАДИЦИОННО В «ЕВРАЗИИ»
НАПРОТИВ М. ЛЕСНАЯ

Санкт-Петербург,
КВЦ «ЕВРАЗИЯ»,
ул. Капитана Воронина, 13
т/ф: (812) 596-38-64, 324-64-16
e-mail: krasota@sivel.spb.ru;
www.krazdom.ru; www.sivel.spb.ru



VitAktiva
Международная выставка

**17-19 ноября
2015**

Москва, МВЦ Крокус Экспо, пав. 2, зал 6



Организатор:
Выставочная Компания «Мир-Экспо»

РАЗДЕЛЫ ВЫСТАВКИ:

- Здоровое питание, органические продукты
- Диетическое питание
- Биологически активные добавки для здоровья, красоты и продления молодости
- Витамины для взрослых и детей
- Ингредиенты, сырье и оборудование для производства продуктов здорового питания, БАДов и витаминных
- Пребиотики и пробиотики
- Экспресс-диагностика организма
- Физическая культура и спортивное оборудование
- Экомаркеты и экорестораны
- Гомеопатия
- Фитоароматерапия и лекарственные растения
- Гирудотерапия
- Сертификация экологически чистой и органической продукции
- Кинезитерапия – лечение движением
- Оздоровительный массаж
- Оздоровительные технологии: йога, цигун и др.
- Косметология и нутрикосметика
- Чистая вода и оборудование для бытовой водоочистки
- Оптика
- Гармония личности: позитивная психология, центры релаксации и медитации, светотерапия, соляная терапия, стоунтерапия, музыкотерапия
- Оздоровительный отдых: санатории, пансионаты, SPA-курорты, экотуризм
- Экология жилища: приборы для очистки и увлажнения воздуха, ионизаторы, экологическая экспертиза помещений
- Международные социальные инвестиционные проекты, направленные на повышение уровня и качества жизни населения
- Выставочная экспозиция форума «Качество жизни старшего поколения»

Оргкомитет:

115230, Россия, Москва, Хлебозаводский проезд, дом 7, стр. 10, оф. 507
Тел./факс: 8 495 988-1620
E-mail: vita@mirexpo.ru, Сайт: www.mirexpo.ru

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ГАЗЕТЫ



**Выставка
«Здоровый образ жизни»**



**Выставка
«Красота. Здоровье. Молодость»**



**Петербургский
форум здоровья**



Учредитель, издатель, редакция —
ЗАО «Отраслевые справочники»

Адрес редакции:
190013, г. Санкт-Петербург,
ул. Рузовская, 31/1
Тел./факс: (812) 320-06-23, 320-06-22,
320-06-24, 324-73-50

Почтовый адрес: 190103,
Санкт-Петербург—103, а/я 168.

e-mail: info@farosplus.ru
Internet: www.farosplus.ru

Генеральный директор,
главный редактор
Зелик Н. Н.
Тел. (812) 320-31-18
e-mail: zelyk@farosplus.ru

Коммерческий директор
Алабышева В. А.
e-mail: reklama2@farosplus.ru
Тел./факс: (812) 320-06-23

Отдел по работе с выставками
PR-менеджер — Балясникова Е.В.
тел./факс (812) 320-06-22
expo@farosplus.ru

Отдел рекламы

Королев В. Н., тел. (812) 320-06-24
E-mail: dmail@farosplus.ru

Трофимова Л. Г., тел./факс (812) 324-73-50
E-mail: reklama@farosplus.ru

Чагина М. А., тел. (812) 322-65-61
E-mail: reklama4@farosplus.ru

Отдел подписки и распространения
Тел. (812) 320-06-22
e-mail: dmail@farosplus.ru

Дизайн-центр

Верстка — Прокофьева М. Л.
Дизайн — Пермовский С. О.

Электронная версия: www.farosplus.ru.

Издание зарегистрировано Управлением
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий
и массовых коммуникаций по Санкт-
Петербургу и Ленинградской области.
Свидетельство о регистрации
ПИ № ТУ 78-00832 от 21.03.2011 г.

Редакция не несет ответственности
за содержание рекламных материалов.
При перепечатке любых материалов
разрешение издательства и ссылка
на газету «Здоровье без границ»
обязательны.

Отпечатано в типографии
ООО «Типографский комплекс «Девиз»
199178, Санкт-Петербург, В.О., 17 линия,
д. 60, лит. А, помещение 4Н

Тираж 25 000 экз.
Заказ № ТД-6366

Подписано в печать 23.10.2015 г.
Время сдачи: 21 час 00 минут
Выход в свет 27.10.15 г.

Бесплатно

**Внимание! Все БАДы,
рекламируемые в газете
«Здоровье без границ»
не являются лекарством.
Перед употреблением
проконсультируйтесь
с врачом.**



**Выставка
«Индустрия здоровья»
Казань**



**Сеть медицинских магазинов
Доброта.ru**



**ФГБУЗ «Клиническая больница № 122
им. Л. Г. Соколова ФМБА России**



**Выставка
«Interfood»**



**Всероссийский центр экстренной
и радиационной медицины имени
А. М. Никифорова МЧС России,
Санкт-Петербург**



**Школа № 372
Московского района
Санкт-Петербурга**



ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ



Сеть медицинских магазинов

Наша миссия – помощь людям в физической реабилитации и социальной адаптации

Сеть медицинских магазинов «Доброta.ру», основанная в 2001 году, предлагает целый комплекс решений для сохранения, укрепления и восстановления здоровья.

На данный момент «Доброta.ру» насчитывает 44 салона-магазина в Москве, Московской области, Санкт-Петербурге и других городах России. На сайте www.dobrota.ru можно найти всю необходимую информацию и обратиться к он-лайн консультанту. Компания активно развивается: регулярно открываются новые магазины, расширяется ассортимент и перечень оказываемых услуг. Консультанты, работающие в салонах «Доброta.ру», имеют медицинское образование и постоянно совершенствуют свои знания в соответствующих областях.

Приглашаем Вас на День Доброты!

В салонах-магазинах «Доброta.ру» вошли в традицию и уже успели полюбить многими мероприятия под названием «Дни Доброты». Создание такого уникального формата позволяет компании регулярно взаимодействовать открыто и напрямую со своими клиентами и оказывать **целый набор бесплатных услуг** по сохранению и поддержанию здоровья населения.

— В **День Доброты** каждый желающий имеет возможность воспользоваться медицинскими услугами совершенно бесплатно, не выходя из нашего магазина. Наши специалисты измеряют давление, уровень сахара и кислорода в крови. Также все гости могут подышать чистым кислородом и попробовать кислородный коктейль. Вы можете проверить свой вес, протестировать работу массажеров и определить процентное содержание жира в организме с помощью специального прибора. По традиции, мы дарим подарки всем нашим покупателям, регулярно проводим акции и беспроигрышные лотереи с полезными и ценными призами!

Компания «Доброta.ру» приглашает и ждет всех желающих посетить «День Доброты»! График ближайших мероприятий и место проведения можно узнать, позвонив по круглосуточной горячей линии или на сайте компании в разделе «Новости».

«Доброta.ру» ставит интересы покупателя превыше всех остальных и активно развивается в этом направлении, заявляя о себе как клиентоориентированная и инновационная компания.

— В чем же ваша уникальность?

Мы стараемся, чтобы наша компания была не просто местом, где совершаются необходимые покупки! На сегодняшний день это не просто магазин с широким ассортиментом (около 7000 позиций) товара медицинского назначения и товаров для красоты, но и целый набор уникальных сервисов и услуг, которые постоянно расширяются и становятся все более доступными для жителей России. Свои услуги компания предлагает делить на **социальные и инновационные**.



Социальные услуги компании

- Бесплатная выдача средств реабилитации по программе «Электронный сертификат» от Социальной защиты
- Бесплатный самовывоз товара более чем в 20 городах РФ
- Бесплатная услуга «Доставка товара на выбор»
- Бесплатные консультации врачей в магазинах, по телефону и по e-mail
- Бесплатная демонстрация товара и консультация по скайпу
- Бесплатная консультация по социальным выплатам
- Бесплатный прокат реабилитационной техники по направлению врача или ЦСО
- Бесплатный прокат технических средств реабилитации в течение месяца
- Бесплатная доставка в ЛПУ
- Беспроцентная рассрочка на 6 месяцев. Оформление рассрочки дистанционно
- Выезд врачей на дом для подбора реабилитационной техники и средств по уходу за больными
- Бесплатная подготовка пакета документов для получения компенсации от ФСС
- Бесплатная услуга «Выезд врача-реабилитолога» при покупке от 10 000 р
- Ремонт и техническое обслуживание инвалидных колясок
- Комиссионные отделы с самыми низкими ценами в России
- В каждой товарной группе присутствуют товары по социальным ценам, что делает их максимально доступными для всех слоев населения.

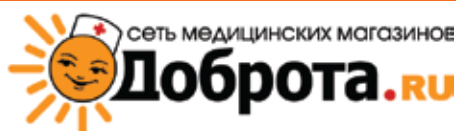
Инновационные услуги компании

- Круглосуточная работа салона-магазина «Доброta.ру» по адресу: г. Москва, ст. м. «Алтуфьево», ул. Угличская, д. 16
- Режим работы горячей линии — круглосуточно, 24 часа, включая выходные и праздничные дни
- Специалисты с медицинским образованием и знанием английского языка
- Ежемесячно более 20 различных акций, скидок, товаров по супер-ценам и гибкая система скидок при покупке товаров в комплекте
- Скидки по социальной карте
- Дисконтные карты компании с прогрессивной скидкой
- Доставка «в день заказа», в течении трех часов, в том числе и ночью
- Доставка в 32 000 населенных пунктов России, Казахстана и Белоруссии
- Более 1500 пунктов самовывоза для выдачи заказанного товара
- Возможность оформления покупки в кредит сроком до 3-х лет
- Любые способы оплаты. Возможность оплаты кредитной картой при доставке
- Услуга «Персональный менеджер» (дети с ДЦП)
- Услуга «Мобильный консультант» — помощь выбора товара дистанционно
- Сборка оборудования и демонстрация товара на дому
- Прием инвалидной техники на комиссию
- Изготовление ортопедических стелек по индивидуальному заказу
- Услуга «Тейпирование»
- Оптовые продажи по ценам производителей
- Более 1000 полезных статей по различным тематикам на сайте компании.

средства
реабилитациипредметы
уходадомашняя
медтехникатовары
для здоровья
и красоты

Купон на скидку
в сети магазинов
Доброta.ru

Скидка
5%



Компания Доброta.ру дарит Вам скидку на любой товар из ассортимента магазина.

Скидка не распространяется на товары, участвующие в других акциях. Воспользоваться скидкой можно в любое время, при наличии данного купона.

Бесплатный телефон горячей линии:

Россия +7 (800) 250-51-43

Санкт-Петербург +7 (812) 313-28-55

Москва +7 (495) 531-33-33

Работаем круглосуточно!

www.dobrota.ru