

ЗДОРОВЬЕ

без границ

ИЗДАТЕЛЬСТВО
ОТРАСЛЕВЫЕ
СПРАВОЧНИКИ

газета о здоровом образе жизни

№ 2, 2016

Есенин русского хоккея

Александр Мальцев — легенда хоккея. Любимчик...

«Для поддержания хорошего самочувствия начинаю каждое утро с ЛАКТОМАРИНА.»



с. 2

Для здоровья и красоты:

Продукт из панциря краба, Масло виноградной косточки, Масло гранатовых косточек

с. 8

Минеральные воды Чехии — курорт у вас дома

Эти воды, богатые природными газами, редкими минералами и ценными микроэлементами, уникальны по их составу и балансу и имеют мало аналогов в мире.

с. 5

Черепно-мозговая травма, инсульт — приговор ли это?

Что же делать, когда трагедия уже случилась?

с. 12



ФЕОКАРПИН — 10 СИЛ НАТУРАЛЬНОЙ ХВОИ

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

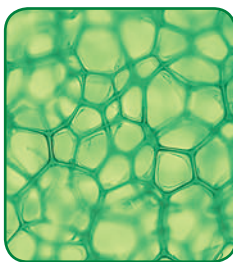
Натуральный хвойный комплекс Феокарпин — это 10 природных сил хвой, объединенных в одном препарате.

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



1 ПРОИЗВОДНЫЕ ХЛОРОФИЛЛА

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



2 КАРОТИНОИДЫ

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



3 ФИТОСТЕРИН

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



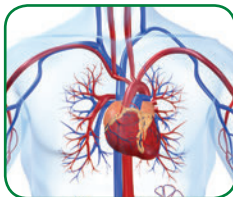
4 ПОЛИПРЕНОЛЫ

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



5 ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ

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



6 ВИТАМИН С

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



7 ВИТАМИН К

Нормализуют показатели свертываемости крови. Участвует в процессах метаболизма костей.

8 ВИТАМИН Е

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



9 ЭФИРНЫЕ МАСЛА

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



10 МИКРОКРИСТАЛЛИЧЕСКАЯ ЦЕЛЛЮЛОЗА

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



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

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

Производитель:
ООО «Производственная компания «Бионет»

Бесплатная горячая линия

8-800-555-55-09

отвечаем на вопросы по рабочим дням с 10 до 19

191025, СПб., Владимирский пр., д. 1/47, а/я 48

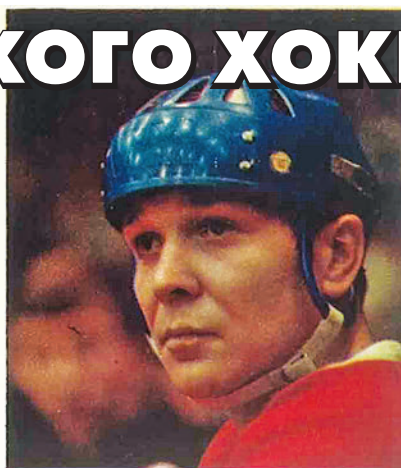
ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ПРЕПАРАТА

Св-во о гос. рег. № RU.77.99.11.003.E.005801.06.13 от 28.06.2013

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

ЕСЕНИН РУССКОГО ХОККЕЯ



А. Мальцев.

Александр Мальцев — легенда хоккея. Любимчик...

Есенин русского хоккея, Моцарт на льду, Паганини с клюшкой — так называли игрока московского «Динамо» и сборной СССР Александра Мальцева.

И в этом нет преувеличения: Мальцев, действительно, творил на льду все, что хотел. Трижды его признавали лучшим нападающим чемпионата мира, пять раз он входил в пятерку сильнейших форвардов планеты. При этом Александр Николаевич редко дает интервью и крайне скуп о себе рассказывает... Как писал о нем один из журналистов, «на льду рассказывал о себе больше, чем мог бы рассказать на словах». Но нам все же удалось встретиться с легендарным хоккеистом.

— Александр Николаевич, о вашей жизни слагают легенды. Ходили даже слухи о вашем романе с Софи Лорен. Где вы с ней познакомились?

— В Москве, на фестивале (улыбается).

— И как она?

— Обыкновенная женщина. Я, между прочим, наших актрис очень многих знал. И могу сказать, что наши — лучше.

— А как насчет истории, когда Вы с космонавтом номер два Германом Титовым на пограничном катере ловили рыбку в нейтральных водах?

— С Германом мы были в хороших отношениях. (Улыбается.)

— А еще, говорят, был случай, когда вы выступали в одной из зон в Комсомольске-на-Амуре. И заключенные встали перед вами на колени...

— Было такое. Я вообще почти все тюрмы в стране объехал. Весь БАМ. Ведь в то время как было? Комсомол посылает — пионерия отвечает «да». (Смеется.) Я же едва перешел в «Динамо», как получил звание младшего лейтенанта погранвойск. Дослужился в итоге до полковника.

— Александр Николаевич, откуда вы родом?

— Из Кирово-Чепецка. Семья у нас была большая, многодетная. Водворе пропадали целыми днями. Летом — футбол, зимой — хоккей.

— Вы играли за команду «Динамо», которой не изменили за годы своей 17-летней карьеры в большом хоккее. Не секрет, что тогда всех лучших игроков в ЦСКА забирали. Вас приглашали?

— Даже попыток не было. У нас сильные покровители были. Тогда же футбольный клуб «Динамо» курировало МВД и министр Щелоков, а хоккейный — КГБ и лично Андропов.

— Вы с ним часто встречались?

— Когда меня к нему первый раз вызвали, было немного не по себе. Вечером рассказал теще, что вызывают к Андропову. Пошутил: «Сушите сухари». Так она всерьез восприняла. Всю ночь сухари сушила. А утром я надел английский костюм и поехал на Лубянку. Зашел в кабинет, Андропов на меня глянул и усмехнулся: «Тебе в кино сниматься, а не в хоккей играть...»

— Говорят, вы были его любимцем?

— Меня всегда к нему отправляли, если какие-то проблемы для членов команды надо было решить. Я говорил, кому из ребят что нужно — квартиры, машины.

— Расскажите про Вашу семью.

— С будущей женой, Сусанной, я познакомился на пляже в Одессе и влюбился с первого взгляда.

— Слышала, что ее родители были известными в Москве людьми...

— Да. Мама — народная артистка СССР, тридцать лет в Большом театре танцевала. Потом она была директором московского мюзик-холла. Отец — знаменитый академик Константин Бутейко, автор методики дыхания посредством волевой ликвидации глубокого дыхания.

— Болельщики со стажем до сих пор обсуждают знаменитый матч «Динамо» — ЦСКА, который состоялся накануне вашей свадьбы...

— ЦСКА тогда считался противником, у которого практически невозможно было выиграть. Но и проигрывать мне накануне свадьбы было нельзя.

— Тогда во втором периоде ЦСКА вел с разгромом для вашей команды счетом — 6:1! Но в третьем периоде во многом благодаря Вашим усилиям, все перевернулось, «Динамо» добилося ничьей — 7:7! А на другой день состоялась Ваша свадьба, свидетелем на которой был Валерий Харламов. Кстати, в том историческом матче форвард ЦСКА не забросил ни одной шайбы. Почему? Может, у вас договор был?

— Не-е-е-т, ну что вы! Тогда договоренностей вообще не было.

— Валерий Харламов был Вашим лучшим другом. А сына называли в его честь?

— Да. Я назвал сына Валерой, он — Сашей. У нас с Валерием Харламовым было полное взаимопонимание, общие интересы.

— А как Вы узнали о его гибели?

— Мы тогда готовились играть на Кубок Канады. В аэропорту Виннипега, шведский судья рассказал нам, что погиб Харламов. Шоковое состояние... Мы тогда втроем — Васильев, Михайлов и я, отправились к тренеру сборной Тихонову, просили, чтобы он отпустил нас на похороны. У меня до сих пор в ушах его слова: «Пришел один Харламов, придут и другие, такие же. Свет клином не сошелся». Правда, видя мое состояние, Тихонов не стал меня выпускать на первую игру. А Михайлова с Васильевым заставил играть.

— Александр Николаевич, после суперсерии игр с канадскими профессионалами в 1972-м сборную СССР стали называть «красная машина»...

— Не знаю, кто это так называл. Не было такого. Это придумки. Есть сборная СССР. Причем здесь красная машина? Это же смешно. Так машиной можно назвать пожарную машину, скорую помощь. Причем здесь хоккейная команда?

— Хорошо, давайте поговорим про ваши впечатления в Канаде. Что запомнилось?

— Канадцы нас за игроков не считали, по всему чувствовалось. Когда сидели на нашей тренировке — смотрели как на дураков. И когда представление команд

перед матчем было — про них минут 40 говорили. А на нас минут за 10 представили. Нас воспринимали так — приехали медведи играть в хоккей.

— Когда стали вас воспринимать иначе?

— После победы сборной СССР в первом матче нас зауважали. Хотя тогда было немного обидно — канадцы сразу уехали в раздевалку, не пожав нам руки. Потом объясняли — как мы можем пожать им руку, если они у нас отобрали деньги?

— Представляю, какие суммы получали канадцы за победы. А вам что-то платили?

— В 1972 году за четыре матча суперсерии каждый получил по 150 долларов. Из этих премиальных мы сбрасывались на доктора и массажиста, которым ни копейки не дали.

— Уже во втором матче канадцы стали откровенно грубить, вели жесткую силовую борьбу не по правилам. Самый жуткий прием в те годы окрестили «шлагбаум». Клюшку держат в двух руках — и бьют в шею...

— А что, они кроме этого не могли ничего делать. И в скорости от нас отставали. А шли вперед за счет чего? За счет драки.

— Но в Москве серию игр наша сборная проиграла. Почему?

— Когда мы готовились к канадским играм, месяц безвылазно на базе сидели. А из Канады вернулись героями. И руководство нам неожиданно предоставило выходные. Я с друзьями рванул отдыхать в Сочи. И там мы расслабились. Тренироваться начали за три дня до стартового матча. Вот и проиграли.

— А как расслабляются легенды советского хоккея?

— Ну как? Как обычные люди... (смеется).

— Вас с Харламовым хотели заполучить в НХЛ. Как это было?

— Нам с Валерой, Якушеву и Третьяку предлагали попросить политического убежища. Из гостиницы отвезли в какой-то офис, с каждым беседовали отдельно. Контракт предложили очень солидный — четыре с половиной миллиона долларов!

— Почему отказались?

— Нас бы народ не простил. На хоккейные матчи в СССР ходили как в театр на любимых звезд. Мы играли для болельщиков. А если бы мы уехали?

— А что вы можете сказать о современном хоккее?

— Канадцы взяли все самое хорошее у нас, а мы самое плохое у канадцев. Хоккей в нашей стране умирает. В течение года 300 человек уехали в другие страны. Потому что им здесь играть не дают. А мы приглашаем иностранцев, которым под 30 лет, которым вообще ничего не надо. Только денежные знаки. А зачем тогда школы? Молодежная лига?

— А в вашей жизни кто самый главный тренер?

— Чернышев. Он сделал историю хоккея.

— А Тарасов?

— А что он сделал? Собирали по всей стране лучших игроков. Вот и все. Кого он вырастил? Раз-два и обчелся. Остальные все приезжие. Тихонов тоже пошел по стопам Тарасова. С ним мы сидели на сборах по 250 дней. Семей вообще не видели. Из-за этого Третьяк, я и Валера Васильев и ушли из сборной. Я тогда сказал Тихонову: «Вы, Виктор Васильевич, сказали, что мы — профессионалы. Давайте я с «Динамо» буду тренироваться». Но после этих слов о сборной пришлось забыть. Хотя силы играть еще были.

— А сейчас за ветеранов не выходите?

— Травмы играть не дают. У меня 3-й и 4-й позвонок стерлись от нагрузок. В Германии год лечился, предлагали делать операцию. Я отказался. Практически у всех, кто работал с Тихоновым, беда с позвоночником. У него же методика была такая — кому штангу 100 кг на плечи положит, кому 200. Вообще, спорт — это нездоровье.

— А сейчас за здоровьем следите?

— Недавно мне посоветовали принимать гель из бурых морских водорослей — ЛАКТОМАРИН. Говорят, он хорошо суставы поддерживает — в нем же содержатся кальций, фосфор, фтор, магний, медь. И главное — никакой химии. Он организм очищает, вредные вещества помогает выводить, и также мне рассказывали, что ЛАКТОМАРИН способствует нормализации давления и сосудов укрепляет. Иммуитет поддерживает.

— А из чего состоит это чудо-средство?

— Из морской водоросли — ламинарии. Их перерабатывают при температуре не выше 80°C, чтобы сохранить все ценные вещества. Разработали эту технологию еще в 1968 году наши ученые. Но тогда его делали для космонавтов, может быть, кто-то из советских вождей имел возможность такой биогель принимать, обычным людям он был недоступен. Даже нам в сборной ничего подобного не предлагали. Нам давали синтетические витамины в таблетках. Кстати, мы их в унитаз спускали.

— Почему?!

— Я где-то еще в юности услышал, что каждая таблетка вычеркивает из жизни 5 секунд. До сих пор стараюсь без них обходиться.

— А что в жизни сейчас доставляет Вам самую большую радость?

— Хоккей — по-прежнему главное в моей жизни. Все-таки я советник президента ХК «Динамо» Москва.

— Как поддерживать жизненный тонус?

— Для поддержания хорошего самочувствия начинаю каждое утро с ЛАКТОМАРИНА — столовую ложку натошак, запиваю стаканом воды.

— Совсем скоро, с 6 по 22 мая 2016 года, в России произойдет важнейшее событие всего хоккейного мира. У нас в стране пройдет Чемпионат мира по хоккею. Что можете пожелать нашим читателям накануне этого важнейшего события в мире спорта.

— Всем удачи!

Беседовала Елена Иголинская



Консультация по продукту бесплатно, звоните:

8 (812) 332-53-13

Мы вас ждем по адресу:
Санкт-Петербург,
ул. Гастелло, д. 14, оф. 5

www.lactomarin.com/spb

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ



ЛАКТОМАРИН ИЗ МОРСКИХ ВОДОРΟΣЛЕЙ ЛАМИНАРИЯ

Бурые морские водоросли ламинарии уникальны: ни одно растение на суше не обладает таким богатым перечнем полезных веществ. В Японии 25% дневного рациона питания составляют водоросли. При этом средняя продолжительность жизни в этой стране превышает 80 лет. Теперь фастфуд и его вред добрались и до самых здоровых жителей Земли. Но полезные свойства водорослей остались неизменными, их по-прежнему называют «фабрикой здоровья»!

А ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО...

Микро- и макроэлементный состав ламинарии чрезвычайно близок составу таких физиологических жидких сред человеческого организма, как кровь и плазма.

Ламинария, та самая «морская капуста», содержит десятки элементов таблицы Менделеева, богата полиненасыщенными жирными кислотами, полисахаридами, аминокислотами, витаминами, минеральными веществами. Это говорит о нашей эволюционной связи с морем, а также позволяет рассматривать морские водоросли как сбалансированный источник насыщения организма минеральными веществами и микроэлементами.

Выполняя наказ «отца медицины» о том, что «пища должна быть лекарством, а лекарство — пищей», ученые постоянно искали средства, которые бы не просто насыщали наш организм всем жизненно важным, но и лечили его. Конечно, в своих поисках ученые не могли ни обратить внимание на японцев, особенно живущих на Окинаве. Мало того, что они признанные долгожители, ко всему прочему они почти не страдают от онкологии, большинства сердечно-сосудистых заболеваний и сахарного диабета. А далее выяснилось, что все это благодаря регулярному поеданию водорослей во всех возможных видах.

СЕНСАЦИОННОЕ ОТКРЫТИЕ — ФУКОИДАН

Бурые морские водоросли — признанный источник множества микро- и макроэлементов, ежедневно необходимых организму человека. Но исследователей ждало сенсационное открытие! В составе этих водорослей обнаружили альгинаты и фукоидан. Выяснилось, что они нормализуют работу кишечника, очищают организм от шлаков и токсинов, тяжелых металлов и даже радионуклидов! Одновременно они подавляют активность вредных бактерий и поддерживают рост естественной микрофлоры. А ведь от правильной работы кишечника зависит, в том числе, и наш иммунитет.

ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

После этого открытия, можно смело заявить — мечта Гиппократа сбылась. Из бурых морских водорослей ученые создали гель, который является средством для лечебно-профилактического питания. Средство получило название **ЛАКТОМАРИН**. **ЛАКТОМАРИН** прошел клинические исследования и его действие на организм человека доказано.

ВСЕ ЛИ ВОДОРΟΣЛИ ОДИНАКОВО ПОЛЕЗНЫ?

Однако, помимо **ЛАКТОМАРИНА**, реклама сегодня предлагает множество продуктов на основе бурых морских водорослей! Но вся ли эта продукция действительно полезна?

С этим вопросом мы обратились к врачу-эндокринологу, кандидату медицинских наук Лилии Татариновой, которая уже много лет занимается изучением лечебных свойств водорослей.

— Это напрямую зависит от качества сырья! — однозначно отвечает Лилия Викторовна, — В наших дальневосточных морях самые большие запасы бурых водорослей. Однако в северных морях растут они медленно. Той же ламинарии им нужно два года, чтобы набрать максимум полезных веществ. Однако промышленникам, как правило, ждать недосуг — экономически невыгодно. Поэтому они применяют технологию форсированного выращивания ламинарии — за один год. К ускоренному способу прибегают до 80% добывающих компаний в мире. В итоге они предлагают нам водоросли первого года вегетации, в которых пока не накопилось никаких ценных компонентов.

НЕ РАСТИТЕ ВОДОРΟΣЛЬ В МУТНОЙ ВОДЕ...

А еще Лилия Татаринова рассказала нам о другом важнейшем моменте — экологии моря, в которой эти самые водоросли росли. Ведь они, как губка, впитывают из моря все — и не только полезное.

— В природе ламинарии растут в холодных, экологически чистых морях, однако в Китае была выведена теплоустойчивая форма и созданы плантации в прибрежных водах Желтого моря. В его акватории ведется добыча нефти, а в 2010 году после взрывов на нефтепроводе в Желтое море вылилось полторы тысячи тонн нефти, которая растекалась по площади более 400 квадратных километров. А в наших магазинах и аптеках большая часть водорослей китайского происхождения. Выводы делайте сами...

— Лилия Викторовна, понятно, что добытые из моря водоросли надо как-то сохранить. При этом их сушат в сушильных аппаратах, а затем консервируют химическими веществами. В промышленности иногда используют ультразвуковую обработку...

— После подобных манипуляций часть полезных веществ необратимо теряется. Особенно это относится к фукоидану — уникальному полисахариду. При температуре выше восьмидесяти градусов происходит деградация полисахаридов — а именно они-то и дают основную пользу. В последние годы фукоидан активно исследуют ученые по всему миру. Выявлено, что он способен подавлять активность раковых клеток и приводить к их естественной гибели. А еще фукоидан является мощным антиоксидантом и способен снижать повышенные уровни холестерина и глюкозы крови, оказывать противовирусное, противовоспалительное действие.

— Лилия Викторовна, подведем итоги. Получается, что в наш рацион часто попадают однолетние, физиологически незрелые ламинарии, да еще и потерявшие после технологической переработки большую часть целебных свойств. Но все-таки ведь в них есть какие-то полезные компоненты? Скажите, все-таки стоит есть побольше морской капусты?

— Лучшее есть, чем не есть! Но не все так однозначно! Дело в том, что основные полезные вещества заключены внутри клетки с очень твердой оболочкой. Пищеварительные ферменты нашего организма

не способны переварить клеточную стенку водорослей. Если было бы иначе, мы смогли бы как козы питаться листвой. Так что даже те ценные компоненты, которые попадают к нам на стол, имеют низкие шансы оказать свое полезное действие.

— Грустная картина...

— Могу вас обрадовать. Российские ученые нашли выход. Например, для производства **ЛАКТОМАРИНА** — геля из бурых морских водорослей, популяции ламинарий культивируют в естественных акваториях — в холодных дальневосточных водах. Их бережно выращивают в течение двух лет, до физиологически зрелого состояния. Полученные водоросли на берегу сушатся в естественных условиях.

— Ну а как же достать все полезное из водорослей, если в организме человека нет нужных ферментов?

— Ученые долго искали способ — как вскрыть оболочку клетки и сохранить ее полезное содержимое. И нашли. После многолетних экспериментов была разработана и запатентована технология разрушения клеточной стенки водорослей, без применения высоких температур, ультразвука и агрессивных компонентов. При этом сохраняются все основные биологически активные вещества. А в качестве естественного консерванта используют природную микрофлору водорослей.

— И что, это можно считать лекарством от всех болезней?

— Это не лекарство и не БАД. Есть такая категория — продукт лечебного питания. Клинические исследования показали, что гель из бурых водорослей эффективен в комплексном лечении целого ряда заболеваний. Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения и социального развития России были утверждены показания к применению геля из бурых морских водорослей. К ним относятся заболевания сердечно-сосудистой, эндокринной, иммунной систем, желудочно-кишечного тракта, нарушения обмена веществ. Гель рекомендуется для лечебно-профилактического питания жителям мегаполисов, особенно детям и беременным, лицам, работающим в нефтедобывающей отрасли.

Создатели **ЛАКТОМАРИНА** открыли новую страницу нашей науки — морскую фармакологию. Взяв из океана самое лучшее, они помогают людям сохранить здоровье и молодость.

Среди тех, кто регулярно принимает **ЛАКТОМАРИН** — ученые, космонавты, телеведущие, знаменитые спортсмены — олимпийские чемпионы. В их числе: Лилия Скобликова, Александр Зайцев, Александр Мальцев, а также бессменный ведущий программы «В мире животных», доктор биологических наук Николай Николаевич Дроздов.

Лечебно-профилактический продукт «Лактомарин» рекомендован к применению Российским научным центром восстановительной медицины и курортологии Росздрава. Одобрено НИИ питания РАМН.

СЕРТИФИКАТ СООТВЕТСТВИЯ
№ РОСС.RU. АЯ46.Н681 16

Консультация по продукту
бесплатно, звоните:

8 (812) 332-53-13

Мы вас ждем по адресу:
Санкт-Петербург,
ул. Гастелло, д. 14, оф. 5

www.lactomarin.com/spb
www.lactomarin.ru

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- сердечно-сосудистая система;
- желудочно-кишечный тракт;
- эндокринная система;
- иммунная система;
- детоксикация организма и др.;
- в комплексной терапии широкого ряда заболеваний;
- для профилактики, здоровья и долголетия.

Каждый день больше миллиона человек на всей территории нашей страны жалуется на плохое здоровье. Не жалуйтесь — действуйте!

Начинайте свой день с **ЛАКТОМАРИНА**!



ЛАКТОМАРИН — ПО ЦЕНЕ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ!

Срок действия акции до 31 мая 2016 года, при наличии данного купона. **БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА.**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

7 ПРИЧИН ПРИНИМАТЬ ЛИКОПИН

Часто самые простые вещи помогают нам чувствовать себя здоровее, активнее, счастливее.

Ликопин — каротиноидный пигмент, который придает овощам ту самую аппетитную красно-оранжевую окраску. В организме человек он не вырабатывается, а поступает исключительно с пищей. Больше всего Ликопина содержится в обычных помидорах. Казалось бы, что может быть проще? Но существует, по меньшей мере, семь причин для регулярного приема Ликопина.

Причина 1

Влияние на мужское здоровье

Одной из причин развития простатита, аденомы и импотенции являются процессы на клеточном уровне. **Ликопин** накапливается в предстательной железе, предотвращая повреждение клеток свободными радикалами и улучшая межклеточный обмен.

Причина 2

Воздействие на сердечно-сосудистую систему

Возникновение атеросклероза и гипертонической болезни часто обусловлено плохим состоянием кровеносных сосудов. Антиоксидантные свойства **Ликопина** предупреждают повреждение свободными радикалами стенок сосудов, что делает их более эластичными и прочными.

Причина 3

Улучшение межклеточного обмена

Онкологические заболевания характеризуются прекращением межклеточного обмена между раковыми и другими клетками пораженного органа. **Ликопин** стимулирует межклеточный обмен на всех уровнях и снижает риск потери его активности.

Причина 4

Активизация защитных свойств организма

Свободные радикалы, повреждая клетки организма, негативно влияют на общее состояние иммунной системы и способность организма противостоять болезням. **Ликопин** предотвращает повреждение клеток свободными радикалами, активизируя процессы обмена и активизации естественных защитных свойств организма.



Причина 5

Воздействие на кожу

Повреждения клеток свободными радикалами — существенный фактор преждевременного старения кожи. **Ликопин** улавливает свободные радикалы и предотвращает повреждения клеток, которые они вызывают.

Причина 6

Влияние на состояние зрения

Ухудшение зрения в ряде случаев связано с воздействием на глаз ультрафиолета. Продукты окисления **Ликопина** помогают защитить сетчатку и хрусталик глаза от ультрафиолетового излучения.

Причина 7

Антиоксидантные свойства

Эффективность антиоксидантных свойств **Ликопина** в 2,5 раза выше, чем у бета-каротина и примерно в 100 раз выше, чем у витамина Е.



**СПРАШИВАЙТЕ «ЛИКОЛАМ»
В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА!**

**Препарат Ликолам —
источник природного
Ликопина**

*2 капсулы Ликолам содержат
6 мг Ликопина и полностью
обеспечивают рекомендованную
суточную норму его потребления.*

Св-во о гос. рег. № RU.7799.88.003E.006124.04.15
от 30.04.2015 и ТУ 9281-001-38528134-12 с изм. 1

Узнайте больше о препарате Ликолам по бесплатному телефону 8-800-55555-09 или на сайте new.bionet.ru
Производитель: ООО «Производственная компания «Бионет» • 191025, СПб., Владимирский пр., д. 1/47, а/я 48

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ПРЕПАРАТА

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Добыча поваренной соли из морской воды и ее концентратов соляных рассолов — древнейший промысел крымского населения. Освоили его еще до нашей эры половцы и скифы. С тех давних пор, розовая морская соль всегда была и остается эксклюзивным Товаром. Продукция Крымского солепромысла на протяжении многих веков доставлялась к столам Российских Императоров.

В 1912 году на Всемирной выставке в Париже эта морская соль получила первую золотую медаль.

Полезные свойства и состав

Благодаря расположению промысла между побережьем Черного моря и озером Сасык-Сиваш, грязи которого целебны, высокой концентрации в соляных озерах микроводоросли "Dunaliella Salina", крымская розовая соль включает в себя бета-каротин и другие биокомпоненты, сохра-

КРЫМСКАЯ МОРЕСКАЯ СОЛЬ

няя живую биологию моря, а также имеет привлекательный розовый оттенок.

Таким образом, несмотря на обилие видов соли, самой здоровой для человека является именно морская садочная соль:

- ее получают природным путем выпаривания на солнце чистой морской воды;
- ее не обрабатывают химическими осветлителями и не добавляют химических разрыхлителей, препятствующих слеживанию;
- она полностью растворяется в жидкостях организма и не откладывается в тканях и внутренних органах, так как очень хорошо усваивается организмом.

Морская соль содержит в себе множество микроэлементов: йод, фтор, калий, магний, кальций, бром, натрий, натуральный бета-каротин и др.

Dunaliella Salina восполняет из водной среды свой дефицит макро- и микроэлементов: кальция, фосфора, магния, калия, железа, цинка, меди, селена, марганца, стронция и др.

Она продуцирует такие кислоты как: фолиевая, олеиновая, линолевая, а также витамины А, С, D, Е.

Жизненно важные функции соли в организме

- 1 Соль наиболее эффективна в стабилизации сердцебиения и, вопреки неправильному представлению, что соль вызывает высокое кровяное давление, она, на самом деле, важна для регулирования кровяного давления, также как и вода.
- 2 Соль жизненно важна в устранении чрезмерной кислотности клеток организма, в частности, клеток мозга.
- 3 Соль жизненно важна для регулирования уровня сахара в крови; необходимый элемент для диабетиков.
- 4 Соль жизненно важна для генерации гидроэлектрической энергии в клетках тела. Она используется для местной генерации энергии в местах, где клетки нуждаются в энергии.

**Со способами применения морской соли для здоровья и красоты
можно ознакомиться на нашем сайте
saltpink.ru**



Срок годности продукта практически не ограничен. Эффективность и безопасность морской соли подтверждается паспортом качества и декларацией соответствия ТС.

Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь у специалиста.

По вашей заявке предоставим образцы соли и все необходимые документы.

ООО «Омега-Трейддинг» • e-mail: sales@omegatrading.ru • www.omegatrading.ru
Тел./факс: (812) 438-04-54, +7 (911) 922-63-58, +7 (963) 307-66-24

5 Соль жизненно важна для связей нервных клеток и процесса обработки информации все время, как работают клетки мозга, с момента зачатия и до смерти.

6 Соль жизненно важна для всасывания питательных веществ пищеварительным трактом.

7 Соль жизненно важна для очищения легких от слизи и густой мокроты, в частности, при астме.

8 Соль жизненно важна при простудных насморках и заложенности носовых пазух.

9 Соль — сильный натуральный антигистамин.

10 Соль важна для предотвращения мышечных спазмов.

11 Соль жизненно важна для предотвращения избыточного слюноотделения в момент, когда слюна вытекает изо рта во время сна. Необходимость постоянно подтирать излишнюю слюну указывает на недостаток соли.

12 Соль абсолютно жизненно необходима, чтобы сделать структуру костей прочной. Остеопороз в большинстве случаев это — результат недостатка соли и воды в организме.

Способы применения

Самый лёгкий и комфортный вариант использования морской соли в повседневной жизни — солевые ванны.

Ванна «Черноморская». Соленость воды в акватории черноморского побережья составляет 18 промилле. Для принятия ванны «Черноморская» Вам потребуется 1,8 кг соли на 100 л воды.

Ванна «Среднеземноморская» — 3,6 кг соли на 100 л воды.

Ванна «Морская» — 2,5 кг соли на 100 л воды.

1. Принимают ванну через 1-2 дня.
2. Рекомендованная длительность пребывания в домашнем море — 10-20 минут.
3. И обязательно следите за своим состоянием. Вам должно быть комфортно!

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

Минеральные воды Чехии –
курорт у Вас дома



Единственный поставщик в России:

ООО «Родник»

Тел.: +7(812) 274-57-80, +7(812) 274-40-79

www.minervoda.ru

Бесплатная доставка по Петербургу от 30 литров

Фирменный магазин:

7-Советская ул. д.16,
тел.: +7(812) 719-82-96

ул. Будапештская, дом 17, корп. 1,
тел.: +7(921) 759-82-96

**Клинические эффекты
лечебно-столовой
минеральной воды «Билинска
Киселка»**



Минеральная вода «Билинска Киселка» обладает разнообразными лечебными эффектами. Наличие кислотонейтрализующего эффекта позволяет использовать ее у больных с кислотозависимыми заболеваниями (язвенная болезнь, хронический гастродуоденит и хронический панкреатит). Известно, что минеральная вода «Билинска Киселка» оказывает влияние на индукцию гормонов пищеварительной системы и, посредством этих реакций, модифицирует течение метаболических процессов, вследствие этого с успехом применяется при ожирении.

**Клинические эффекты
лечебной минеральной воды
«Зайчицка Горька»**



Большое количество ионов магния в составе «Зайчицкой Горькой» способствует применению для лечения заболеваний толстой кишки, протекающих с запорами. Она создает мягкий и стойкий послабляющий эффект у пациентов с синдромом раздраженного кишечника, долихосигмой, гипотоническим состоянием толстой кишки различного генеза. Этому также способствует ее противовоспалительный и цитопротективный эффекты на слизистую оболочку кишки.

**Клинические эффекты лечебной
минеральной воды «Винцентка»**



В домашних условиях «Винцентку» можно использовать тремя способами: питье воды, полоскание, ингаляции или вдыхание. Показания к ингаляционному лечению: Хронический синусит; хронический бронхит; аллергические заболевания дыхательных путей; воспаления легких, верхних дыхательных путей. Показания к приёму воды внутрь: Функциональная желудочная диспепсия, раздраженная толстая кишка, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, проктолит, хронический холецистит, перенесенные операции (резекция желудка, толстой или тонкой кишки, желчного пузыря и желчных путей), отсутствие аппетита, изжога, опухоли печени, наличие песка или камней в желчном пузыре и почках, сахарный диабет, хроническое воспаление поджелудочной железы.

Минеральная вода «Пролом»



«Пролом» вода относится к категории гидрокарбонатно-натриевых, кремниевых, щелочных, олигоминеральных вод и обладает мочегонным и бактерицидным действием. Вода приятна на вкус, без запаха.

Показания к приёму воды: Хронические инфекции почек и мочевыводящих путей, камни в почках и мочевыводящих каналах, состояния после хирургических операций на мочевом тракте, доброкачественные опухоли предстательной железы. Из-за низкой минерализации нет нагрузки на почки, быстро выводится из организма и действует как мочегонное средство. Также «Пролом» вода рекомендована в комплексной терапии при лечении псориаза и других нарушений кератинизации кожи, воспалительных дерматозов посредством внутреннего и местного применения.

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ



Сеть медицинских магазинов

Наша миссия – помощь людям в физической реабилитации и социальной адаптации

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

На данный момент «Доброта.ру» насчитывает 49 салонов-магазинов 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 «Доброта.ру», имеют медицинское образование и постоянно совершенствуют свои знания в соответствующих областях.

Приглашаем Вас на День Доброты!

В салонах-магазинах «Доброта.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 «Доброта.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».

«Доброта.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

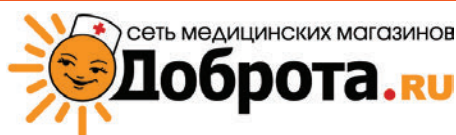
- Бесплатная выдача средств реабилитации по программе «Электронный сертификат» от Социальной защиты
- Бесплатный самовывоз товара более чем в 20 городах РФ
- Бесплатные консультации врачей в магазинах, по телефону и по e-mail
- Бесплатная демонстрация товара и консультация по скайпу
- Бесплатная консультация по социальным выплатам
- Бесплатный прокат реабилитационной техники по направлению врача или ЦСО
- Прокат медицинской техники на срок до 10 дней
- Бесплатный прокат реабилитационной техники на 1 месяц
- Беспроцентная рассрочка на 6 месяцев. Оформление рассрочки дистанционно
- Бесплатная подготовка пакета документов для получения компенсации от ФСС
- 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

- 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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Купон на скидку
в сети магазинов
Доброта.ruСкидка
5%

Компания Доброта.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

www.dobrota.ru



СОЛЯНАЯ ПЕЩЕРА
SOLO CAVE

АЛЛЕРГИЯ **плохой сон** **ГРИПП**
ДЕПРЕССИЯ **КАШЕЛЬ** **ЧАСТЫЕ ПРОСТУДЫ**
АСТМА **усталость** **НАСМОРК**

ЕСТЬ РЕШЕНИЕ!



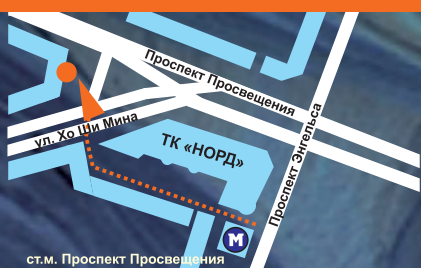
В соляной пещере SOLO-CAVE воссоздан уникальный микроклимат природой пещеры, позволяющий в полной мере воспроизводить выраженный оздоровительный эффект подземных лечебниц. Наша соляная пещера представляет собой оздоровительное помещение со стенами покрытыми специальным многослойным соляным покрытием, оснащенное аэроглитгенератором третьего поколения, системой вентиляции, релаксационными креслами повышенной комфортности и акустической системой. Во время сеанса можно слушать приятную музыку для релаксации (звуки леса, шум моря), расслабиться и отдохнуть. Маленьких посетителей развлечет мультфильм или познавательная передача.

Всего 40 минут в нашей соляной пещере сравнимы по эффекту с тремя днями на морском побережье. Уже после нескольких процедур вы заметите улучшение самочувствия и настроения.

СКИДКИ! ПРИ ЕДИНОВРЕМЕННОЙ ОПЛАТЕ КУРСА ИЗ 10 СЕАНСОВ - СКИДКА **10%**

ЦЕНЫ НА УСЛУГИ
ОДИН СЕАНС (40 МИНУТ)

Взрослые - 300 р.
Пенсионеры - 200 р.
Дети до 10 лет + сопровождающий взрослый - 350 р.
Стоимость сеанса для второго ребенка до 10 лет - 50 р.
Дети от 10 до 16 лет (могут посещать пещеру самостоятельно) - 200 р.
Кислородный коктейль - 100 р.



Телефон: 903-20-45
Сайт: www.haloterapia.ru

Вконтакте: vk.com/solocave_spb

Санкт-Петербург,
Пр. Просвещения, д. 15,
БЦ вход №1, оф. 121

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
ВСЕЙ СЕМЬИ!

CigaPan
Цыгапан®

для взрослых и детей с 3-х лет



Уникальной Российской разработке 20 лет!
«Книга рекордов планеты», «Книга рекордов России» —
5 рекордов в области медицины:

С 1993 года проведено более 100 научных исследований!
49 ведущих НИИ РФ изучали возможности применения!
В исследованиях принимали участие более 200 академиков,
докторов и кандидатов наук! Широкий спектр действия: 263 свойства!
Самое большое количество биологически активных компонентов!

Состав: порошок рогов Северного оленя. Содержит природный комплекс биологически активных компонентов: большой набор микро- и макроэлементов, витаминов, широкий спектр аминокислот, биологически активные пептиды, фосфорорганические соединения.

ЦЫГАПАН®

- оказывает общеукрепляющее действие на организм;
- способствует повышению жизненного тонуса и работоспособности;
- обладает выраженной антиоксидантной активностью;
- обеспечивает повышение адаптогенных ресурсов;
- способствует нормализации обмена веществ;
- способствует улучшению функционального состояния эндокринной, сердечно-сосудистой, мочеполовой систем и желудочно-кишечного тракта.

Рекомендуется для профилактики острых и хронических заболеваний. Применение Цыгапана® одновременно с основной терапией позволяет повысить эффективность лечения различных заболеваний, защитить от побочного действия лекарственных препаратов и сократить сроки лечения. Увеличивает период ремиссии при хронических заболеваниях.

В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ ЦЫГАПАН® ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ САМЫХ ИССЛЕДОВАННЫХ И КЛИНИЧЕСКИ ИЗУЧЕННЫХ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК.

ПРОИЗВОДИТЕЛЬ: ООО «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ»
тел. +7 (484) 539-12-62 • www.cigapan.ru

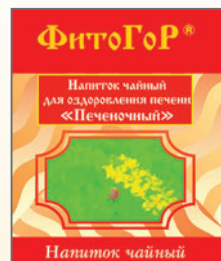


БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

ФитоГор® **Здоровым быть красиво!**

Частное научно-производственное предприятие «Римша В. М.» разрабатывает и производит сборы из лекарственных трав, особенностью которых является содержание лектинов, специфичных человеческому организму. Пользуясь знаниями о лектинах, мы подбираем составы лекарственных трав для лечения и особенно профилактики различных патологических состояний.

Проводились многие клинические испытания в различных направлениях, например, «ФитоГор» прекрасно показал себя для профилактики от различных вирусов, НИИ Гриппа РАМН Санкт-Петербурга признал его лучшим средством среди неспецифических препаратов, таких как «Иммунал», «Кармолис», «Содекор», «Интерферон», «Кагоцел». Также «ФитоГор» прекрасно работает на восстановление кроветворной функции после химиолучевой терапии, что доказано клиническими исследованиями в БелНИИ Онкологии и Радиологии.



«Эластинол» исследовали в Республиканском Центре «Кардиология» на повышение эластичности кровеносных сосудов и получили блестящие результаты. Регулярный прием «Эластинола», улучшает упруго-эластические свойства артерий. Коэффициент эластичности сосудов повысился на 62%, коэффициент растяжимости на 72,5%. Улучшилась характеристика ткани стенки сосудов.

«Щитовид» помогает людям с гипопункцией щитовидной железы, причем многие с приемом «Щитовида» полностью отказались от приема L-тироксина.

«Печеночный» помогает восстановить печень человека и является действенным профилактическим средством.

Многообразие биологически активных веществ препарата «Два Круга» положительно влияет на энергетический обмен в сердечной мышце и восстанавливает амплитуду ее сокращений при аритмиях.

«При катаракте» помогает вывести из организма лишний кальций и не позволяет ему оседать на хрусталике глаза и на стенках сосудов.

Приобрести продукцию от производителя в Санкт-Петербурге можно на выставке «Красота. Здоровье. Молодость».

В Москве — в интернет-магазинах и стационарном магазине «Лекарств нет»: ст. м. «Белорусская», ул. 2-я Брестская, д. 39, стр. 4.

Телефоны для информации: +(37529) 658-99-23, +7 (916) 196-15-88

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Ari POWER — продукты нового поколения

Содержание пчелиного маточного молочка до **95%**



- обеспечение противострессорной защиты
- ускорение восстановления организма
- метаболическая поддержка печени
- тренировка выносливости
- быстрое мышечное восстановление



rgb™

Honey Technology LTD

тел./факс: +7 (347) 246-65-85

e-mail: info@honeytechnology.ru

www.honeytechnology.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

АиН'А «СОКОЛ»

2 МЕСЯЦА
МАССАЖА СТОП

бесплатно (в целях рекламы)

г. Москва, ст. м. «Сокол», ул. Балтийская, д. 4

Тел.: +7 (499) 151-04-16 • www.aina-center.ru

понедельник — пятница, с 9:30 до 20:30

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

Океан дарит Вам здоровье

ПРОДУКТ ИЗ ПАНЦИРЯ КРАБА — 100% ХИТОЗАН

Основным активным веществом продукта является хитозан – природный полисахарид, полученный из панциря Камчатского краба. Он значительно эффективнее, чем растительная клетчатка, притягивает жиры и липиды, связывает и выводит из организма. Таким образом, хитозан играет важную роль в программах по борьбе с избыточным весом.

ХИТОЗАН (ПОЛИСАХАРИД):

- Притягивает молекулы жира и выводит их из организма.

Одна молекула хитозана выводит из организма жира в 10-12 раз больше своего молекулярного веса. Связанные жиры не дают дополнительной энергии организму, что вынуждает его использовать энергию жировых отложений. Таким образом, человек, не «садясь» на диету, резко снижает потребление калорий.

- Снижает уровень холестерина, триглицеридов и общих липидов в сыворотке крови.
- Попадая в желудок, хитозан набухает, превращаясь в гелеобразное вещество. В таком состоянии он защищает слизистую желудка от эрозивных процессов, снимает воспаление при гастритах, способствует заживлению язв, стимулирует процессы регенерации слизистой оболочки пищеварительного тракта.
- Способствует быстрому и полному освобождению организма от токсинов, болезнетворных микроорганизмов, грибов, аллергенов, солей тяжелых металлов, радионуклидов.

Форма выпуска: 60 капсул по 0,25 г. Одна капсула содержит 250 мг хитозана.
Пищевая ценность в 100 г: углеводы – 88 г, из них пищевые волокна – 85 г.
Энергетическая ценность: 12 ккал/100 г.
Рекомендации по применению: по 2 капсулы 3 раза в день во время еды.
Принимать периодически, длительность непрерывного приема 20 дней.
Условия хранения: в сухом, защищенном от света месте, при температуре окружающей среды.
Срок годности: 2 года.
ТУ 9265-007-74981775-2012. Сертификат соответствия № РОСС RU. АЯ20.Н25597 от 27.12.2012 г.
ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ ПРОДУКТА.

По вопросам приобретения
обращаться по телефону:

8 (911) 920-10-15

e-mail: 9201015@gmail.com



БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

КОРИЗ — косточки здоровья

Масло виноградной косточки

Масло косточек винограда, полученное путем холодного отжима, обладает более высокой пищевой ценностью. Благодаря комплексу целебных свойств (иммуностимулирующее, противовоспалительное, бактерицидное, вяжущее, ранозаживляющее), масло виноградных косточек на протяжении многих столетий находит разнообразное применение в профилактике и лечении различных заболеваний.

ПОЛЬЗА ВИНОГРАДНОГО МАСЛА ДЛЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Содержащиеся в масле косточек винограда Омега-6 и Омега-9 кислоты, флавоноиды, витамины А, Е, С и др. оказывают сосудорасширяющее действие, снижают в крови уровень «плохого» холестерина, а также предотвращают тромбообразование и развитие воспалительных процессов в артериях и венах. Именно поэтому масло используется для улучшения состояния при атеросклерозе, гипертонии, тромбозе, ишемической болезни сердца, сердечной недостаточности, инфаркте, инсульте, геморрое и т. д.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Масло полезно для профилактики заболеваний, связанных с эрозивно-язвенным повреждением: эзофагит, гастрит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, гастродуоденит, колит, энтероколит и др.), а также холецистита, гепатита, алкогольных поражений печени.

ВИНОГРАДНОЕ МАСЛО УКРЕПЛЯЕТ ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Витамин Е оказывает весьма благотворное влияние на организм женщины в период беременности и родов, а также способствует усилению лактации и в значительной мере улучшает вкус и качество материнского молока. Ежедневное употребление в пищу масла косточек винограда также является отличной профилактикой различных инфекционно-воспалительных и гормонозависимых заболеваний женской половой сферы.



По вопросам приобретения
обращаться по телефону:
8 (911) 920-10-15
e-mail: 9201015@gmail.com

100% масло гранатовых косточек

ХОЛОДНЫЙ ОТЖИМ



Лечебные свойства гранатового масла связаны с его уникальным жирно-кислотным составом в сочетании с большим количеством токоферолов, бета-ситостеролом, стигмастеролом и кампестаролом. Необычная полиненасыщенная жирная кислота гранатовая (punicic acid) является основным компонентом этого масла и составляет как правило 65-85%. По содержанию витаминов Е (272 мг/100 г) не уступает маслу из пшеничных зародышей.

КОСМЕТИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВИЕ

Масло семян граната имеет превосходные увлажняющие, защищающие и питательные свойства. Это замечательное масло для зрелой и стареющей кожи. Успокаивает кожу после загара. Содержит высокое количество жирных кислот, которые имеют антивозрастные свойства. Кроме того, масло граната, как говорят, помогает коже вырабатывать коллаген, действует, как ловушка для свободных радикалов. Масло семян граната способствует регенерации поврежденных клеток кожи. Предотвращает появление морщин, повышает эластичность и тургор кожи, улучшает цвет кожи. Обладает увлажняющими и питательными свойствами.

Рекомендуется для:

- Зрелой и увядающей кожи
- Сухой, шелушащейся, потрескавшейся кожи
- Раздраженной кожи

Благодаря своим регенерирующим свойствам масло гранатовых косточек также будет полезно при солнечных ожогах, экземе, псориазе. Массаж с гранатовым маслом полезен для улучшения тонуса груди.

ЦЕЛЕБНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Является мощным антиоксидантом. Обладает противовоспалительными свойствами, благодаря чему быстро снимает раздражения кожи. Исследования показали, что благодаря наличию гранатовой кислоты, масло может быть полезно при лечении рака (в том числе рака кожи), диабета, сердечно-сосудистых заболеваний, ожирения. Также косточки граната содержат натуральные растительные эстрогены, которые облегчают симптомы ПМС и полезны во время менопаузы.

Меры предосторожности и противопоказания: не рекомендуется внутреннее применение масла гранатовых косточек во время беременности.



По вопросам приобретения
обращаться по телефону:
8 (911) 920-10-15 • e-mail: 9201015@gmail.com

МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ОМОЛОЖЕНИЮ ЛИЦА: ботулинотерапия, контурная пластика филлерами, мезотерапия и биоревитализация

Нехирургические методы эстетической коррекции лица активно развиваются в настоящее время. Это происходит благодаря сочетанному применению малоинвазивных методик, которые обеспечивают хорошие результаты.

Действие ботулиноксина основано на снижении сократительной активности мышц, что приводит к разглаживанию мимических морщин.

Мезотерапия — процедура, во время которой в дерму вводятся питательные и увлажняющие вещества, которые улучшают цвет и тонус кожи, насыщают ее влагой и способствуют разглаживанию поверхностных морщин.

Биоревитализация — процедура омоложения кожи с помощью инъекций в дерму гиалуроновой кислоты. Механизм ее воздействия — регенерация, восстановление структуры, свойств и витальных функций кожи.

Инъекции филлеров с гиалуроновой кислотой позволяют бороться со старением кожи. Дермальные филлеры заполняют кожу под морщиной или складкой, придают им объем, в результате чего происходит их разглаживание, а также способствуют улучшению качества кожи, ее омоложению.

Такое сочетание методов эстетической коррекции позволяет воздействовать на ткани трехмерно: воссоздавать объем, добиваться равномерного светоотражения и гармонии между отдельными областями лица.

Старение лица — это результат сочетанного влияния внутренних и внешних факторов. Среди наиболее важных факторов, провоцирующих появление инволюционно-депрессивных изменений кожи, можно выделить ультрафиолетовое излучение, приводящее к фотостарению. Другой фактор, приводящий к появлению признаков старения — непрерывная активность мимических мышц, из-за чего на коже образуются динамические, а затем — статические морщины и складки. Кроме того, на анатомические структуры лица оказывает влияние сила гравитации, из-за чего ткани постепенно теряют эластичность и способность противостоять растяжению.

Также немаловажную роль в старении лица все чаще отводят дефициту объема, вызванному уменьшением количества жировой клетчатки и ее перераспределением, опущением. В молодости черты лица имеют форму сердца или треугольника, обращенного основанием вверх — воплощение гармонии и баланса. С возрастом этот «треугольник красоты» переворачивается и обращается основанием вниз, такие черты воспринимаются как эстетически малопривлекательные.

Путем комплексного применения различных препаратов, воздействующих на мышцы, поверхностные и глубокие слои кожи и подкожно-жировой клетчатки возможна эффективная эстетическая коррекция лица.

Инъекции ботулотоксина

Ботулинический токсин — это вещество с миорелаксирующим действием, которое препятствует передаче нервного импульса в нервно-мышечные синапсы и, таким образом, передаче возбуждения к мышце. В результате блокируется активность мышечной мускулатуры и выравнивается рельеф кожи.

Показания к применению ботулинического токсина: мимические морщины в области межбровья, горизонтальные морщины лба, морщины в области наружных углов глаз («гусиные лапки»).

Для поддержания постоянного эффекта достаточно двух инъекций в год.

Контурная и объемная пластика филлерами

Главная цель применения дермальных филлеров — коррекция морщин и заполнение статических складок на лице, выравнивание асимметрии и восстановление необходимого объема тканей лица, губ и гармонии лица в целом.

Филлеры делятся на две группы:

I. Рассасывающиеся или временные — самая многочисленная группа препаратов. Они представляют собой гели на основе высокоретикулированной гиалуроновой кислоты (Juvederm, Restylane, Teosyal и др.).

II. Нерассасывающиеся (перманентные) филлеры в большинстве случаев представляют собой гели на основе полиакриламида (Artecoll, Bio Alcamid).

Теоретически эти наполнители обеспечивают длительное сохранение эстетического результата, однако, из-за высокого риска потенциальных отсроченных осложнений их применение в настоящее время рекомендовано только в целях реконструкции тканей.

Результат от процедуры сохраняется достаточно долго от 1 до 2 лет (рассасывающиеся филлеры) и это очень удобно, поскольку анатомия лица со временем изменяется.

Мезотерапия

Данный метод преследует цель обновить ткани и попытаться активизировать процессы их регенерации с помощью инъекций. При антивозрастной мезотерапии используются различные инъекционные коктейли, состоящие из витаминов, минералов и гиалуроновой кислоты. Мезотерапия всегда направлена на увлажнение тканей, лифтинг и восстановление здорового цвета кожи. Для достижения видимого результата омоложения кожи требуется от пяти до десяти сеансов, обычно с интервалом от 7 до 14 дней.

Биоревитализация

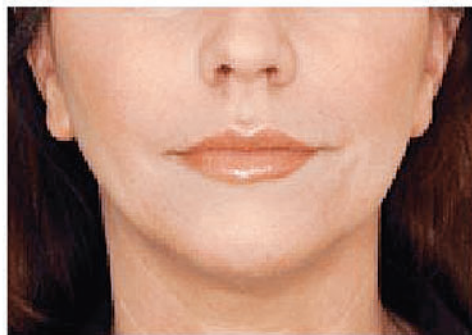
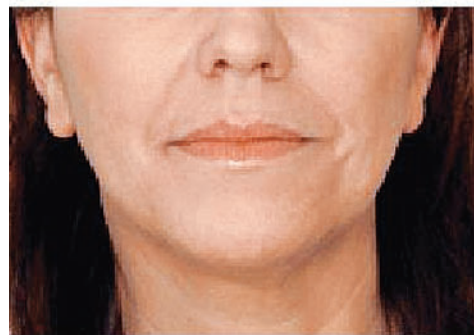
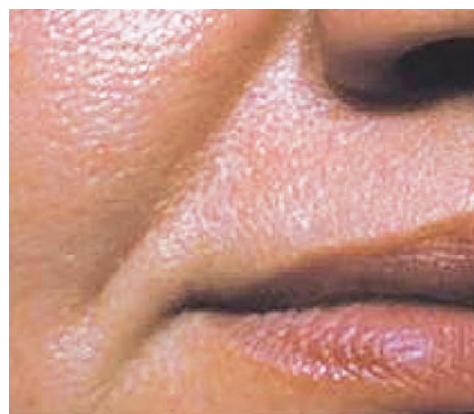
Биоревитализация — это метод коррекции возрастных изменений кожи с помощью внутрикожных инъекций высокомолекулярной гиалуроновой кислоты. В названии метода отражено биологическое происхождение препарата и механизм его действия — РЕгенерация, восстановление структуры, свойств и ВИТАльных функций кожи.

Показания для биоревитализации:

- дегидратация кожи (возрастная или фотоиндуцированная),
- профилактика ускоренного старения кожи — на фоне повышенной инсоляции или курения,
- подготовка к процедурам, связанным с повреждением кожи (химические пилинги, лазерное воздействие, фотоомоложение) и реабилитация после них.

Принципиальный момент целесообразности применения биоревитализации в комплексе с повреждающими кожу методами — нормализация процессов регенерации и репарации в коже после проведения таких процедур у пациентов с признаками старения кожи. Курс процедур — от 3 до 8 с интервалом в 2-3 недели.

Таким образом, применение комплексной терапии, основанной на использовании этих взаимодополняющих методов — это эффективная эстетическая коррекция возрастных изменений, где каждый метод дает особые преимущества и вносит вклад в комплексное омолаживающее воздействие.



В отделении пластической хирургии «Медакс» Клинической больницы № 122 им. Л. Г. Соколова работает опытный врач-косметолог — **Ломакина Евгения Александровна**, владеющая всеми основными методами терапевтической косметологии и реабилитации. Сочетание терапевтического подхода с хирургическими методами коррекции позволяет решить следующие ключевые вопросы современной косметологии:

- подобрать для каждого пациента индивидуальную схему лечения;
- путем профилактического терапевтического лечения отодвинуть сроки хирургической коррекции внешности;
- добиться взаимного усиления результатов лечения за счет сочетания хирургических и терапевтических методик;
- максимально уменьшить срок нетрудоспособности пациентов после операций.

Запись по телефону: +7 (905) 254- 94-72



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

Лиц. ФС-78-01-002921 от 18.11.15 г.



194291, Санкт-Петербург, пр. Культуры, д. 4

Колл-центр: (812) 363-11-22

www.med122.com

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕАБИЛИТАЦИЯ

**ПАЛОЧКИ-ВЫРУЧАЛОЧКИ ДЛЯ ТЕХ,
КТО ЗАБОТИТСЯ О БЛИЗКИХ**

Если Вы столкнулись с тяжелой болезнью близкого человека, то знаете как тяжело нести бремя ухода в одиночку. Смешиваются чувства любви и сострадания к больному. Ощущение собственной физической усталости и постоянного эмоционального напряжения требует разрядки и передышки. Очень важно, чтобы в такой момент жизни рядом были единомышленники, группа поддержки, которая разделяет Ваши заботы и понимает Вас.

Служба «Несиделки» была создана для того, чтобы помогать в уходе за больными. Наши сиделки готовы прийти на помощь на пару часов или на сутки. Подменить Вас в больнице или поселиться под одной крышей с пациентом, чтобы не просто осуществлять уход, но также вести хозяйство. **Девиз компании — «Не сидеть сложа руки!»** распространяется не только на качество работы персонала, но отражает нашу философию. Нельзя сдаваться, надо бороться с болезнью. И в этом должны приложить максимум усилий сиделка, родственники и сам пациент. Пациент должен стремиться к физической активности, стараться сохранить способность к самообслуживанию, насколько это возможно.

Мы работаем с больными более шести лет, помогаем своим подопечным после травм и инсультов снова встать на ноги. Поэтому знаем как важны технические средства реабилитации и приспособления, которые облегчают повседневный труд сиделки. Сегодня мы хотим поделиться с Вами этими знаниями. И не просто поделиться, а предложить готовые решения некоторых проблем, связанных с уходом за больными.

Как поднять больного из положения сидя?

Когда необходимо приподнять больного из положения сидя, например, чтобы пересадить его с кровати в каталку, очень важна эргономика перемещения. Не стоит пытаться поднять пациента за подмышки, при помощи своих сил. Это доставляет дискомфорт больному и требует недюжинных усилий со стороны ухаживающего. Возьмите больного близко к центру тяжести — за талию. Для этого идеально подходит **пояс с петлями**, который предварительно нужно зафиксировать на пациенте. Затем, слегка

наклоните пациента, навалите на себя и используйте его инерцию для перемещения. Выполняйте действие с прямой спиной и прямыми руками. Этот пояс также можно использовать для страховки больного во время ходьбы.

**Как легче передвигать лежачего больного по кровати?**

Очень часто больного надо подтянуть к изголовью кровати, чтобы усадить, либо переместить его к краю кровати. Если пациент грузный и мало-подвижный, рекомендуем воспользоваться специальными **скользящими простынями**. Возьмите два куска ткани со скользящей поверхностью, подложите их под пациента и потяните верхний слой ткани на себя. Вы увидите, как легко передвинуть больного, поскольку его вес равномерно распределяется по поверхности. Это может быть плащевая, подкладочная ткань или специальная **простыня «Трансфер» с силиконовой пропиткой**, которая делает трение ткани минимальным и позволяет перемещать до 130 кг веса без усилий. В идеале, если по краям ткани будут пришиты петли за которые удобно хвататься рукой. После процедуры, вытаскивайте скользящую простыню из-под больного, используйте ее только во время перемещения.

**Как помочь больному встать с кровати?**

Если пациент проявляет стремление к самостоятельности, у него сильная воля и есть сила в руках, дайте ему возможность проявить инициативу. Привяжите к ножкам или спинке кровати ремень с веревочными петлями, цепляясь за которые пациент сможет подтянуться и сесть самостоятельно.

Как правильно укладывать лежачего больного?

Частая смена положения тела пациента в кровати очень важна при длительном постельном режиме. Но важна также и правильная смена позы. Например, укладывая больного на спину, надо позаботиться о том, чтобы его руки были чуть выше уровня грудной клетки, чтобы избежать отеков. Локти, пальцы рук и колени полусогнуты —

чтобы избежать контрактуры суставов. Икры ног должны быть приподняты, чтобы избежать венозного застоя, а пятки не должны соприкасаться с поверхностью кровати для профилактики пролежней. Для этого необходимо использовать сразу несколько подушек, либо вот такую адаптированную эргономичную подушку «Гнездо».



В положении пациента на боку позаботьтесь о том, чтобы колени и щиколотки не соприкасались, во избежание пролежней, а мышцы и суставы бедра не напрягались. Кроме того, не забывайте выкладывать больного на живот. Причем лучше не совсем плашмя, а в три четверти, навалив его на валик из одеял или специальную подушку. В этом положении шея не затекает и не происходит сдавливания грудной клетки, что полезно для легких.

Как усадить пациента, который не держит спину?

Если Ваша кровать не снабжена поднимающимся изголовьем, а пациента необходимо усадить и накормить, рекомендуем воспользоваться специальной **подушкой с подлокотниками**. Эргономичная форма подушки даст не только опору для спины, но еще не позволит пациенту завалиться на бок. Такую подушку не придется поправлять, она не сползает вниз. А пенополистироловые шарики, которые составляют набивку подушки, адаптируются под форму тела пациента и подарят комфорт в сидячем положении.



Все описанные в статье изделия производятся в Санкт-Петербурге компанией ООО «Несиделки». Приобрести их можно в нашем интернет-магазине Zabota-market.ru или в офисе по адресу: Таврическая ул., д. 17, офис 103 (ст. м. «Чернышевская»), или позвонив по телефону (812) 640-16-30.

Опыт зарубежных коллег подтолкнул нас к разработке и производству вышеописанных товаров. А многократные испытания изделий в нашей патронажной службе, среди наших пациентов и покупателей — это лучшая гарантия качества продукта.



Не сидеть сложа руки!
«НЕСИДЕЛКИ»

Чтобы снова встать на ноги, нужно верить в свои силы, пригласить опытного помощника, подобрать средства реабилитации!

СЛУЖБА СИДЕЛОК
WWW.NESIDELKI.RU
т.(812) 640-1-641

ТОВАРЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ
WWW.ZABOTA-MARKET.RU
т.(812) 640-1-630



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД



ПРОИЗВОДСТВО
РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ

«НАДЕЖДА»

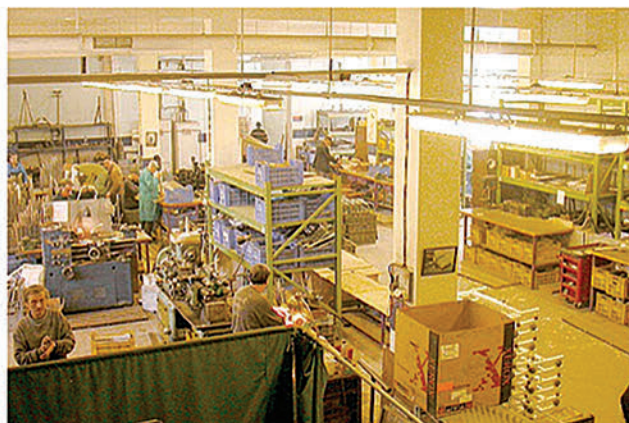
БФ «Надежда» — современное российское предприятие, производящее реабилитационное оборудование для инвалидов и пожилых людей в СПб и других регионах РФ, а так же странах СНГ. Нами выпускается более 100 наименований изделий для обеспечения доступности городской среды, реабилитации после больниц и обеспечения комфортного проживания пожилым людям, инвалидам и пациентам. БФ «Надежда» является победителем конкурсов на поставку технических средств реабилитации для инвалидов. Наша продукция неоднократно была представлена на международных и общероссийских выставках.



ПОРУЧНИ И ПАНДУСЫ



- Вертикализаторы
- Кровати и аксессуары
- Трости и костыли
- Гигиеническое оборудование
- Оборудование для палаты
- Ходунки



г. Санкт-Петербург, пос. Парголово, ул. Подгорная, дом 57
тел.: 240-2192/90, факс: 240-2193, 8 (921) 963-9441, www.nadezhda.spb.ru

БОЛЬ В НИЖНЕЙ ЧАСТИ СПИНЫ

Боль в нижней части спины — одна из основных причин нетрудоспособности практически во всех развитых странах мира. В 70-75% случаев — это так называемая, хроническая неспецифическая боль в нижней части спины или мышечно-суставная боль. В этом случае причиной боли является повреждение мышц, связок во время выполнения необычных физических нагрузок, поддержании статических поз. Примерно у 70-80% пациентов в течение двух-трех недель наступает самостоятельное выздоровление, вне зависимости от проведенного лечения. На первый взгляд, из всего вышесказанного напрашивается вывод, что не стоит волноваться при появлении боли в спине. Возможно, через некоторое время она пройдет сама, но бывают и другие случаи, о которых нам расскажет врач-невролог Клиники лечения боли «МЕДИКА» Анна Альбертовна Торопова.

— Почему современные люди все чаще жалуются на боль в спине?

Малоподвижный образ жизни, длительное нахождение в неправильной позе на рабочем месте, сидя за компьютером, разговаривая по мобильному телефону, избыточный вес, и что еще немаловажно, практически ежедневный стресс — все это приводит к тому, что боль в спине является спутником многих современных людей.

Главное «преступление» по отношению к позвоночнику одно: мы не умеем «слышать» свой организм, не способны ощущать первые признаки дискомфорта в своем теле. В след за этим, не понимая причины своего недомогания, проходим многочисленные исследования, консультации специалистов, принимаем курсом препараты, ограничивая себя в физической активности, вместо того, чтобы менять образ жизни, который и привел к этой проблеме.

— Назовите наиболее распространенные причины дискомфорта в области спины.

Неоспоримо самой частой причиной дискомфорта в спине является мышечно-тонический синдром, который формируется из-за мышечного перенапряжения, вызванного непривычными и длительными статическими нагрузками на неподготовленные (не тренированные) мышцы.

— К какому врачу идти, если болит спина?

— В случае, если Вас беспокоит боль в спине, первое, что Вы должны сделать — это обратиться к неврологу, который на основании данных вашего осмотра и беседы с вами даст вам четкие рекомендации в отношении обследований, если они необходимы, лечения и реабилитации.

Следует немедленно обратиться к врачу при появлении следующих симптомов:

- боль распространяется в ногу до стопы;
- сопровождается повышением температуры;
- появилась кровь в моче;
- боль носит схваткообразный характер;
- боль сохраняется в течение 2-3 недель.

— Какие обследования необходимы для постановки диагноза?

Использование методов нейровизуализации (рентген, МРТ, КТ) далеко не всегда является необходимой процедурой. В большинстве случаев достаточно нейро-ортопедического осмотра для выявления причины боли. Тем не менее, существует понятие «красных флагов» — условий, при которых (особенно, при сочетании нескольких факторов) необходимо срочно сделать КТ или МРТ. Поскольку эти методы помогают врачу «увидеть» разные структуры, то лучше посоветоваться со специалистом, какую методику и какой аппарат выбрать.

Красные флаги:

- возраст старше 55 лет;
- наличие остеопороза;
- наличие в анамнезе онкологического заболевания;
- недавняя травма или падение;
- длительный прием глюкокортикоидов;
- усиление боли в положении лежа, или в ночное время;
- длительно существующие общая слабость, лихорадка, снижение массы тела;
- недавно перенесенное тяжелое инфекционное заболевание;
- туберкулез;
- слабость в ногах;
- нарушения функции тазовых органов.

— Какие виды диагностики и лечения боли в спине доступны в Клинике лечения боли «МЕДИКА»?

Клиника лечения боли «МЕДИКА» — единственная в Санкт-Петербурге и по многим медицинским критериям уникальная во всей России (оценка проводилась зарубежными экспертами). Специалистами используются новейшие методики, которые перечеркивают все привычные представления о боли и позволяют успешно

лечить хроническую боль (головные боли, боли в спине, суставах и пр.).

Клиника тесно сотрудничает с Клинической Больницей № 122 им. Л.Г. Соколова. Наша основная задача помочь пациентам в короткие сроки снять болевой синдром, благодаря чему они смогут вернуться к нормальной жизни.

В нашей работе мы придерживаемся следующего алгоритма: обстоятельная беседа, тщательный осмотр, исключение «красных флагов» (симптомы, которые говорят о том, что необходимо проводить срочную инструментальную диагностику, в противном случае, нет необходимости в выполнении МРТ, КТ, рентгена). Основная задача лечения сводится к тому, чтобы максимально быстро и безопасно «заглушить» источник боли, после чего вы сможете заняться укреплением своего организма.

Мы используем следующие виды обезболивающих процедур: лечебно-диагностические блокады с использованием УЗИ-навигации или рентген-навигации, радиочастотные абляции, денервации, медикаментозное лечение. Вид обезболивания зависит от каждой конкретной ситуации.

Получить консультацию невролога-алголога
Клиники лечения боли «МЕДИКА» можно, записавшись по телефону
Единого контактного центра: (812) 458-00-00.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕАБИЛИТАЦИЯ

ЧЕРЕПНО-МОЗГОВАЯ ТРАВМА, ИНСУЛЬТ — ПРИГОВОР ЛИ ЭТО?

Инсульт, травма — это всегда тяжелые и неожиданные для самого человека и его родственников заболевания. Статистика, к сожалению, неутешительная. В России заболеваемость инсультом — более 450 тыс. случаев в год, то есть каждые 1,5 минуты у кого-то из россиян развивается это заболевание, при этом 10-15% заболевших — люди моложе 45 лет. В Санкт-Петербурге частота развития ОНМК — 4,5 случая на 1000 населения. Инсульт в настоящее время становится основной социально-медицинской проблемой неврологии. Инвалидами становятся 70-80% выживших, 20-30% из них нуждаются в постоянном постороннем уходе.

Черепно-мозговая травма (ЧМТ) является основной причиной инвалидности и смертности у молодых людей. Каждый год в нашей стране 1,4 миллиона человек подвергаются какой-либо ЧМТ; 1,1 миллиона доставляются в отделение неотложной помощи, получают лечение и отпускаются; 235 000 госпитализируются и 50 000 умирают, наряду с тем, что ежегодно от 80 000 до 90 000 пациентов становятся инвалидами после такого повреждения. Какой же есть способ уменьшить количество погибших от этих катастроф? Многочисленными исследованиями доказано, что поступление пациентов в высокоспециализированные стационары и получение высококвалифицированной помощи позволяет резко снизить летальность и улучшить исходы лечения у больных.

Параллельно с увеличением числа автотранспорта растет количество ДТП и тяжелых черепно-мозговых травм. Жизнь в мегаполисе наполнена различными стрессами, малоподвижна, что наряду с другими факторами риска — ожирение, курение, генетическая предрасположенность — способствует развитию инсульта, даже в молодом возрасте. Конечно, заболевание лучше предупредить, но не всегда это возможно. Что же делать, когда трагедия уже случилась? В данной ситуации всем понятно, что самолечение, народная медицина — не только бесполезны, но и небезопасны для пациента. «Время — это мозг!». Чем быстрее бригада скорой медицинской помощи доставит больного в стационар, тем больше у пациента шансов выжить и не остаться инвалидом.

Куда везти? Тоже очень важный вопрос! Конечно, лучше с первых часов находиться в стационаре, специализирующемся на помощи пациентам с тяжелой патологией головного и спинного мозга. Так в **отделении реанимации Российского нейрохирургического института им. проф. А. Л. Поленова в течение многих десятилетий успешно оказывается помощь самым тяжелым категориям больных с черепно-мозговой травмой, инсультом, кровоизлияниями в мозг, опухолями головного и спинного мозга.** В отделении разработаны и повседневно успешно используются уникальные методики защиты мозга, превосходящие по своей эффективности зарубежные, напри-

мер, такие как «искусственная тиопенталовая кома», «общее охлаждение», что позволяет резко снизить летальность и инвалидность у данной категории пациентов.

Руководителем отделения анестезиологии-реанимации Заслуженным врачом России, д.м.н., профессором Кондратьевым А. Н. в 90-х годах XX века была разработана методика лечебного наркоза, которая в настоящее время дополняется новыми методами, например, краниоцеребральной гипотермией, что позволяет эффективно защитить мозг в острый период повреждения, дать ему возможность восстановиться и победить болезнь.

В институте имеются широкие диагностические возможности: СКТ, МРТ, ангиография и доплерография, УЗИ, одна из лучших в городе лабораторная база. И, безусловно, оказывается высококвалифицированная, одна из лучших в городе, нейрохирургическая помощь.

В отделении анестезиологии-реанимации работает хорошо слаженная команда специалистов — врачи анестезиологи-реаниматологи, неврологи, кардиолог, эндокринолог, диетолог и нутрициолог, физиотерапевт и логопед. Гордостью отделения является также высококвалифицированный сестринский коллектив. Средний и младший медицинский персонал обладает не только всеми необходимыми знаниями и навыками, но и умеет



обеспечить уход и уделить человеческое внимание каждому больному. Все методики, применяемые для лечения пациентов в отделение запатентованы. Отделение оборудовано современной техникой и аппаратурой. Длительность нахождения в отделении реанимации не ограничивается какими-либо временными рамками. Имеются условия для посещения больных родственниками. Больные получают лечение в полном объеме, зачастую проходят раннюю реабилитацию под наблюдением опытных специалистов ЛФК, логопеда, невролога. В дальнейшем пациенты переводятся в реабилитационные центры. При необходимости близкие больных проходят обучения основам ухода.

Если Ваш родственник уже находится в стационаре, а Вы хотите перевести его в нейрохирургический институт — это тоже возможно.

**Мы готовы ответить на ваши вопросы по телефонам:
8 (812) 273-12-92, 327-13-13
круглосуточно**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ЭПИЛЕПСИЯ: длительное безуспешное лечение — показание обратиться к нейрохирургу

Эпилепсия — одно из распространенных заболеваний центральной нервной системы. Точных цифр распространенности эпилепсии нет, но считается, что ею страдает около 1% населения Земли.

Эпилептические припадки, особенно если они частые и длительные, существенно осложняют жизнь пациентов. Они лишают больного возможности заниматься любимой профессией, значительно снижают социальные контакты и качество жизни, а также нередко подвергают риску и саму жизнь больных. Благодаря современным эффективным антиэпилептическим препаратам подавляющему числу больных эпилепсией можно помочь. Грамотно выполненное обследование и адекватно назначенное специалистом неврологом-эпилептологом лечение позволяет добиться стойкой ремиссии и контроля за припадками у 70-80% больных.

Однако у 20-30% больных современные противоэпилептические препараты оказываются неэффективными. Больные длительно (годами) безуспешно лечатся, испробовав, как правило, все известные противоэпилептические средства и их комбинации. Такие формы заболевания объединяются в понятие фармакорезистентной эпилепсии. Помочь большинству больных с фармакорезистентной эпилепсией способна современная нейрохирургия.

В Российском нейрохирургическом институте им. проф. А. Л. Поленова проблемой фармакорезистентной эпилепсии занимаются многие десятилетия. В Институте активно работают созданные еще в 1960-е годы Российский эпилептологический центр и специализированное нейрохирургическое отделение.

Для обследования больных эпилепсией в Российском нейрохирургическом институте **применяется комплексная программа. Программа включает:** 1) консультацию невролога-эпилептолога, 2) длительный мониторинг биоэлектрической активности головного мозга (видео-ЭЭГ-мониторинг); 3) специализированное нейровизуализационное исследование головного мозга (магнитно-резонансная томография (МРТ) высокого разрешения (3 Тл), позитронно-эмиссионная томография (ПЭТ); 4) определение концентрации противоэпилептических препаратов в крови больного.

Всесторонне выполненное обследование у больных с фармакорезистентной эпилепсией позволяет в большинстве случаев определить возможность нейрохирургического лечения, то есть выявить тот «эпилептогенный очаг», удаление которого либо полностью устранил припадки, либо существенно снизит их частоту и тяжесть. Оперативное лечение позволяет избавиться от припадков у 60-70% больных.

Современная программа медицинского страхования дает возможность пациентам, нуждающимся в хирургическом лечении эпилепсии, выполнять такую операцию по квотам. По результатам обследования в случае необходимости больного в операции в Институте оформляется направление в органы управления здравоохранением по месту жительства для получения квоты.

**Запись на первичный прием
по телефонам:
8 (812) 273-12-92, 327-13-13**

ЕСЛИ СУСТАВЫ НУЖДАЮТСЯ В ПОМОЩИ!

На протяжении всей жизни наши суставы непрерывно подвергаются всевозможным нагрузкам. Частые нагрузки и замедление обменных процессов с возрастом приводят к износу и воспалению хрящевых поверхностей и, как результат, возникает боль и ограничение подвижности суставов. Вот почему очень важно оказать своевременную поддержку своим суставам.

В этом помогут продукты компании «ФАРМАКОР ПРОДАКШН».

• **«Глюкозамин-хондроитиновый комплекс»** в капсулах способствует предотвращению разрушения хряща, оказывает умеренное противовоспалительное действие, помогает уменьшить боль при ходьбе и в покое. Компоненты комплекса стимулируют образование нового хряща, улучшают выработку суставной жидкости и нормализуют ее «смазочные» свойства.

• **«ГХК Ультра»** в капсулах создан на основе глюкозамина, хондроитина, ме-

тилсульфонилметана (МСМ) и экстрактов лечебных трав. Экстракт босвеллии в составе **«ГХК Ультра»** восстанавливает костно-мышечные структуры в случае их воспаления или при повышенных физических нагрузках на опорно-двигательный аппарат, а метилсульфонилметан снимает воспаление и обезболивает.

• **Гель «ГХК Универсальный»** помимо «строительного материала» для формирования костного хряща в виде глюкозамина и хондроитина, содержит экстракт сабельника и эфирные масла, усиливающие противовоспалительное и противоотечное действие геля, а Д-пантенол, улучшая проникновение действующих веществ через кожу, ускоряет время наступления эффекта.

Используйте «Глюкозамин-хондроитиновый комплекс» или «ГХК Ультра» в капсулах вместе с гелем «ГХК Универсальный» для более эффективной помощи Вашим суставам.

	■ Сначала Вы принимаете «ГХК Ультра» в капсулах. Компоненты комплекса (МСМ, экстракт босвеллии, глюкозамин и хондроитин): - снимают болевой синдром - снижают воспалительный процесс - уменьшают отечность ■ Затем принимаете «Глюкозамин-хондроитиновый комплекс» в капсулах. Его компоненты (глюкозамин и хондроитин): - позволяют завершить процесс восстановления хрящевой структуры в полном объеме ■ Гель «Универсальный ГХК». - глюкозамин - хондроитин - экстракт сабельника - Д-пантенол - эфирные масла шалфея и можжевельника Воздействие на суставы изнутри и снаружи!	ФАРМАКОР ПРОДАКШН Спрашивайте в аптеках! 8-800-333-30-20 Звонок по РФ бесплатный www.ghk.spb.ru
--	---	--

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

РЕАБИЛИТАЦИЯ

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТРАВМ, или почему оперативного лечения недостаточно?

В большинстве случаев после перенесенного заболевания или сделанной операции пациенты должны знать про важный этап — восстановление (реабилитацию) после травм и/или переломов. Ведь длительная неподвижность поврежденной или больной части тела, отсутствие привычных нагрузок, сосудистые и другие изменения ведут к атрофии мышц и ограничению подвижности суставов. Успех лечения после травм более чем на половину зависит не только от качества проведенной операции, но и от грамотно проведенной посттравматической реабилитации. Сросшийся перелом, выправленный вывих, далеко не всегда означают выздоровление.

Зачастую бывает так, что, например, сращение перелома наступило, а функция конечности отсутствует.

И здесь нам на помощь приходят самые разнообразные виды реабилитации после травм. Основным видом такой реабилитации является пассивная механотерапия (СРМ) с использованием **приборов ARTROMOT**, которая возможна на самых ранних стадиях.

Реабилитация после травм. Какая она бывает?

Среди основных видов реабилитации после травм можно выделить лечебную физкультуру (ЛФК), массаж, механотерапию и физиотерапию.

Лечебная физкультура — это набор физических упражнений, который помогает разработать поврежденные части тела. Физические упражнения предупреждают развитие атрофий и дегенеративных изменений в тканях и органах.

Механотерапия используется для развития силы мышц, улучшения координации движений и формирования правильного моторного стереотипа. Одним из видов механотерапии является СРМ-терапия — современный метод лечения травм, позволяющий вернуть подвижность суставам посредством «пассивного действия».

Физиотерапия включает в себя целый комплекс процедур. В ранние сроки после травм используют УВЧ, ультразвук и магнитотерапию. Это позволяет уменьшить отёк и болевой синдром, улучшить микроциркуляцию в поврежденной конечности. После прекращения иммобилизации

обычно назначают электрофорез, фонофорез с различными лекарственными препаратами, лазеротерапию и миостимуляцию мышц.

Лечебный массаж, по сути, также является физическим упражнением, но, в отличие от ЛФК, «пассивным». Поток импульсов, в зависимости от применяемой техники и приёмов лечебного массажа, стимулирует и повышает тонус центральной нервной системы, или, наоборот, оказывает на нее затормаживающее и расслабляющее воздействие, что положительно влияет на деятельность всех физиологических систем организма.

Когда можно приступать к реабилитации после травм?

Реабилитацию после травм и/или переломов должно начинаться как можно раньше. В оптимальном варианте на вторые-третьи сутки после травмы или операции. Чем раньше начато проведение реабилитационных мероприятий, тем лучше результат.

Восстановление после травм

От травм и переломов никто не застрахован. Немало проблем и неудобств доставляют растяжения соединительных тканей, переломы конечностей, разрывы мышц и т. д. Но восстановиться не так сложно, как кажется. Необходимо лишь соблюдать рекомендации опытных специалистов и восстановление после травм будет максимально эффективным.

Также необходимо повышать сопротивляемость и выносливость организма. Помочь может грамотно подобранная программа по силовому тренингу. Но даже самый популярный комплекс упражнений не способен полностью исключить травмы. Травмируются нередко даже опытные спортсмены. При возникновении такой ситуации телу необходимо дать передышку. Но речь не идет лишь о соблюдении постельного режима.

Травмы, полученные во время упражнений, могут оказаться намного серьезнее. Операция по замене травмированного сустава не решит всех проблем. Важен как курс подготовительного лечения, так и

правильное восстановление после травм. При соблюдении всех рекомендаций, пациент быстро возвращается к полноценной жизни и совершенно не ощущает дискомфорт, боли при движении и значительных физических нагрузках.

Чем мне поможет нейромиостимулятор?

На сегодняшний день миостимуляция является неотъемлемой частью реабилитации спортсменов, людей ведущих активный образ жизни и всех пациентов, желающих быстрее вернуться к полноценной жизни. Задачи восстановительного лечения как профессионального спортсмена, так и обычного человека схожи. Это максимально быстрое и безопасное возвращение к прежнему уровню физической активности.

Вначале медицинская реабилитация направлена на уменьшение боли, восстановление объема движений и гибкости мышц, и только потом в план занятий включают силовые упражнения.

Миостимуляторы CefarComplex позволяют снять боль, поддержать и восстановить мышцы в начале реабилитации, когда возможность активных упражнений резко ограничена. Приборы серии **ARTROMOT®** позволяют восстановить амплитуду движений в суставе и эластичность мышц без боли и с минимальной нагрузкой на зону перелома.

По мере восстановления амплитуды пассивных движений, уменьшению боли и отека в реабилитационную программу вводятся активные движения. Их задачей является развитие равновесия, проприоцептивной чувствительности и содружественной (синергичной) работы мышц, необходимых для воспроизведения привычных движений. Нейромиостимуляция также используется на этом этапе для более быстрого восстановления мышечной силы и массы.

Для спортсменов заключительный этап реабилитации, когда назначаются силовые упражнения, включающие движения в нескольких суставах и нескольких плоскостях одновременно, является и плавным переходом к тренировочному процессу.

На заключительных этапах для восстановления тренированности необходимо

добавлять упражнения, выполняемые с большой скоростью. Таким образом, программа по развитию силы в процессе реабилитации должна начинаться с общих упражнений и завершаться специфическими, приближающимися к типичным движениям в данном виде спорта, с вовлечением отдельных мышц в составе мышечных групп. Наши специалисты помогут подобрать Вам **стимулятор CefarComplex** с оптимальным набором функций для реабилитации, спортивных занятий и хорошего самочувствия!

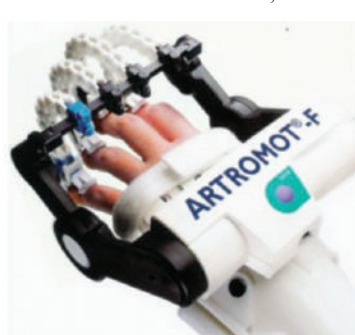
Какие задачи необходимо решить во время реабилитационного периода?

После операций на опорно-двигательном аппарате, таких как остеосинтез при переломе костей, эндопротезирование крупных суставов при остеоартрозе, артроскопии при повреждении внутрисуставных структур, или просто после снятия гипса развивается тугоподвижность сустава (контрактура), мышечная слабость и нарушается координация движений в травмированной конечности. Также за счет травмы, операции и длительного обездвиживания поврежденной части тела снижается скорость кровотока и лимфотока, что проявляется в форме отека и тромбоэмболических осложнений.

Главными задачами реабилитационного периода являются восстановление подвижности поврежденного сустава, мышечной силы и массы, создание позитивного настроения у пациента и восстановление координации движений.

OrthoRent — это система реабилитации, основанная на проверенных эффективных методах восстановительного лечения, реализуемых путем проката самого современного оборудования, отвечающего потребностям современного пациента.

Минимальные болевые ощущения в процессе реабилитации, постоянно видимый прогресс, высокий уровень подготовки специалистов, постоянная информационная поддержка создают позитивный настрой и желание быстрее вернуться к полноценной жизни. Свяжитесь с нашими специалистами-консультантами в удобное для себя время для получения предварительной консультации по вашей проблеме.



Смогу ли я заниматься самостоятельно?

Прибор **ARTROMOT®** максимально прост в использовании. После настройки аппарата под Вас нашим специалистом и курса обучения, Вам не составит труда каждый день увеличивать амплитуду движений. При возникновении вопросов Вы всегда сможете связаться с нашим специалистом.

Как заказать и когда платить?

Заказ можно сделать по телефону или оставив заявку на сайте. На следующий день после предварительной консультации по телефону Вам доставят прибор **ARTROMOT®**, выполнят необходимые настройки, проведут обучение. После первого сеанса Вы принимаете окончательное решение и производите оплату (при отказе выезд специалиста не оплачивается).

Могу ли я навредить себе во время занятий на приборе ARTROMOT?

ARTROMOT® — медицинское оборудование премиум класса произведено в Германии, имеет несколько механизмов защиты пациента. Безопасность занятий обеспечивается точной установкой силы воздействия и воспроизведения биомеханики сустава с минимальной нагрузкой на зону перелома. Вы самостоятельно задаете амплитуду движений по субъективным ощущениям.

Как долго необходимо заниматься?

Длительность занятий на приборе **ARTROMOT®** определяется поставленными задачами. Обычно это достижение полной амплитуды движений в суставе. Поскольку каждый человек уникален, невозможно точно спрогнозировать длительность необходимого курса. Поэтому Вы можете оплатить минимальный 10-дневный курс, при продлении которого стоимость всех дней аренды будет пропорционально уменьшаться.



000 «ОртоРент», Санкт-Петербург, Лиговский пр., д. 3/9, оф. 1 • Тел.: 8 (965) 060-84-04, 8 (911) 841-10-90, 8 (812) 937-91-50, 8 (812) 313-24-30

ali@ortorent.ru • www.ortorent.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ОТДЫХ**ЛАБИНСКИЕ МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ ИСЦЕЛЯТ**

В 2015 году г. Лабинск отметил 40-летие санатория «Лаба». За эти годы из межколхозного санатория-профилактория, рассчитанного на 130 мест, здравница выросла в крупный санаторно-курортный комплекс на 500 человек с диагностическим центром, современной лабораторной и компьютерной диагностикой. Сегодня — это мощный многопрофильный и реабилитационный центр. В санатории открыты отделения кардиологии, гастроэнтерологии, эндокринологии, гинекологии, офтальмологии, артрологии, неврологии и дерматологии.

Лабинская здравница является учреждением, которое использует нелекарственные методы лечения. Для изучения их влияния на человека врачи постоянно проводят исследования и внимательно наблюдают за состоянием пациентов. Обратив внимание на то, что у больных с сосудистыми заболеваниями в первые три дня лечения минеральными водами в санатории проходят отеки, медики принялись за изучение мельчайшей единицы организма — капилляров — и состояния кожи.

Ведь именно в капиллярах происходят важнейшие явления циркуляции: функция сердца, артерий и вен сводится к транзиту крови к капиллярам, а жизнь тканей зависит именно от них. Когда все капилляры расширены, происходит сильное падение артериального давления. Спазм или застой в них приводит к ощущению так называемого «ползания мурашек», чувству онемения. Чтобы



помочь организму восстановить циркуляцию, не существует никаких методик лечения, кроме гидротерапии, имеющей неограниченные возможности. Ведь скорость биохимических реакций (12 реакций, чтобы разложить молекулу глюкозы за 1/10 секунды) не восстановится и не изменится даже при воздействии фармакопрепаратами.

Если терапия будет строго медикаментозной, то организм станет освобождаться от одних микробов, но останется место для других. А токсические белки будут присутствовать в организме, поражая его различные ткани.

Микровибрация обеспечивает доставку питания к клеткам, к которым не подходят капилляры и иные кровеносные сосуды, а также обеспечивает венозный и лимфатический отток, тем самым способствуя очистке тканей от шлаков. Медики санатория уже давно заметили улучшение микровибрации при лечении у больных, особенно с периферическими отеками, гипертонической болезнью, артритом, сахарным диабетом, аллергическими состояниями и заболеваниями кожи. Изучив необходимость применения микровибрации в излечивании многих заболеваний, организованы кабинеты микровибротерапии.

Теперь поговорим о коже. Кожа — это гигантский «периферический мозг», неутомимый сторож, который всегда на чеку, постоянно извещает мозг об опасности. Она способна накопить многочисленные органические и неорганические вещества, которые могут быть мобилизованы для нужд организма.

В «Лабе» минеральные ванны отпускают отдыхающим строго по времени. Для лечения больных используется



пять типов натуральных минеральных вод с разной концентрацией солей. Минеральный состав вод соответствует минеральному составу кожи. Вот почему отдыхающие очень быстро получают положительный эффект при различных заболеваниях. Только восстановление гидроминерального равновесия во всем организме способствует достаточно быстрому восстановлению после тяжелых заболеваний или операций и избавлению от хронических недугов.

За 2015 год на базе санатория прошли курс реабилитации 846 человек, страдающих заболеваниями сердечно-сосудистой системы или перенесших операции на сердце. Программа реабилитации кардиологических больных признана оптимальной министерством здравоохранения Краснодарского края, учитывая географическое положение санатория (предгорная зона Кубани), наличие лечебных минеральных вод и мощную лечебную базу, главную роль в которой занимает бальнеотерапия.

По подсчетам экономистов, санаторно-курортное лечение с применением бальнеотерапии наименее затратно и более эффективно, что очень важно в условиях нынешнего экономического кризиса.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Город-курорт Лабинск ждет всех желающих восстановить свое здоровье.

Краснодарский край, г. Лабинск, ул. Водосточная, д. 1 • Отдел бронирования: (886169) 6-02-75, 6-08-21, 8 (988) 966-13-86, 8 (918) 233-22-72

Единый номер бронирования 8 (918) 266 -22-22 • marketsanlab@yandex.ru • санаторийлаба.рф

Бессознательное обезвоживание, как причина болезней, или новый взгляд на проблему иммунодефицита

Рассмотрим обезвоживание как фактор угнетения иммунной системы. В своей статье Ольга Лебедева отмечает: «Обезвоживание клеток и тканей организма представляет собой не меньшее зло, чем гипоксия. Однако на этот фактор патологических изменений большинство врачей обращают слишком мало внимания».

Американский врач, Ф. Батмангхелидж (1931-2004) в 1982 году открыл целебную силу простой чистой воды. После 20 лет клинических исследований он убедительно доказал, что непроизвольное хроническое обезвоживание является причиной большинства заболеваний. Он говорил, что как только люди узнают и осознают, что в призыве «пить больше воды» нет коммерческого контекста, положительные перемены в системе здравоохранения не заставят себя долго ждать. Доктор Батмангхелидж был достойным учеником знаменитого А. Флеминга.

Итак, основные выводы доктора Батмангхелиджа:

Угнетение иммунной системы вызывается устойчивым обезвоживанием. Гистамин может подавлять иммунную систему как прямо, так и косвенно. Борясь с обезвоживанием, гистамин ограничивает собственное прямое воздействие на иммунную систему.

Другой механизм угнетающего действия обезвоживания на иммунную систему связан с ролью вазопрессина, как фактора высвобождения кортизола, который препятствует производству интерлейкина-2 и интерферона, являющихся неспецифическими факторами защиты организма.

Каждая клетка производит ряд токсичных продуктов своих химических реакций. Вода отвечает за вымывание их из клеток и доставку в печень и почки для переработки. Когда воды для обслуживания клеток не хватает, то токсины разъедают постепенно структуру ДНК клеточного ядра. Со временем процесс разрушения может стать губительным, если абберантные клетки обретут способность размножаться. Клетки таких типов отличаются примитивностью, и их репродуктивные модели не поддаются контролю, разрастаясь в опухоли.

Белки представляют собой пространственные структуры, которые постоянно изгибаются и вращаются. В более жидких средах белки и ферменты получают большую свободу движения и вращения, что повышает эффективность поиска ими химических партнеров и взаимодействия с ними. Следовательно, обезвоживание может стать причиной замедления этих естественных реакций.

Практически все физиологические механизмы организма содержат в основе каталитическое действие ферментов. Но, как пишет американский биохимик Д. Мецлер: «Ферменты работают обычно в среде с высоким содержанием воды». А к ферментам нужны ещё и коферменты (витамины, минеральные соединения) и несколько субстратов. «Зато так обеспечивается одно из наиболее удивительных свойств ферментов — их высокая специфичность, то есть ферментативная реакция протекает исключительно чисто», то есть без побочных продуктов. Если организм обезвожен, то есть в нём низкое содержание воды и... ферменты не работают, этим гигантским молекулам просто не развернуться.

В обезвоженном организме не только ферменты не работают, но и макрофаги, оседлые и долгоживущие тканевые фагоциты, не способны выполнять свои обычные функции, направленные на клиренс продуктов распада собственного организма, а также убитых и переваренных бактерий.

Вот вам и механизм ослабленного иммунного ответа при хроническом обезвоживании. Как пишет О. Лебедева: «Гипоксия и обезвоживание часто принимают характер эпидемии, а большинство людей из-за простого незнания их причин и последствий не осознают их опасность».

Ещё раз подчеркнём опасность непроизвольного хронического обезвоживания хотя бы по двум моментам:

Сгущение крови. Кровь становится густая, со слипшимися в «монетные столбики» эритроцитами, сладжированная, где лейкоциты лишены возможности двигаться и функционировать. Такая кровь не обеспечивает полноценного капиллярного кровообращения. Это способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний, инфарктов, инсультов, заболеваний опорно-двигательного аппарата, гиперхолестеринемии и так далее.

Гипоксия тканей. Нехватка кислорода для нормального дыхания клетки является прямым патологическим фактором. Впервые это доказал немецкий химик Отто Варбург (1883-1970), удостоенный в 1931 году Нобелевской премии за объяснения механизмов клеточного дыхания и процесса перерождения здоровых человеческих клеток в раковые в условиях гипоксии. «Вероятность возникновения рака возрастает в том случае, когда клетка не получает 60% от требуемого кислорода. Это происходит в результате накопления загрязнений и ядов внутри и вокруг клетки с последующим повреждением механизма её дыхания».

КАКУЮ ВОДУ НУЖНО ПИТЬ

Теперь рассмотрим, как и какую воду желательно пить. По Батмангхелиджу «пить воду надо за 30 минут до приёма пищи, тогда клетки смогут насытиться водой до того, как столкнутся с концентрированной кровью после приёма пищи».

Наилучшая вода для питья — это природная, слабощелочная и заряженная отрицательно, биодоступная, как в святых источниках. Исследовав разные варианты питья воды, доктор Т. К. Кутилова остановилась на оптимальном для нашего северного климата. Выбранную по вкусу, качественную сырую воду пьём по 200 мл за 30 минут до еды (утром можно и 2 стакана натощак). В день получается 3-4 стакана. Последний стакан желательно выпить в 19 часов потому, что время движения воды по тканям составляет 6 часов. При этом к 1 часу ночи придёт вся вода для очищения печени и почек, а эти выделительные органы в период максимальной активности с 1 часа до 5 часов утра полноценно очистят организм. Очень обезвоженным людям первую неделю лучше пить воду по 1/2 стакана за 30 минут до еды или глотками (капельно, по чуть-чуть), учитывая особенности организма.

А как быть с патогенными микроорганизмами? Ведь любой микроб оставляет свой след и, как биологический фактор, являясь гомотоксином (по Реккевегу), доводит при шестой фазе патологического процесса до развития злокачественных новообразований.

Приведём точные и очень актуальные слова к.м.н. доцента Российской Медицинской Академии постдипломного образования Ольги Анисимовой: «Очень важно учитывать хронический дефицит качественной питьевой воды в повседневном рационе питания. Ежедневное недополучение достаточного количества биологически активной воды ведёт к формированию как вышеперечисленных болезней, так и возникновению многих других. Это обусловлено тем, что именно вода формирует всю внутреннюю жидкую среду организма и при её дефиците происходят значительные нарушения физиологических процессов. К сожалению, данное звено возникновения заболеваний, как и нутриентная недостаточность питания, в большинстве случаев практически врачами не учитываются, приводя к «неизлечимости» хронических заболеваний и низкой эффективности восстановительных мероприятий вообще».

По материалам статьи doctor-bobok.ru

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ОТДЫХ

САНАТОРИЙ «ИСЛОЧЬ»
(РСКУП «САНАТОРИЙ «ИСЛОЧЬ» НАН БЕЛАРУСИ)



«Санаторий «Исloch» (Республика Беларусь, Минская область) приглашает Вас окунуться в атмосферу спокойствия, насладиться гармонией с природой, укрепить здоровье, набраться сил и бодрости, вдохновившись неповторимыми панорамными красотами одного из самых уютных уголков Белорусской земли!

Санаторий «Исloch» расположен в живописном уголке Минской возвышенности среди соснового леса, растущего на обрывистом песчаном берегу извилистой реки с одноименным названием. Чистейшая, прозрачная, богатая кислородом вода, в которой водится форель; прогретый солнцем, наполненный запахом хвои воздух; живописные виды окружающего мира; отсутствие в радиусе 20 км от санатория загрязняющих атмосферу объектов создают особый микроклимат, который целительным образом воздействует на здоровье и самочувствие человека. При этом близость города Минска делает доступными художественные, исторические и другие ценности столицы нашей Республики.

Медицинский профиль санатория:

- заболевания опорно-двигательного аппарата,
- заболевания сердечно-сосудистой системы,
- заболевания органов дыхания,
- заболевания нервной системы,
- заболевания органов пищеварения.

Санаторий принимает отдыхающих круглогодично и предлагает широкий спектр лечебно-реабилитационных услуг, изначально входящих в стоимость путёвки, и медицинских услуг, предоставляемых за дополнительную плату. При этом мы стараемся отвечать всем запросам наших клиентов, идём в ногу со временем, постоянно обновляя список предлагаемых нами услуг совершенно новыми, порой инновационными процедурами.

Нашим отдыхающим мы предлагаем пройти оздоровление у нас по одной из трех лечебно-оздоровительных программ: **«Общеоздоровительная» программа, программа «Позвоночник — путь к здоровью» и программа «Антистресс».** Комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий каждой программы рассчитан на 12-14 и более дней пребывания в санатории.

Для тех наших клиентов, у кого нет возможности отправиться на полноценный отдых на 12-14 и более дней, а просто хочется отвлечься от проблем и забот трудовых будней, проведя выходные вдали от шумного города, мы разработали программу **«Выходной день с нами».**

Основные методы лечения:

- грязелечение
- дарсонвализация
- водолечение
- лечебные ванны и души
- лечение поляризованным светом
- массаж ручной, пневмокомпрессионный
- массаж механический
- ультразвуковая терапия (УЗТ)
- лазеротерапия
- фитотерапия
- иглорефлексотерапия
- гирудотерапия
- лечебная физкультура
- физиотерапевтическое лечение
- услуги стоматолога

Диагностика:

- неинвазивное обследование крови на аппарате АМП
- электрокардиография

Лечебная база:

- ванна сухая углекислая (установка «Reabox»)
- ванны общие (хвойная, валерьяновая, йодо-бромная, пустырниковая и др.)
- галотерапия (аэрозольная установка «УА-3»)

- грязелечение (пелоидотерапия)
- душ лечебный (восходящий, дождевой, циркулярный)
- душ струевой (душ Шарко)
- душ-массаж подводный
- ингаляции (аэрозольотерапия) (аппараты «Thomex», «Туман»)
- компрессионная терапия (аппарат «Limphamat»)
- магнитотерапия
- массаж аппаратный (кресло массажное)
- массаж ручной
- оксигенотерапия (кислородные коктейли)
- процедурный кабинет (внутривенные инъекции, внутривеннокапельные инъекции, внутримышечные инъекции)
- светолечение (лампа «Bioptron», УФО, «Соллюкс»)
- стоматология
- тренажерный зал (беговая дорожка, велотренажеры)
- фитотерапия (15 видов травяных сборов)
- электрогрязелечение (гальваногрязелечение)
- электролечение (аппараты «УЗТ-101 Ф», «Поток-1», «Амплипульс-4», «Искра-1», «Явь-1», ДМВ)
- подводное вытяжение
- гирудотерапия
- иглорефлексотерапия
- лазеротерапия (надвенное лазерное облучение крови, лечение пяточных шпор)
- спелеотерапия
- ароматерапия

Консультации специалистов:

- стоматолог
- терапевт
- невролог
- иглорефлексотерапевт
- психолог

Номерной фонд санатория расположен в одном пятиэтажном корпусе, рассчитанном на обслуживание и размещение 170 человек. На выбор отдыхающим предлагаются различные номера со всеми удобствами: от трёхкомнатных люксов до однокомнатных однокомнатных стандартов.

Территория санатория «Исloch» огорожена и круглосуточно охраняется. Есть платная охраняемая автостоянка.

Санаторий «Исloch» обладает развитой инфраструктурой, дающей отличные возможности для лечения и отдыха, в том числе корпоративного, молодёжного и семейного.

К услугам отдыхающих: сауна с бассейном, тренажёрный и спортивный залы, прокат спортивного инвентаря и велосипедов, открытый теннисный корт и спортивная площадка, танцевальный зал, кафе-бар, банкетный зал, бильярдная, детская игровая площадка, аптечный киоск, отделение Беларусбанка, магазин, конференц-зал, уютные беседки с мангалом, парикмахерский и косметический кабинеты, а также бесплатный доступ к Wi-Fi.

В свободное от процедур время мы предлагаем своим гостям многочисленные экскурсии, концертные и развлекательные программы с участием приглашённых звёзд белорусской эстрады.

Для иностранных иноязычных гостей предоставляются услуги переводчика.

Кроме того, каждый желающий может заказать у нас услугу трансфера.

В нашем санатории мы постоянно тщательно продумываем различные акции, предоставляя своим отдыхающим скидки.

Выбирая наш санаторий, Вы обеспечиваете себе гармоничный отдых для души и тела, сервис, достойный самого взыскательного клиента, приветливость и радушие квалифицированного персонала, душевное общение с новыми знакомыми и, конечно же, высокоэффективное лечение, в котором немаловажную роль играют природные лечебные факторы.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

222365, Республика Беларусь, Минская область, Воложинский район, а.г. Раков, Раковский с/с, 11 • www.isloch.by

Заказ путёвок через официальный сайт производится абсолютно бесплатно!

E-mail: isloch_2007@tut.by • Skype: sanatoriy_isloch

Отдел бронирования: +(375 1772) 52-5-68 (тел./факс), +(375 1772) 52-4-67, +(375 1772) 52-5-51, +(375 44) 744-24-72, +(375 44) 744-34-65

ЦИФРЫ И ФАКТЫ

БАД ДЛЯ КРАСОТЫ

В последние несколько десятилетий индустрия красоты и косметологии развивается быстрыми темпами, предлагая потребителям все больше новых продуктов. В СМИ широко пропагандируются эталоны красоты, здорового образа жизни. Не смогли обойти стороной перспективный сегмент рынка и производители БАД. Сегодня в аптечном ассортименте БАД, которые улучшают состояние кожи и волос, занимают свою нишу.

В 2015 году в аптеках было продано 2,1 млн. упаковок БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, на сумму примерно 1 млрд рублей (в розничных ценах). В динамике стоимостные объемы продаж за последние три года растут на 7-10% в год, натуральные объемы — нестабильны и больше подвержены влиянию экономических факторов. БАД, применяемые для устранения различных проблем с кожей и волосами, занимают долю 2,5% от объема продаж всех БАД в аптеках в рублях и 0,7% в упаковках (Рис. 1).

Группа объединяет порядка 70 брендов (135 полных наименований) от 60 производителей, 35 из которых относятся к отечественным.

Основная часть позиций относится к БАД, улучшающим состояние кожи, волос и ногтей (Табл. 1). Остальные группы объединяют не больше пяти брендов, поэтому в дальнейшем в статье основной обзор касается БАД, улучшающих состояние кожи, волос и ногтей.

Можно сказать, что рынок БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, — это дорогой сегмент рынка БАД: 27 брендов относятся к группе препаратов с ценой более 500 рублей и 30 брендов — к группе «от 150 до 500 руб.». При этом в 2015 году чуть более половины

стоимостного объема продаж БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, приходилось на ценовую группу БАД по цене за упаковку более 500 рублей. Тогда как в целом на рынке БАД дорогостоящий сегмент «более 500 руб.» занимает 32,5% стоимостного объема продаж, сегмент «от 150 до 500 руб.» — 21,3%. В натуральном выражении также ощутимы различия: сегмент «более 500 руб.» БАД, применяемые для устранения различных проблем с кожей и волосами, занимает 16,3%, а в целом по рынку БАД — 4,1%.

Средневзвешенная стоимость одной упаковки БАД в данном сегменте в 2015 году равнялась 381 рублю — это на 3,3% больше, чем в 2014. При этом диапазон цен достаточно широк, например, одна из самых дорогих БАД для волос INNEOV стоил примерно 2900 руб. за упаковку 120 таблеток, а ДОППЕЛЬГЕРЦ, также для волос — 450 рублей за упаковку в 30 капсул.

В 2015 году произошло значительное снижение объемов продаж в ценовой группе «более 500 руб.» как в рублях, так и в упаковках. Доля БАД группы «от 150 до 500 руб.», напротив, увеличилась. Рост в сегменте «от 150 до 500 руб.» обеспечил лидер данной группы — бренд КОМПЛИВИТ СИЯНИЕ, специализированный комплекс витаминов для волос, ногтей и кожи. В самом дорогом сегменте «более 500 руб.» один из лидеров — бренд INNEOV, объединяющий около 20 различных продуктов для волос и кожи, потерял 68,6% от объемов продаж 2014 года, что повлияло на долю всего сегмента в группе (Рис. 2).

ТОП-20 фирм-производителей БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, 2015 года занимает 98,7% стоимостных объемов продаж (Табл. 2).

Рисунок 1. Динамика объемов продаж БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, в России, 2015 год.

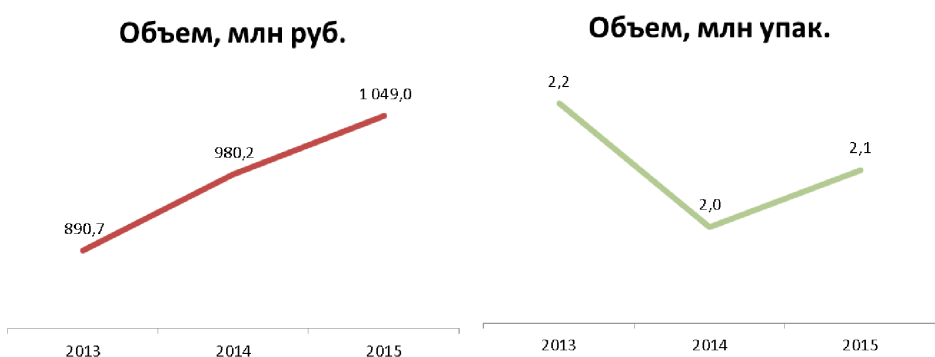


Таблица 1. Рейтинг продаж по разделам классификатора БАД по итогам 2015 года.

	Стоимостной объем, млн руб.	Доля	Прирост 2015/2014 гг.	Натуральный объем, тыс. упаковок	Доля	Прирост 2015/2014 гг.
БАД, улучшающие состояние кожи, волос и ногтей	1 020,9	97,3%	+7,6%	1 902,5	92,4%	+6,6%
БАД, применяемые для лечения угрей (акне)	18,2	1,7%	-2,5%	136,4	6,6%	-17,2%
БАД, обладающие антицеллюлитным действием	9,4	0,9%	-24,1%	17,9	0,9%	-36,6%
БАД, способствующие увеличению груди	0,3	0,01%	+34,4%	0,7	0,01%	-18,4%
БАД, применяемые при псориазе	0,1	0,01%	-21,9%	1,6	0,1%	-23,2%
Общий итог	1 049,0	100,0%	7,0%	2 059,1	100,0%	3,9%

Рисунок 2. Ценовые сегменты БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами.

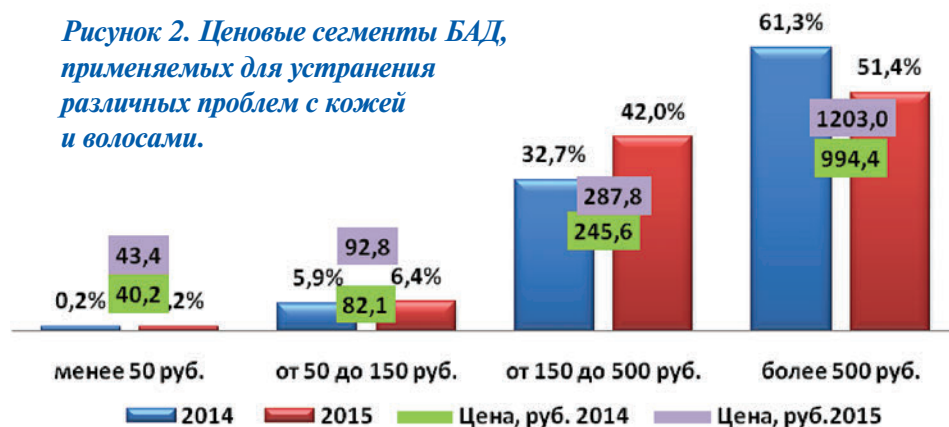


Таблица 2. ТОП-20 фирм-производителей БАД, применяемых для устранения различных проблем с кожей и волосами, в России по стоимостным объемам продаж в 2015 году.

Рейтинг 2015 г.	Изменение	Фирма-производитель	Стоимостный объем, млн руб., 2015 г.	Прирост стоимостного объема	Доля
1	+1	ОТИСИФАРМ	279,7	+103,4%	26,7%
2	+1	PHARMA-MED	133,3	+2,7%	12,7%
3	+1	SOLGAR VITAMIN AND HERB	125,9	+18,1%	12,0%
4	+2	QUEISSER PHARMA	78,9	+3,2%	7,5%
5	0	FERROSAN	73,8	-9,3%	7,0%
6	-5	LABORATORIES INNEOV	67,5	-68,6%	6,4%
7	0	ЭВАЛАР	48,8	-12,3%	4,7%
8	0	АЛИНА ФАРМА	39,0	+2,1%	3,7%
9	0	RECORDATI	26,0	-3,0%	2,5%
10	+4	ЗЕЛДИС	22,5	+131,8%	2,1%
11	-1	ВНЕШТОРГ ФАРМА	22,4	+54,8%	2,1%
12	0	MEDICAL HORIZONS	22,3	+85,1%	2,1%
13	+2	PIERRE FABRE DERMOCOSMETIQUE	21,1	+132,7%	2,0%
14	-1	VITABIOTICS	19,0	+80,1%	1,8%
15	+4	СВОБОДНЫЙ 20	16,5	+207,7%	1,6%
16	-5	PHYTOSOLBA	12,3	-6,1%	1,2%
17	+1	MERZ	8,5	+57,2%	0,8%
18	-2	KRKA	7,3	-8,6%	0,7%
19	-2	АЛКОЙ	6,0	+8,1%	0,6%
20	+7	GIULIANI	3,9	+556,8%	0,4%

Рейтинг производителей 2015 года возглавила компания «ОТИСИФАРМ», представляющая на данном сегменте рынка БАД всего один бренд — КОМПЛИВИТ, который является продолжением линейки компании лекарственных витаминов, объединенных одним названием. Как уже упоминалось выше, объемы продаж бренда КОМПЛИВИТ значительно увеличились (+103,4% в рублях и 58,2% в упаковках), что позволило компании подняться на одну ступеньку вверх и занять первую строчку.

Вторую строчку стоимостного рейтинга продаж БАД занимает канадская фармацевтическая компания PHARMA-MED, которая, несмотря на незначительное увеличение объемов реализации в рублях (+2,7%) и значительное сокращение в упаковках (-30,2%), поднялась на одну строчку вверх. Компания представляет три бренда, однако большую часть оборота приносит только один бренд — ЛЕДИС ФОРМУЛА (около 97%).

Американская компания SOLGAR VITAMIN AND HERB занимает в 2015 году третью строчку рейтинга лучших. В портфеле компании представлен только один бренд из сегмента «для волос, ногтей и кожи» — SOLGAR.

Максимальный прирост в ТОП-20 принадлежит двум компаниям — GIULIANI S.P.A (+556,8%) и СВОБОДНЫЙ 20 (+207,7%). Производитель GIULIANI S.P.A в данном сегменте имеет только один бренд ТРИКОВЭЛ БИОДЖЕНИНА

(таблетированный комплекс витаминов для волос) и реализуется на российском рынке только второй год, что и объясняет высокие темпы роста в 2015 году в сравнении с первым годом продаж. Компания СВОБОДНЫЙ 20 выпускает широкую линейку БАД под одним брендом — ПИВНЫЕ ДРОЖЖИ, в данном сегменте представлено одно средство для кожи.

Рынок БАД достаточно динамичный: ежегодно появляются и исчезают десятки новых производителей и брендов. За последние несколько лет самым «успешным» годом был 2014: из десяти новых компаний, появившихся в данном сегменте БАД, четыре вошли в ТОП-20 2015 года: ЗЕЛДИС, ВНЕШТОРГ ФАРМА, MEDICAL HORIZONS и уже упомянутая выше GIULIANI S.P.A.

Сегмент рынка — БАД, применяемые для устранения различных проблем с кожей и волосами, как и рынок БАД в целом, относится к категории товаров «для профилактики здоровья» и в кризисное время является одной из самых уязвимых. Учитывая это, а также то, что рассматриваемый сегмент относится к дорогостоящим, можно предположить, что в ближайшее время стоит ожидать снижение покупательской способности населения на данную группу товаров.

Маркетинговое агентство
DSM Group

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



ВОЛОСЫ КАК ИНДИКАТОРЫ ЗДОРОВЬЯ

Это вопрос или утверждение?

Почему большинство жителей Санкт-Петербурга часто задают одинаковые вопросы?

- Какие микроэлементы в моем организме отвечают за красоту и здоровье волос?
- Какие микроэлементы делают мои ногти крепкими?
- Какой микроэлемент в нашем организме главный?
- Все ли мой организм получает в достатке, а может, наоборот, что-то лишнее?
- Как получить список продуктов, полезных именно для меня?
- Какая диета подходит мне сегодня?
- Правильно ли питается мой ребенок?
- Получает ли мой ребенок все необходимое для роста и развития?

Ответы на все эти вопросы знают специалисты центров «Спектрального анализа волос». Мы занимаемся этим уже более 10 лет. Сегодня по данной программе активно работает несколько консультационных центров в Санкт-Петербурге и в других регионах России. Обратившись в любой из этих центров, Вы получите индивидуальную программу как по улучшению, так и поддержанию здоровья.

Вы можете записаться на бесплатную консультацию по телефону 958-07-17 или электронной почте m4s-lab@mail.ru

Для работы и открытия новых районных центров приглашаем врачей, косметологов, профессионалов салонов красоты, спа-центров, фитнес-центров, спортивных клубов и центров оздоровления.

С 2012 года мы сотрудничаем с Лабораторией клиники МЧС и активно работаем в рамках НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ «Оценка содержания токсичных химических элементов у жителей различных регионов России на основании данных, получаемых лабораторией элементного анализа ФГБУ «Всероссийский центр экстренной и радиационной медицины им. А. М. Никифорова» МЧС России».

Данная программа создана по инициативе и при поддержке специалистов Лаборатории клиники МЧС. За время её работы сотрудники клиники помогли решить сложные вопросы здоровья тысячам обратившимся жителям Санкт-Петербурга.

Специалисты Лаборатории Клиники МЧС проводят бесплатные семинары для специалистов по темам:

- «Биоэлементный статус жителя мегаполиса как показатель здоровья и красоты»
- «Дисбаланс микроэлементов в организме человека как риск развития соматической патологии»
- «Пути коррекции дисбаланса микроэлементов»
- «Биоэлементы в спорте и фитнесе, исследования, статистика, нормы потребления»
- «Алопеция — болезнь 21 века».



МЧС России ВЦЭРМ им. А. М. Никифорова

СТРУКТУРА НАРУШЕНИЙ ЭЛЕМЕНТНОГО ГОМЕОСТАЗА У ЖИТЕЛЕЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА (60 ЛЕТ)



Если данные темы семинаров актуальны для Вас и Вам интересна работа в данном направлении, присылайте заявку на посещение бесплатных мероприятий. Ждем специалистов, которые часто слышат заданные выше вопросы, готовы на них отвечать и помогать их решать практически. По всем вопросам звоните или присылайте информацию о себе, мы будем рады и новым участникам исследовательской программы и новым партнерам. Вместе мы сможем сделать много полезного и важного.

Запись на семинары по телефону 958-0717 или e-mail: m4s-lab@mail.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ВСЕМОГУЩИЙ МЕТОД

Профилактика и восстановление функций проблемного позвоночника

Мы предлагаем вам наиболее эффективный и простой метод профилактики и восстановления функций проблемного позвоночника с помощью кратковременных занятий на устройстве для пассивной гимнастики в домашних условиях, перед сном (просто лежать 10-12 минут).

Тренажер № 1 пассивного, равномерного и продолжительного действия для плавного, естественного вытяжения и расслабления позвоночника

Это устройство позволяет не только мягко и естественно освободить зажимы, перекосы, посттравматические деформации позвоночных соединений, но и гармонично запустить процесс восстановления функций позвоночника, внутренних органов и опорно-двигательного аппарата.

При пассивном, равномерном, продолжительном вытяжении на устройстве снимается прессиное состояние с позвоночника, освобождается нервно-сосудистый пучок, восстанавливаются высоты межпозвонковых дисков всех отделов позвоночника, улучшается питание и иннервация внутренних органов, восстанавливается энергетический баланс организма, снимается стресс, расслабляется мышечная группа, открывается полное равномерное дыхание, улучшаются обменные процессы.

Тренажер № 2 вертикального действия

Устройство для мягкого, плавного, равномерного вытяжения шейного и грудного отделов позвоночника. Работа данного тренажера более эффективна и правильна после прохождения процедуры на наклонном тренажере № 1.

Регулярные занятия на тренажере №2 позволяют улучшить работу шейного и грудного отделов позвоночника, снимают блоки, головную

боль. Улучшают зрение, уменьшают шум в ушах.

Продолжительность процедуры составляет 1-5 минут. После процедуры желательно отдохнуть лежа на спине в горизонтальном положении 20-30 минут.

Автор этих устройств — российский специалист по мануальной терапии из Санкт-Петербурга, Грязнов Михаил Леонидович, с тридцатилетним опытом практики, приглашает вас на семинар с практическим обучением.



Тренажер № 1



Тренажер № 2

Записаться на семинар можно по телефону:

8 (911) 265-85-38

Сайт: больвспине.рф

Ale-gryaznova2009@yandex.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

35-я *межрегиональная*
юбилейная *специализированная*
выставка-ярмарка **17 лет**
с Вами

КРАСОТА ЗДОРОВЬЕ МОЛОДОСТЬ

12-17
апреля
2016

- * 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



INTERCHARM
professional

XV МЕЖДУНАРОДНАЯ ВЫСТАВКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОСМЕТИКИ И ОБОРУДОВАНИЯ ДЛЯ САЛОНОВ КРАСОТЫ

14-16 АПРЕЛЯ 2016
МОСКВА, КРОКУС ЭКСПО ПАВИЛЬОН 3

НА ВЫСТАВКЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ:

Профессиональная косметика	Мебель и аксессуары для спа-салонов
Косметологическое оборудование	Оборудование и препараты для перманентного макияжа
Парикмахерское оборудование	Солярии, средства для загара
Косметологические и парикмахерские услуги	Ароматерапия
Ногтевой сервис	Салон бижутерии и модных аксессуаров
Натуральная косметика	
Оборудование для спа-салонов	

ОРГАНИЗАТОР:
Reed Exhibitions® www.intercharm.ru

Москва, ул. Большая Никитская, 24/1, стр.5
Тел./факс: (495) 662-7101, 937-6861/62 • E-mail: intercharm@reedexpo.ru

РАК! СРОЧНЫЙ СБОР СРЕДСТВ!



Саша Черепивский 31 год,
г. Санкт-Петербург

РАК КОЖИ (МЕЛАНОМА), 3 стадия

Реквизиты для перечисления помощи:

СБЕРБАНК № 4276 5500 1601 3230
Получатель: Черепивский Александр Андреевич

Яндекс Деньги № 4100 1369 0600 885

PayPal alexander.cherepivsky@gmail.com

vk <http://vk.com/sasha.help>

f <http://facebook.com/groups/cherepivsky.sasha.help>

Саша заботливый отец двух маленьких деток (3 года и 1 год), любимый и любящий муж!

VI Всероссийский конгресс с международным участием «МЕДИЦИНА ДЛЯ СПОРТА-2016»

28-29 апреля 2016 г.
Мэрия г. Москвы, Новый Арбат, д.36

Основные направления работы Конгресса:

- Охрана здоровья в детско-юношеском и профессиональном спорте;
- Медицинское обеспечение ветеранов спорта;
- Медицинские и педагогические аспекты повышения эффективности подготовки спортивного резерва;
- Кардиоваскулярная патология у спортсменов;
- Особенности диагностики и терапии бронхо-легочной патологии у спортсменов;
- Иммунные нарушения и их коррекция у спортсменов;
- Реабилитационные и восстановительные мероприятия в спорте;
- Лекарственные препараты и биологически-активные добавки в спорте;
- Методы экспресс-диагностики функционального и физического состояния спортсменов;
- Медицинское сопровождение спортсменов с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптивная физическая культура – перспективы развития;
- Двигательная активность – естественное лекарственное средство;
- О физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- Факторы риска в современном спорте: медицинские и педагогические аспекты. Особые факторы риска в детском спорте;
- Медицинское и педагогическое обеспечение детско-юношеского спорта;
- Этапная двигательная реабилитация спортсменов после оперативных вмешательств по поводу травм и посттравматических состояний опорно-двигательного аппарата;
- Системный подход к профилактике спортивного травматизма;
- Специализированное питание в спорте;
- Гигиенические требования к объектам спорта;
- Новые тенденции в борьбе с применением допинга в спорте.

В рамках конгресса будет проведена Конференция «Поражения опорно-двигательного аппарата и спортивная травма: лечение и реабилитация» (организатор ГМУ УДП РФ).

ОРГКОМИТЕТ:
Тел.: +7 (985) 241-02-94; (495) 434-57-92;
Факс: +7 (495) 936-90-40; E-mail: rasmirbi@gmail.com
Тел.: +7 (495) 617-36-43; (495) 617-36-44;
Факс: +7 (495) 617-36-79; E-mail: o.komitet@bk.ru

Дополнительная информация и On-line регистрация на конгресс на сайтах:
www.sportmed.ru www.expodata.ru

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!

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ГАЗЕТЫ

Республика Саха (Якутия)



**Выставка
«Старшее поколение»**



**Выставка
«Здоровый образ жизни»**



**Выставка «Intercharm»
Санкт-Петербург**



**Сеть медицинских магазинов
Доброта.ru**



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



**Распространение
у станций метро**



**Клиника
Здорового Позвоночника
доктора Разумовского**



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



**Детская городская больница № 19
им. К. А. Раухфуса**



Учредитель, издатель, редакция —
ООО «Отраслевые справочники»

Адрес редакции:
190013, Санкт-Петербург,
ул. Рузовская, д. 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
Грибач Н. В., тел. (812) 320-06-26
E-mail: reklama3@farosplus.ru
Королев В. Н., тел. (812) 320-06-24
E-mail: dmail@farosplus.ru
Суханова Л. В.
E-mail: reklama1@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: expo@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 Северо-
Западному федеральному округу.
Свидетельство о регистрации
ПИ № ТУ78-01807 от 28.12.2015 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 35 000 экз.
Заказ № ТД-1913

Подписано в печать 08.04.2016 г.
Время сдачи: 21 час 00 минут
Выход в свет 11.04.2016 г.

Бесплатно

**Внимание! Все БАДы,
рекламируемые в газете
«Здоровье без границ»
не являются лекарствен-
ным средством.
Медицинские услуги
имеют противопоказа-
ния и требуют консуль-
тации специалиста.**

НЕ БОЙТЕСЬ ОБМАНУТЬ ВРЕМЯ

Несмотря на высокий уровень развития современной пластической хирургии, немногие женщины решаются на серьезное оперативное вмешательство, чтобы изменить свою внешность в лучшую сторону. Нитевой лифтинг нижней и средней третей лица в сочетании с инъекционным моделированием — реальная альтернатива круговой подтяжке, считает руководитель направления «косметология» клиники эстетической медицины «МЕДИКА», врач-дерматовенеролог Елизавета Александровна Дуничева.



— Елизавета Александровна, кому показан сочетанный инъекционно-нитевой лифтинг?

— К этой процедуре прибегают пациенты, которым рано еще делать хирургическую подтяжку, а возрастные проблемы уже заметны: начинают беспокоить морщины, овал лица не такой четкий. Обычно показанием для проведения процедуры является небольшой птоз (опущение) средней и нижней третей лица, носогубные и межбровные складки, опущенные уголки рта и брови.

— Какова инъекционная составляющая безоперационного лифтинга?

— Перед установкой нитей я советую выполнить коррекцию объема скул и средней трети лица с помощью новых препаратов компании Allergan — Juvederm Voluma или Juvederm Volift. Дело в том, что с возрастом происходит уменьшение количества собственной жировой ткани и перемещение вниз, нарушается геометрия лица. Voluma и Volift выкладывается под мышцу, прямо на кость, чтобы созданный объем был абсолютно натуральным, и не нарушалась архитектура лица. Такой способ введения абсолютно безопасный. Эффект от процедуры сохраняется в течение 2-5 лет. Препарат не вызывает отеков и создает идеальный объем — как в молодости.

— Какие нити используются для процедуры лифтинга?

— Сегодня на рынке представлены нити разных типов и назначений. Есть нити армирующие, которые уплотняют кожу, а есть

моделирующие, оказывающие выраженный субклинический лифтинг-эффект. Получить выраженный армирующий эффект можно благодаря тредлифтингу, то есть использованию 3D мезонитей. Мезонить представляет собой систему, состоящую из тонкой иглы-проводника на основе медицинской стали, и нити из полидиоксана.

В своей практике я использую только сертифицированные нити лучших мировых производителей. Мезонити создают упругий каркас в зоне армирования, равномерный по толщине, без нарушения микроциркуляции тканей и риска контурирования. Для достижения лифтинга тканей и трехмерного моделирования контуров лица используются нити Aptos, разработанные в России более 15 лет назад пластическими хирургами Марленом и Георгием Суламанидзе. Сегодня нити Aptos успешно применяются в 48 странах мира. Они изготовлены из материалов, которые не отторгаются организмом и не провоцируют аллергических реакций. Я предпочитаю работать с нитями Aptos Excellence Visage, которые соединяют в себе три эффекта: армируют кожу, стимулируют выработку коллагена и эластина, а также оказывают выраженный лифтинг-эффект.

— Какого эффекта можно добиться при помощи нитевой подтяжки?

Нитевая подтяжка лица позволяет приподнять брови и уголки губ, смоделировать контур овала лица, улучшить цвет кожи и повысить мышечный тонус, получить

лифтинг тех участков лица и тела, которые были недоступны другим технологиям.

— Сколько нитей необходимо установить для достижения нужного эффекта?

Если речь идет о постановке 3D мезонитей, то, как правило, для армирования нижней трети лица необходимо 20-30 нитей, для коррекции периорбитальной зоны — 10-15, а чтобы приподнять брови или уголки губ будет достаточно по 5 нитей с каждой стороны. При работе с нитями Aptos используются от 4 до 10 с каждой стороны, в зависимости от возрастных изменений. Я обычно работаю по схеме «10 нитей с каждой стороны», пять в скуловой и пять в подбородочной области.

— Как проходит процедура установки нитей?

— Процедура достаточно комфортна и длится не больше 30-40 минут. Установка нитей проходит безболезненно за счет того, что проводник, в который вставлена нитка, имеет не очень острый конец, поэтому не травмирует ткани. Сначала проводится местная анестезия, далее на кожу пациента наносятся линии разметки, по которым будут крепиться нити. Затем через небольшие проколы вводятся проводники с нитями, нить закрепляется в тканях, а проводники выводятся наружу и удаляются. Зона постановки обрабатывается антисептиком (хлоргексидином), а места ввода нитей — антибиотиками.

— Какие рекомендации нужно соблюдать после процедуры?

— Чтобы нити прижились хорошо и плотно, в течение суток необходимо стараться не сокращать лицевые мышцы, не принимать горячую пищу, в ближайшее время не посещать стоматолога, что-



бы не открывать широко рот. Отменить посещение бани, сауны, солярия и спортзала в течение двух недель. Можно принимать легкие анальгетики и продолжать обработку лица хлоргексидином. Я рекомендую своим пациентам обязательно прийти на осмотр на третий или четвертый день.

— Когда заметны результаты процедуры?

— Эффект от установки нитей заметен сразу. Кожа подтягивается и становится упругой и гладкой. Результат процедуры усиливается благодаря входящим в состав 3D нитей полидиоксана и полимолочной кислоты в нитях Aptos. Через год эффект достигнет своего максимума — к этому моменту нить полностью рассасывается. Со временем вокруг нитей образуется собственный каркас за счет активной выработки организмом коллагена и эластина. Эффект от безоперационной подтяжки нитями сохраняется от 2 до 5 лет.

Таким образом, современная эстетическая медицина предлагает множество способов решения задач по поддержанию и восстановлению качества кожного покрова, коррекции проблем, вызванных увяданием, профилактике возрастных изменений. Однако ни один из методов не является универсальным. Лучшие результаты всегда достигаются благодаря комплексным программам и, безусловно, инъекционно-нитевой лифтинг занимает лидирующую позицию среди нехирургических методов омоложения.

Записаться на прием к специалистам Клиники эстетической медицины «МЕДИКА» можно по телефону
Единого контактного центра: (812) 458-00-00.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



ПЕРЕВОЗКА ЛЕЖАЧИХ БОЛЬНЫХ

- ☑ Перевозка пациентов в инвалидной коляске
- ☑ Перевозка пациентов в положении лежа



специально
оборудованный
транспорт

от кровати
до кровати

опытный
и внимательный
персонал



925-33-65



www.tlb-spb.ru



Работаем надежно и честно — уже 16 лет! Работа осуществляется на базе крупнейшей сети частных клиник «XXI век».

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Предъявитель этого номера газеты
СКИДКА 5%