МЕДИЦИНА ФИТНЕС КОСМЕТИКА СПОРТ МЕДОСМОТР СОВЕТЫ РЕКОМЕНДАЦИИ

ЗДОРОВЬЕ СЕВЕРЯН

№ 18(148) 6 декабря 2017

12+ РЕКЛАМНАЯ

ГАЗЕТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Синдром хронической усталости

Валитесь с ног от усталости? Ночью мучаетесь от бессонницы? Раздражаетесь по пустякам? Не исключено, что вы стали жертвой весьма распространённого заболевания – синдрома хронической усталости (СХУ). Ещё в 70-80-е годы об этом явлении ничего не было известно. Его появление связывают с ускорением ритма жизни, увеличением психологической нагрузки на людей.

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ СИНДРОМА

– быстрая утомляемость, слабость, усталость, вялость, нехватка энергии. Позднее могут появиться бессонница, беспокойство, боли в мышцах и суставах, плохой аппетит, «скачки» температуры.

Нередко при синдроме хронической усталости пациенты не способны точно определить, когда именно появилась усталость, не могут назвать причину такого неприятного состояния.

Причины СХУ самые разные. В некоторых случаях немаловажную роль может играть инфекционный фактор. Зачастую у пациентов с этим заболеванием можно обнаружить герпетическую инфекцию, вирус Эпштейна-Барр, цитомегаловирус или коксаки-вирусы, а также другие опасные заболевания.

Специалисты предполагают, что иногда развитию синдрома хронической усталости предшествует длительный период стимуляции иммунных клеток человека инфекционными антигенами. Именно с цитокинами, вырабатываемыми организмом при борьбе с инфекцией, связано повышение температуры тела, различные мышечные боли, озноб, общее недомогание.

В других случаях синдром хронической усталости напрямую зависит от нарушений в работе лимбической системы ЦНС. Учёными доказано, что именно с ней связаны эмоциональная сфера, память, работоспособность, правильный суточный ритм бодрствования и сна, вегетативная регуляция внутренних органов. У многих пациентов с диагнозом СХУ в первую очередь страдают именно эти функции.

Сегодня синдром хронической усталости может встречаться в довольно молодом возрасте, как у мужчин, так и у женщин. Однако у слабого пола это заболевание диагностируется чаще, также как и у людей ответственных, активных и преуспевающих, которые взваливают на себя непомерную нагрузку.

КАК НАЧИНАЕТСЯ СХУ?

СХУ обычно начинается с какого-нибудь инфекционного заболевания.

Как правило, у людей после типичного острого периода, даже после обычной простуды, примерно две недели могут наблюдаться повышенная утомляемость, периодические головные боли, общая слабость и пониженный фон настроения. Эта ситуация обычно не вызывает тревоги, она укладывается в наше представление о восстановлении организма после перенесённого заболевания. При СХУ же такие симптомы могут не проходить даже несколько месяцев. И тогда обеспокоенный пациент обращается к врачам.

Если он плохо спит или замечает неприятные изменения в своём эмоциональном состоянии, он чаще всего идёт на приём к неврологу. Когда появляются высыпания на коже, зуд, экзема - консультируется у дерматовенеролога. При расстройстве стула идёт к гастроэнтерологу. Но при синдроме хронической усталости назначенная терапия либо не даёт результатов, либо наблюдается лишь кратковременное улучшение состояния, поскольку лечение направлено на следствия, вызванные заболеванием, а причина патологии остаётся без внимания.

ПРОФИЛАКТИКА СХУ

Адекватные физические нагрузки, здоровое питание, устойчивое психическое состояние, объективная самооценка и чёткий распорядок дня помогут избежать развития синдрома хронической усталости. При этом важно не переутомляться. Когда серьёзных перегрузок избежать не удаётся, следует выделить время для полноценного отдыха на природе в течение нескольких дней.

Эмоциональным людям можно посоветовать делать небольшие перерывы в работе каждые полтора часа. При умственной деятельности в перерывах полезно заняться физкультурой, в случае выполнения монотонной работы необходимо делать паузы, чтобы переключить внимание на что-то другое. Помните, что сильный производственный шум вызывает повышенную утомляемость, поэтому постарайтесь максимально снизить влияние этого вредного фактора.

Смена обстановки и получение новых впечатлений помогут оставаться здоровым и работоспособным.

Также рекомендуем регулярно проходить курсы общего расслабляющего массажа, иглорефлексотерапии, заниматься спортом (лечебная гимнастика, йога, пилатес), посещать бассейн.

Для лечения СХУ также успешно применяется японский плацентарный препарат «ЛАЕННЕК».

Лаеннек — это инъекционный препарат, полученный на основе гидролизата плаценты человека. Обладает выраженным гепатопротекторным и иммуномодулирующим действием.

З.М. АВАЛИАНИ

В каком-то смысле «Лаеннек» можно сравнить с витаминами. Впрочем, даже самые «продвинутые» витамины содержат не более 30 искусственно синтезированных элементов, которые усваиваются максимум на 80%.

Плацентарный препарат «Лаеннек» включает в себя более 100 ферментов, мощнейшие факторы роста, натуральные биологические стимуляторы, а также усваиваемые на 100% соединения цинка, селена, меди, бора, йода, кобальта и 40 других минералов.

Такой уникальный состав разносторонне воздействует на организм.

Плацентарный препарат Лаеннек во всем мире используются для лечения более 80 различных заболеваний, например:

- при неврозах с разными причинами возникновения,
- депрессивных состояниях,
- синдроме «выгорания» представителей профессий, связанных с повышенным стрессом (менеджеры, брокеры, преподаватели, спортсмены, военнослужащие),
- при агрессивных состояниях,
- в периоде реабилитации после кровоизлияния в мозг,
- в восстановительных периодах после нагрузок.
- невралгии, мигрени и неврозе, СХУ
- при аллергии и астме,
- аденоме предстательной железы,
- выпадении волос,
- симптомах климакса (особенно у женщин, отказывающихся от проведения ЗГТ),
- нарушении обмена веществ, энурезе,
- язве желудка,
- эффективно заживляет раны, борется с келоидными рубцами,
- болезненных менструациях,
- дисфункции яичников,
- заболеваниях кожи.

Ещё один из эффектов «Лаеннека» - предотвращение старения мозга, что ведёт к торможению системных процессов старения.

После прохождения курса капельниц с этим препаратом пациенты длительное время находятся «на подъёме», чувствуя:

- прилив сил, повышение работоспособности;
- ясность мышления;
- улучшение физической формы;
- снятие стресса, раздражительности;
- улучшение сна;
- повышение половой активности;
- снятие лекарственной интоксикации.

Исследования ВОЗ показали, что регулярные курсы препарата продлевают продуктивную зрелость и отдаляют наступление старости.

С 1956 года «Лаеннек» успешно применяется в рамках Государственной программы оздоровления нации Японии. За это время средняя продолжительность жизни японца выросла с 63 до 82 лет и на протяжении последних 35 лет стабильно обгоняет Швецию с традиционно самым высоким уровнем жизни.

В АВА КЛИНИК опытные врачи (терапевт, невролог) смогут выявить показания и назначить лечение этим препаратом.

Зейнаб Мемедовна АВАЛИАНИ, главный врач, невролог.

АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18
Тел. 8(8182) 60-03-03,
44-64-64.
avaclinic29.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Если беспокоит сердце...

Кардиолог - это врач, работа которого связана с диагностикой, лечением и назначением необходимых профилактических мер касательно различных заболеваний сердечной мышцы и сосудов: аритмии, стенокардии, атеросклероза, инфаркта миокарда и многих других.

ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЦА ПРОГРЕССИРУЮТ

Кардиолог специализируется на проблемах, связанных с работой сердечно-сосудистой системы. В наше время сердечные заболевания занимают лидирующие позиции среди болезней, чаще всего приводящих к летальным исходам.

На сегодняшний день можно проследить статистику этой области медицины, и она просто поражает. За год во всем мире от сердечных недугов умирают около 17 миллионов человек! Среди прогрессирующих болезней – ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда и инсульт. К сожалению, количество людей, страдающих от сердечных заболеваний, с каждым годом увеличивается, а возраст пациентов – уменьшается. Вот почему так важна своевременная консультация у кардиолога с целью предотвращения развития опасной болезни.

Нужно отметить, что именно безответственное отношение к собственному здоровью становится главной причиной возникновения проблем с сердцем.

ЧЕМ ЗАНИМАЕТСЯ КАРДИОЛОГ?

Прежде всего, диагностикой проблем сердца и сосудов, а также лечением выявленного в результате обследования сердечно-сосудистого заболевания и назначением профилактических мер с целью реабилитации пациента. Чтобы назначить лечение, необходимо, в первую очередь, выявить причины недуга и установить точный диагноз.

Кардиолог призван помочь вовремя обнаружить болезнь и найти пути её лечения.

КТО В ОЧЕРЕДИ К КАРДИОЛОГУ?

Наблюдение у врача-кардиолога должны проходить пациенты с гипертонией, аритмией, пороками сердца, стенокардией, атеросклерозом, пациенты, перенёсшие инфаркт миокарда, а также беременные женщины, имеющие проблемы с работой сердца.

Поводом для посещения врача-кардиолога является также наследственный фактор. Если в семье были или есть близкие родственники, страдающие заболеваниями сердца и сосудов, то желательно пройти диагностику организма для своевременного выявления наследственной патологии в этой области.

Нужно отметить, что в наше время кардиологические проблемы касаются не только людей пожилого возраста, но и молодых людей. Это связано, прежде всего, с ритмом современной жизни, высоким уровнем каждодневного стресса, плохой экологией и малоподвижным образом жизни. С учётом этого, медики рекомендуют посещать врача-кардиолога, начиная с возраста 35 лет.

КАКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЕЧИТ КАРДИОЛОГ?

Среди самых распространенных сердечных недугов, которые находятся в компетенции этого специалиста, можно отметить следующие:

- ИБС (ишемическая болезнь сердца);
- пороки сердца (как врождённые, так и приобретённые);
- сердечная недостаточность разной этиологии;
- аритмии (среди них – неполная блокада сердца, а также тахикардия, брадикардия и др.);
- стенокардия, вызванная острой недостаточностью и проявляющаяся в виде приступов боли;
- кардиты (воспалительные поражения, которые возникают в разных участках сердечной мышцы);
- инфаркты и предынфарктные состояния.

Помимо вышеперечисленных болезней сердца, существует ряд других проблем, связанных с перебоями в работе миокарда. Они могут быть связаны с наличием какого-нибудь недуга, касающегося другой области медицины. В любом случае, при обнаружении малейших отклонений в работе сердечно-сосудистой системы необходимо проконсультироваться с кардиологом. Это наиболее оптимальное решение в устранении негативных процессов и полной их стабилизации.

КАКИЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ИСПОЛЬЗУЕТ КАРДИОЛОГ?

Кардиолог использует различные виды диагностирования сердечно-сосудистых заболеваний, которые позволяют как можно быстрее поставить диагноз и установить причину развития той или иной патологии. Таким образом, достигается цель: определить стадию заболевания и начать интенсивную терапию, направленную на устранение симптоматики и основных проблем, связанных с нарушениями в работе сердечной мышцы. Своевременная диагностика позволяет во многих случаях спасти человеку жизнь, особенно когда ему необходима срочная операция на сердце.

А.А. БРЕХОВ

Какие методы диагностики использует кардиолог? Прежде всего, можно отметить те из них, которые направлены на выявление сбоев в работе сердечной мышцы:

- электрокардиограмма;
- эхокардиография;
- мониторинг АД (СМАД);
- ВЭМ;
- Холтеровское мониторирование.

По результатам вышеперечисленных методов диагностирования кардиолог определяет, каким будет последующее лечение установленного сердечно-сосудистого заболевания.

Электрокардиография (ЭКГ) - позволяет получить представление о частоте и регулярности сердечного ритма, наличии аритмий, а также о достаточности или дефиците кровоснабжения сердечной мышцы (миокарда).

Холтеровское мониторирование ЭКГ - метод суточной записи ЭКГ с помощью специального прибора-регистратора, который пациент носит в течение 22 - 24 часов, не обязательно находясь при этом в стационаре. Метод применяется для углубленного анализа аритмий и выявления эпизодов ишемии миокарда.

Суточное мониторирование АД (СМАД) - метод суточной регистрации артериального давления с помощью автоматического компьютеризированного тонометра. Исследование проводится в условиях обычной жизни и позволяет судить о наличии или отсутствии у пациента артериальной гипертензии, а также об адекватности проводимой терапии. Общая продолжительность исследования 24 - 48 часов. Всё это время пациент носит специальное приспособление, способное фиксировать показатели сердечного ритма и артериального давления, ведёт дневник самонаблюдения.

Велоэргометрическая проба с нагрузкой (ВЭП), или тредмил - тест означает, что запись электрокардиограммы проводится в процессе выполнения пациентом физической нагрузки (ходьба по бегущей дорожке или езда на велотренажере). Данное исследование позволяют не только определить переносимость пациентом физических нагрузок, но и выявить изменения в сердечно-сосудистой системе, вызываемые ими.

Эхокардиография (ЭХОКГ или УЗИ сердца) - позволяет диагностировать ишемическую болезнь сердца, инфаркт миокарда, болезни мышечной и наружной оболочек сердца и помогает выявить расстройства деятельности сердца на самых ранних стадиях. Показания к ЭХОКГ могут быть разнообразными: боли в области сердца, изменение электрокардиограммы, шумы в сердце, нарушение ритма сердца, артериальная гипертензия, врождённые пороки сердца, наличие признаков сердечной недостаточности и др.

(Продолжение в следующем номере)

Артём Александрович БРЕХОВ, врач кардиолог.
АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18
Тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.
avaclinic29.ru

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ НА ДЕКАБРЬ!

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

«Мама, я боюсь!», или как убедить дочь не бояться осмотра у гинеколога

В предыдущем номере (№17-2017) мы поговорили с вами, кто такой доктор акушер-гинеколог для детей и подростков. Сегодня обсудим тему подготовки девочки к приёму у врача.

А.А. ЗОРИНА

Хотелось бы сразу отметить, что залог успеха на приёме – спокойствие! Спокойствие мамы – это 80% от успешного лечения и диагностики. А что нужно, чтобы мама была уверена и спокойна? Знание того, что будет происходить на приёме с её девочкой.

В таком деликатном вопросе, как визит к гинекологу, самое важное – это доверие дочки к врачу. К маленьким пациенткам нужен особый подход, который позволит им меньше волноваться и чувствовать себя уверенно.

Как правило, требуется длительный разговор, а в ряде случаев, возможно, осмотр провести на первом визите не удастся, и потребуется повторный визит, чтобы девочка освоилась и не боялась доктора. Это очень важный момент, потому что осмотр против воли ребёнка может нанести ему психологическую травму и послужить поводом боязни перед визитом к любому доктору без исключения.

Наблюдать вашего ребёнка мы готовы буквально с его рождения. Задача врача на приёме - сбор информации о возможных жалобах маленькой пациентки. Это является «трамплином» первого этапа обследования, на основании которого врач делает выводы. Далеко не всегда может понадобиться внутренний осмотр, зачастую достаточно устной постановки вопроса и ультразвукового обследования на приёме, которое выполняется через переднюю брюшную стенку.

В других случаях врач использует комплексный подход, после сбора информации могут понадобиться дополнительные анализы.

Отметим, что детей до начала половой жизни не осматривают, как женщин, и тем более не применяют инструментарий, предназначенный для «взрослого» гинекологического приёма. Все инструменты, которые сейчас используются в детской гинекологии, абсолютно безопасны и не травматичны. К тому же они позволяют осуществлять забор анализов у ребёнка, начиная с грудничкового возраста.

Поэтому мамам не следует бояться подобного визита с дочерью. Осмотр будет проводиться в соответствии с возрастом юной пациентки, с учётом психологических особенностей.

Однако предварительная беседа родителей с девочкой является базой для доверия со стороны ребёнка к врачу.

Разговор, конечно, предстоит непростой, и ниже мы приведём несколько психологических хитростей, которые, возможно, помогут маме в разговоре и добавят ей смелости в обсуждении с дочерью таких вопросов:

• изначально необходимо объяснить доченьке, что подобный визит является необходимостью для крепкого здоровья, а сам процесс осмотра не доставит ей дискомфорта. Дети зачастую боятся всего нового, особенно если это связано с больницей. Ведь не только у ребёнка, но и у многих взрослых поликлиника ассоциируется с чем-то болезненным и неприятным;

• возьмите на приём любимую игрушку ребенка - как правило, дети чувствуют себя более уверенно в знакомой обстановке. Новое место и ожидание осмотра могут пугать девочку, однако любимая игрушка из дома привнесёт в обстановку что-то родное и знакомое. Такой приём, как правило, успокаивает ребёнка и располагает к общению с врачом;

• используйте поощрения. Пообещайте дочери, что после поликлиники отправитесь в её любимое кафе или купите игрушку. Мысли ребенка в таком случае будут заняты предстоящими приятными событиями, что снизит волнение на приёме у врача. Скажу по секрету мамам, что на приёме в «АВА КЛИНИК» у нас есть специальный сундучок для храбрых принцесс, где ребёнок сам сможет выбрать себе маленький сюрприз;

• оставайтесь в кабинете так долго, сколько этого требует ситуация – некоторые дети чувствуют себя более уверенно в присутствии родителей, другие же готовы идти на контакт с доктором наедине. Оцените ситуацию и будьте готовы покинуть кабинет, если это облегчит процесс осмотра.

В процессе общения постарайтесь расположить девочку к себе, расскажите ей, что вы тоже посещаете такого врача, и это даёт вам гарантию и уверенность в том, что вы здоровы. Старайтесь не разговаривать наставническим тоном: «Есть такое слово – надо!», «Я лучше знаю..», «Что поделаешь, но никуда не деться». Не демонстрируйте чувство безысходности ситуации с визитом к доктору, иначе вы посеете в девочке чувство, что если есть возможность избежать визита, то лучше так и сделать. Наверное, не слукавлю, если скажу, что визит к гинекологу для каждой взрослой женщины - это практически всегда психологический стресс. А если ещё нет «своего» гинеколога и нет чувства доверия и расположения к доктору, то это - стресс вдвойне. Поэтому мы так часто стараемся тянуть до последнего, когда уже проблемы очевидны и мешают нам в повседневной жизни.

Но скажите честно, так ли вы хотели бы для своей дочки? Или всё-таки предположу, что как раз своим детям мы бы хотели привить правильную привычку профилактических визитов, чтобы предотвратить страшное, нежели потом жалеть об упущенном. У каждого из нас есть на слуху примеры, когда знакомый или родственник обращался за помощью, увы, слишком поздно из-за этого пресловутого чувства страха. «А вот если бы раньше хотя бы чуть-чуть, то возможно было бы спасти или предотвратить...». Поэтому давайте вместе постараемся привить девочке, девушке и взрослой будущей маме привычку не бояться и посещать врача регулярно.

Спустя годы привычка регулярно проверяться у гинеколога может спасти вашей взрослой дочери жизнь. Поэтому не пренебрегайте своим здоровьем и здоровьем своей девочки и проходите регулярные осмотры у гинеколога. Помните: первый осмотр – это первый шаг на пути к здоровью и материнству.

Врач акушер-гинеколог Алла Александровна ЗОРИНА.

АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18.
Тел. 8(8182) 60-03-03, 44-64-64.
www.avaclinic29.ru

Говорят: «Здоровье не купишь». Но в АВА КЛИНИК всегда можно купить сертификат и подарить здоровье себе или близким.

Уважаемые читатели!

Начиная с этого номера, мы будем делиться с вами информацией о результативности процедур ЭКО в нашей клинике. Если интересно, читайте.

Итак, по состоянию на 1 декабря 2017 года, или за 11 месяцев, нашими специалистами выполнено 154 процедуры ЭКО за счёт средств обязательного медицинского страхования. Эффективность проведённых циклов составила 38 %, что полностью соответствует мировой статистике наиболее успешных стран (США, Израиль, Япония, Китай) и соответствует данным, приведённым Всемирной организацией здравоохранения и ESHRE (Европейское общество репродукции человека). Обращаем ваше внимание, что под процентом успешности понимается соотношение числа проведённых процедур переноса эмбриона и количества наступивших беременностей.

Теперь об уникальной ситуации, произошедшей в ноябре в нашем Центре. При проведении одной из процедур, у пациентки возникли сложности с переносом эмбриона, в связи с анатомическими особенностями. Для разрешения этой ситуации женщина была прооперирована в одной из медицинских организаций города для устранения этих особенностей. По завершении периода восстановления процедура ЭКО была успешно завершена, эмбрион нашёл свое место, и теперь пациентка ждёт ребёнка.

На днях к своим любимым докторам Марине Мерабовне и Алексею Владимировичу пришли (не сговариваясь) три новоиспечённые мамочки, проходившие процедуру в январе этого года. Принесли фото своих малюток и бесконечную благодарность за счастье стать родителями.

В следующем номере (январь 2018) мы опубликуем полный отчёт о деятельности Центра ЭКО за 2015, 2016 и 2017 годы. Ждите! Будет много интересной информации!

Напоминаем, что ежемесячно в Центре ЭКО проводится «День открытых дверей» для пар, которые хотят стать родителями. Наши специалисты ответят на все интересующие вас вопросы и ознакомят с работой нашего Центра.

ВНИМАНИЕ ЧИТАТЕЛЕЙ

Сообщаем, что на телевизионном канале «Россия 24» регулярно выходит информационно-познавательная программа «Здоровье северян».

В ближайших выпусках мы расскажем:

- Скорая помощь «Шанс» - быстро, качественно и бесплатно!
- Гинеколог детского и подросткового возраста - прививаем заботу о своем здоровье с малых лет!
- Встречаем Новый год в отличной форме. Советы психолога и диетолога - как избавиться от лишних килограммов!
- Пансионат для пожилых людей и инвалидов «Забота» - идёт сбор пожертвований и утвари для создания молельной комнаты.

Смотрите нас на канале «Россия 24» каждый вторник в 19:15, в 21:15 (повтор), в среду в 07:45 (повтор).

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Как быстрее встать на ноги при ОРЗ и ангине, не перегружая организм лекарствами?

«Наша дочка Ксюша постоянно простужается. Раньше на фоне растущих зубов, а стала старше – в детском саду заражается, иммунитет слабоват. И вот лечение насморка, горла или уха – это нескончаемая истерика! Уговорить не получается никак. Она девочка умненькая, но трусишка. Орёт, рыдает навзрыд – соседи, наверно, думают, что я ей ногу отрезаю. Педиатр не велит пускать ОРЗ, а тем более ангину, на самотёк, убеждает, что могут быть осложнения, переход в хроническую форму. Как быть?»

Екатерина, г. Архангельск

КОГДА ДЕТИ СОГЛАСНЫ ЛЕЧИТЬСЯ?

Специально для родителей и детей, особенно для тех, которые не любят или не переносят привычные способы борьбы с ОРЗ, ангинами, отитами, существует лечебный аппарат УНИЛОР-01. Аппарат не доставляет неприятных ощущений, не жжётся, как горчичник, не колется, как шерстяной шарф. Он не заставляет ребёнка страдать, а во время сеанса можно играть или смотреть мультики. (Лечение, конечно же, должно проходить под контролем взрослых).

При этом УНИЛОР-01 ещё и работает результативно, благодаря сочетанию мощных физиотерапевтических факторов: тепла, красного света и магнитного поля. Они усиленно борются с болезнью, работая на повышение сопротивляемости к вредным микроорганизмам, подавление воспаления, уничтожение вирусов и бактерий, улучшение местного кровообращения и обмена веществ. УНИЛОР-01 может помочь снять отёк и заложенность носа, избавиться от боли в горле и ухе, облегчить состояние и не допустить обострений при различных ЛОР-заболеваниях. А в период эпидемий подстрахует от заражения.

К КАЖДОЙ БОЛЕЗНИ – ПОДХОД ОСОБЫЙ...

Тепло, свет и магнитное поле можно использовать в различных комбинациях, в зависимости от заболевания.

Так, **при насморке** используется тепловой элемент. Процедуры проводят 2-3 раза в день, по 15-20 минут. После окончания сеанса 20-30 минут не надо переохлаждаться.

Чтобы быстро и надолго справиться **с ангиной**, стоит применять не только местное тепло, но также световое импульсное и магнитное излучение.

При аденоидиде тепло применять нельзя – здесь снова пригодятся свет и магнит. Схема лечения: два дня по 4 минуты каждые 3 часа; с 3-го по 7-й день – 2 раза по 7 минут. Курс – неделя.

ДОБРЫЙ СЕМЕЙНЫЙ ПОМОЩНИК

Мамы и папы в разных уголках России доверяют УНИЛОР-01. Потому что равное ему по надёжности и простоте средство лечения распространённых инфекций трудно отыскать.

Не стоит думать, что УНИЛОР-01 – только для детей от 1,5 лет. Взрослые тоже мучаются и от насморков, и от ангин. УНИЛОР-01 при необходимости может использовать вся семья. Его рекомендуют даже беременным и кормящим мамам. Главное – не лениться, лечиться регулярно и не забывать о профилактике аппаратом.

Будучи куплен однажды, УНИЛОР-01 станет добрым семейным помощником на долгие годы, поможет беречь не только здоровье, но и деньги: он усиливает действие лекарств и позволяет уменьшить их количество, а в некоторых случаях вообще обойтись без их применения. Лечебное действие УНИЛОР-01 давно признано медициной. А его основная цель – приблизить выздоровление.

Лечение УНИЛОР-01 комфортно и для родителей, и для детей. Значит, нужно с ним подружиться - и помахать сезонным заболеваниям носовым платочком!

ПОКАЗАНИЯ:

- Насморк (в т. ч. аллергический)
- Ангина
- Отит (в т. ч. гнойный)
- Аденоидит
- Гайморит
- Фронтит

УСПЕЙТЕ КУПИТЬ УНИЛОР-01 ПО ЦЕНАМ СТАРОГО ГОДА!

АПТЕКИ:
«ФАРМАЦИЯ» - телефон справочной 083
«ПАНАЦЕЯ» тел. 29-00-17

МАГАЗИН-САЛОН:
«МЕДТЕХНИКА»
- ул. И. Кронштадтского, 16 (ТЦ «Александр»).

Заказывайте у производителя: 391351. р.п. Елатьма.ул. Янина, д. 25. АО «Елатомский приборный завод» (возможен наложенный платеж). ОГРН 1026200881620. www.elamed.com
Бесплатный телефон завода **8-800-200-01-13** (консультации до и после покупки)

КОМПАНИЯ ЕЛАМЕД

Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Выставка «Здоровые ноги» впервые в Архангельске!!!

БОЛЯТ, УСТАЮТ И НОЮТ НОГИ?

ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ СТОИТЕ НА РАБОТЕ?

«НЕСТАНДАРТНАЯ» НОГА?

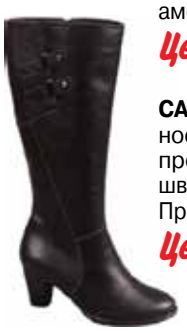
БОЛЯТ КОЛЕННЫЕ, ТАЗОБЕДРЕННЫЕ СУСТАВЫ, ПОЗВОНОЧНИК ПРИ ХОДЬБЕ?

КАК РАЗ ДЛЯ ТАКИХ СЛУЧАЕВ И СУЩЕСТВУЕТ: АНАТОМИЧЕСКАЯ ОБУВЬ

Создана с учётом анатомии стопы, повышенной полноты, с разгружающими стельками и массажной подошвой. Вся обувь изготовлена из натуральных и высококачественных материалов.

ПОЛУБОТИНКИ ЖЕНСКИЕ ЗИМА: натуральная кожа высокого качества, повышенная полнота, высокий взъём, удобные застёжки-липучки, очень тёплые и мягкие.

Цена ~~4800~~ 3300 р.



САПОГИ ЗИМА: полностью натуральные, удобный каблук, удобная расширенная колодка, красивая изящная модель, очень тёплые и мягкие.

Цена ~~6800~~ 4900 р.

ПОЛУБОТИНКИ УТЕПЛЁННЫЕ. Очень мягкая экокожа, антистрессовая амортизирующая подошва, удобная колодка, на высокий взъём и широкую ногу. Очень лёгкие, мягкие, уютные. До -10 градусов С.

Цена ~~2200~~ 1800 р.

ПОЛУСАПОГИ ЗИМА. Полностью натуральная кожа, подклад - натуральный мех, полушерсть, натуральная шерсть. Противоскользящая подошва, амортизирующая стелька.

Цена ~~5600~~ 4200 р.

САПОГИ ЕВРОЗИМА. Полностью натуральная кожа, противоскользящая подошва, очень удобная колодка. Производство - Беларусь.

Цена ~~7200~~ 5500 р.

Более 100 моделей демисезонной и зимней комфортной обуви по доступным ценам.
СЕЗОННЫЕ скидки!!!

ФИКСАТОРЫ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА ВАЛЬГУС ПРО ХИТ ПРОДАЖ!

Обеспечивает надежную фиксацию большого пальца при ходьбе, что способствует торможению процесса искривления сустава. Устраняет боль и дискомфорт. Предотвращает появление мозолей, раздражений кожи, возникающих вследствие трения сустава о стенки обуви.

Цена ~~700~~ 450 р. (в упаковке 2 шт.)

ХИТ ПРОДАЖ! Ортопедические стельки «Зима-Осень» рекомендованы при продольном и поперечном плоскостопии, разгружают ноги при длительной ходьбе, рекомендованы при варикозном расширении вен. Удобные, мягкие, тёплые, с антибактериальной пропиткой. В осеннюю и зимнюю обувь. (Санкт-Петербург)

Цена 390 р.

ВНИМАНИЕ! Новинка! Магнитная поддержка стопы. Применяется при диабетических изменениях и атеросклерозе сосудов ног, судорогах икроножных мышц, онемении ног, жжении подошвы, повышенной утомляемости, плоскостопии, пяточной шпоре и мышечных болях.

Цена 390 р.

НЕИЗМЕННЫЙ ХИТ ПРОДАЖ!

Гелиевые стельки для снижения нагрузки на стопу, для поглощения ударов и уменьшения давления на стопу. Поддерживают свод стопы и область пятки, обеспечивают высококачественную амортизацию и пружинящий эффект.

Цена (только на выставке) ~~1000~~ 600 р., при покупке 2-х пар – цена за одну 500 р.

ВНИМАНИЕ! ВСЮ ПРОДУКЦИЮ ПО ЦЕНАМ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ МОЖНО БУДЕТ ПРИОБРЕСТИ ТОЛЬКО 12, 13 И 14 ДЕКАБРЯ С 10 ДО 18 ЧАСОВ В ТЦ КОРОНА (УЛ. ВОСКРЕСЕНСКАЯ, 14)
КАЖДОМУ ПОКУПАТЕЛЮ НОВОГОДНИЙ СУВЕНИР В ПОДАРОК!
ЛЕТАЙТЕ В НАШЕЙ ОБУВИ!

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Офтальмологическая Лазерная Клиника

ОЛК

Оперативное лечение катаракты БЕСПЛАТНО (по полису ОМС) БЕЗ ОЧЕРЕДЕЙ!

Запишись на консультацию уже сегодня по телефону

68-00-00

www.olk29.ru

ЛО-29-01-001205 от 27.12.2013 г.

Адрес: г. Архангельск, пр. Обводный канал, 9/2

РЕЖИМ РАБОТЫ: ПН-ПТ С 9:00 ДО 19:00. СБ С 9:00 ДО 16:00. ВСКР - ВЫХОДНОЙ.

Заболевания век глаз

Когда речь заходит о заболеваниях глаз, то в первую очередь вспоминаются катаракта, глаукома, близорукость. Многие люди знают, что эти диагнозы приводят к снижению зрения – главной функции глаза. Но, к сожалению, существует ещё много других заболеваний, которые не влияют непосредственно на зрение, но приводят к существенному снижению качества жизни. О некоторых из таких заболеваний нам расскажет врач-офтальмолог-хирург Панкратова Анна Владимировна:

А.В. ПАНКРАТОВА

- Да, существуют определённые заболевания, на которые люди либо не обращают внимания, либо мирятся с тем дискомфортом, которые они доставляют, либо не знают, что можно сделать. К таким можно отнести заболевания век и конъюнктивы. Одни из них возникают преимущественно в пожилом возрасте, другие, наоборот, в молодом. Какие-то вызывают постоянный дискомфорт и жалобы, некоторые имеют только косметический дефект. Но все они снижают качество жизни. Сегодня я остановлюсь на них подробнее.

ХАЛАЗИОН. Это хронический воспалительный очаг внутри века. Начинается с того, что веко припухает, краснеет, болит. Когда острый процесс стихает, внутри века остаётся плотный шарик. Он может иметь микроскопические размеры и быть практически не ощутимым, а может достигать 1,5 см в диаметре. В последнем случае он определяется визуально даже на расстоянии. В таком виде халязион может существовать довольно долго, до нескольких лет, при этом он периодически воспаляется, что приводит снова к припухлости, болезненности, покраснению век. Встречается это заболевание преимущественно в детском и молодом возрасте. Причинами халязиона зачастую являются общие проблемы организма – снижение иммунитета, аллергические, аутоиммунные заболевания, проблемы с желудочно-кишечным трактом. Поэтому лечить халязионы, особенно если они появляются неоднократно, нужно системно. И, поскольку это очаг хронической инфекции, лучше от него избавиться. Халязион небольших размеров может быть вылечен с помощью уколов, капель, мазей и физиопроцедур. Большой и «старый» халязион лечится только хирургически – под местной анестезией (если речь идёт о взрослом пациенте) он удаляется с века. Следует отметить, что удаление халязиона не является 100% гарантом того, что он не появится снова, т. к. это симптом общего ослабления иммунитета и нарушения обмена веществ.

ЗАВОРОТ ВЕКА. Это заболевание встречается в основном в пожилом возрасте, либо вследствие травм. При этом происходит заворачивание наружного края века внутрь, в результате ресницы начинают травмировать роговицу. Субъективно это ощущается постоянным чувством инородного тела в глазу, покраснением, слезотечением. При длительно существующем завороте века могут появляться эрозии и помутнения роговицы, в отдельных случаях даже язвы. А это уже очень опасно и может привести к слепоте и потере глаза. Поэтому очень важно не допустить развития таких тяжёлых осложнений и вовремя исправить положение век.

ВЫВОРОТ ВЕКА. Так же как и заворот, встречается чаще в пожилом возрасте, либо после травм. Причинами являются потеря эластичности кожи, снижение тонуса мышц век. Чаще эта патология затрагивает нижнее веко. При этом веко начинает выворачиваться кнаружи, как будто его кто-то оттягивает книзу. Жалобы при выворотe века сводятся к постоянному слезотечению, покраснению глаз, иногда сухости и ощущению инородного тела. Длительно существующий выворот приводит к развитию часто рецидивирующих конъюнктивитов, кератитов, развитию синдрома «сухого глаза» и даже помутнений роговицы. Кроме того, выраженный выворот века создаёт видимый косметический дефект. Лечение, как и при завороте – только хирургическое.

СУЖЕНИЕ ИЛИ ЗАРАЩЕНИЕ СЛЁЗНОЙ ТОЧКИ. Слёзные точки – это небольшие каналы, расположенные у внутреннего угла глаза. Через них слеза оттекает в слезный мешочек, из которого попадает в полость носа. С возрастом, опять-таки из-за снижения эластичности кожи и потери мышечного тонуса, эти слёзные точки могут сужаться, полностью перекрываться, либо зарастать. В результате слеза не оттекает по «правильному» пути, и начинает течь мимо. Фактически, единственная жалоба при таком состоянии – это слезотечение. Оно может возникать либо только на улице, чаще на ветру или холоде, либо быть постоянным. В последнем случае слеза течёт всегда и везде, и приходится постоянно иметь при себе платок, что, конечно же, вызывает постоянные неудобства. Решение проблемы заключается в хирургическом расширении слёзных точек.

ПТЕРИГИУМ. Это заболевание касается непосредственно поверхности глаза. Проявляется оно появлением на роговице (передней прозрачной части глаза) треугольного нароста с носовой стороны. В начальных стадиях он не доставляет никаких жалоб, и заметен только в зеркале как косметический дефект. Но по мере разрастания он вызывает изменение формы роговицы и развитие астигматизма. Из-за этого снижается острота зрения, причём её практически невозможно коррегировать очками или линзами. Лечение только хирургическое – удаление птеригиума. Но если случай был запущенным, то даже после удаления его возникает стойкое снижение остроты зрения и помутнение роговицы. Поэтому тянуть с таким заболеванием и ждать, когда зрение начнет снижаться, не стоит.

В заключение следует сказать ещё одну важную вещь. Такое распространённое заболевание, как **КАТАРАКТА**, начинает развиваться во всё более молодом возрасте, и встречается всё чаще. И когда встает вопрос об оперативном лечении катаракты, то вышеперечисленные заболевания могут привести к развитию тяжёлых осложнений в послеоперационном периоде. Поэтому перед тем, как оперировать катаракту, в первую очередь нужно обязательно вылечить всю сопутствующую патологию, и только после этого, вторым этапом, делать операцию по замене хрусталика.

Все вышеперечисленные заболевания могут быть прооперированы в нашей офтальмологической лазерной клинике, без очередей, в амбулаторных условиях, под местной анестезией.

Офтальмологическая лазерная клиника
Обводный канал, д. 9, к. 2 (вход с торца).
Режим работы:
пн-пт – с 09:00 до 19:00,
сб – 09:00 до 16:00,
вс – выходной день.
Запись по телефону:
68-00-00
olk29.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ПОДАРИ РАДОСТЬ!

Акцию по сбору сладких новогодних подарков для детей из малообеспеченных семей и детей, оставшихся без попечения родителей, проводит отдел Северного округа по вопросам семьи, опеки и попечительства.

Приглашаем жителей округа принять участие в акции «Подари радость».

Подарки просим приносить по адресу: г. Архангельск, ул. Химиков, д. 21, 1 подъезд, 2 этаж, каб. № 6.

Понедельник, среда, пятница: с 8.45 до 12 часов.

Вторник: 13.00-16.30.

Звоните: 23-49-72.

гипермаркет На Окружной

Огромный выбор новогодних подарков!
Спешите, пока не раскупили!

Новинка от собственного производства -
Хинкали домашние заморож. 150 руб.(порция 6 шт.)

WWW.OKR29.RU

Общественная приёмная депутатов Архангельского областного собрания

АВАЛИАНИ МИХАИЛА МЕМЕДОВИЧА

Часы приёма граждан:
четверг с 16.00 до 18.00
(приём по предварительной записи)
Контактный телефон 42-46-01

ПОПОВОЙ ВАЛЕНТИНЫ ПЕТРОВНЫ

Часы приёма граждан:
понедельник, пятница с 10.00 до 16.00
четверг с 10.00 до 18.00
Контактный телефон 23-59-56

Архангельск, ул. Химиков, 21

Богатая история школы №37

В начале 30-х на окраине Архангельска работал лесопильный завод и строился ЦБК. Для детей работников нужна была хорошая современная школа. И в 1937 году здесь появилось первое кирпичное здание в посёлке - школа №37 на 800 мест с большими светлыми классными комнатами.

В 1939-1940 учебном году школа была передана военным под госпиталь для раненых бойцов - участников советско-финской войны. С началом Великой Отечественной войны в здании школы вновь оборудовали госпиталь, в котором дежурили и учащиеся школы. О том периоде напоминает мемориальная доска.

Сейчас в школе №37 обучается 786 ребят. Начиная с 8 класса, ученики могут изучать математику углублённо. Здесь сложилась система воспитательной работы по программе «По ступенькам взросления!». Успешно реализуются патриотическое, экологическое и нравственно-эстетическое направления. В школе работает детский пресс-центр, выпускается школьная газета.

Депутаты Архангельского областного Собрания Михаил Авалиани и Валентина Попова поздравили ветеранов, выпускников, педагогов, учеников и родителей с юбилеем школы и вручили ценный подарок.

Иван ВОРОНЦОВ.

Столовая «Для Вас!»

В Торговом комплексе «На Окружной» работает столовая «Для Вас». Супы и салаты, вторые блюда с разнообразными гарнирами, десерты и ароматная выпечка - всё по-домашнему вкусно!

Просторный светлый зал, уютные диванчики, стильный дизайн создают тёплую атмосферу, располагают к приятному приёму пищи и отдыху.

Вы прекрасно проведёте время, пока ваши дети заняты в игровой комнате.

Столовая европейского типа «Для Вас» на 2 этаже торгового комплекса «На Окружной» с 9.00 до 20.00.

Массаж = Здоровье + Красота + Успех!

Массаж – путь к успеху!

Приходите в салон массажа «Созвездие красоты, здоровья и успеха»!

С вами работает дипломированный специалист с 25-летним стажем Валентина Алексеевна Приладных.

Своим клиентам я предлагаю следующие программы:

АНТИСТРЕССОВЫЙ
ЗДОРОВОЕ ТЕЛО
КРАСИВАЯ ФИГУРА
ОМОЛОЖЕНИЕ ЛИЦА
ЛЁГКИЕ НОГИ

Приходите в Созвездие – зажигайте свою звезду здоровья, красоты и успеха!

Предварительная запись по тел. 44 58 03, +7-911-557-87-76
Адрес: Советская, 5 (комплекс Меридиан), каб. 522..
www.skzu.ru e-mail: sozvezdiearh@mail.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Медицинская ТехникА

Товары для поддержания здоровья и повышения качества жизни!

КИСЛОРОДНЫЕ КОНЦЕНТРАТОРЫ - доступный источник кислорода, который приходит на помощь в сложных ситуациях! Рекомендуется также для профилактики болезней и поддержания вашего здоровья!

Армед 8F-1, 7F-3A, 7F-3L, под заказ 8F-5, 7F-5A по цене поставщика

Вырабатывают кислород высокой концентрации. Применяются в медучреждениях, службах скорой и неотложной медицинской помощи, а также для индивидуального использования. Могут использоваться в качестве основного или резервного источника кислорода. Подходят для приготовления кислородного коктейля.

КОКТЕЙЛЕРЫ СОСУД КИСЛОРОДНЫЙ
Armed Пингвин, Armed Семейный, LDPE-BAG Армед. Работают только с концентратором. Кислородные коктейли улучшают обменные процессы в организме и состояние сердечно-сосудистой системы; снижают усталость и риск простудных заболеваний; усиливают иммунитет.

СМЕСИ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КИСЛОРОДНЫХ КОКТЕЙЛЕЙ (300 гр.).

НОВИНКА!
ОТЛИЧНЫЙ ПОДАРОК НА НОВЫЙ ГОД!

ФИТНЕС- БРАСЛЕТ Yamaguchi Pulse PRO, Фитнес-браслет US Medica CardioFIT

Для людей, ведущих активный образ жизни (контроль сердечного ритма и сна; шагомер; секундомер; подсчёт расхода калорий и пр.).

КИНЕЗИО ЛЕНТА 5М Х 5 СМ

Эластичная клейкая лента, крепится на травмированный участок тела (ушиб мягких тканей, вывих, перелом). Отличная поддержка живота при беременности. Используют в косметологии. Лента ускоряет процесс восстановления, расслабляет и поддерживает мышцы, уменьшает неприятные ощущения в теле.

БОЛЬШОЙ ВЫБОР ПУЛЬСОКСИМЕТРОВ
Armed YX301, Armed YX200, пульсоксиметр напалечный серии MD300C2

Портативные устройства для измерения насыщения крови кислородом и частоты пульса у взрослых и детей, на дому и в стационаре.

ОТСАСЫВАТЕЛИ ХИРУРГИЧЕСКИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ
Armed 7E-A, Armed 7D

Наш отдел в Архангельске:
– ТЦ Александр, ул. И. Кронштадтского, 16, 2 этаж (центр. рынок)
тел.: (8182) 68-22-60, 8-921-072-27-88

Офис в Северодвинске:
тел/факс (8184) 55-20-75; (8184) 55-20-68.
Сайт: www.seltaltd.ru

Наши отделы в Северодвинске:
– ТЦ «Меркурий», ул. Сов. Космонавтов, 14А (у переезда на пр. Морской) тел.: (8184) 92-00-28, 8-921-488-4733
– «Медицинская ТехникА» ул. Ломоносова, д. 64, тел. (8184)58-61-16

Товары предназначены для домашнего пользования и не требуют специальной подготовки.
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

МЕБЕЛЬНЫЙ САЛОН «ДАЛИ»

«ВЕНЕЦИЯ»
ИЗЫСКАННАЯ МЕБЕЛЬ ПРЕМИУМ-КЛАССА ДЛЯ ГОСТИНОЙ!

ОКРУЖНОЕ ШОССЕ, 13/1, ЭТАЖ 2.
ТЕЛ. 62-62-62, ДОБ. 182.

СОЛОМБАЛА, УЛ. АДМИРАЛА КУЗНЕЦОВА, 7.
РЕЖИМ РАБОТЫ: 10.00-19.00. СБ, ВС – 10.00-18.00
Тел. 22-37-73

Дали МЕБЕЛЬ

Количество товара ограничено.
Цены действительны при наличии товара.
Условия акции уточняйте у продавцов в салонах ДАЛИ.
Мебель продаётся без бытовой техники и дополнительных аксессуаров.

КРЕДИТ НА СВОИХ УСЛОВИЯХ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ:
Банк-партнёр
ООО «Хоум Кредит энд Финанс Банк»
Генеральная лицензия № 316 Банка России от 15 марта 2012 г.

идеи На Окружной

ПОРА ГОТОВИТЬСЯ К ВСТРЕЧЕ НОВОГО ГОДА!

- НЕОБЫЧНЫЕ ПОДАРКИ И СУВЕНИРЫ!
- НОВОГОДНИЕ КОСТЮМЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ!
- ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ!
- СВЕЧИ И ПОДСВЕЧНИКИ, ПОСУДА, БОКАЛЫ,
- УПАКОВКА... И МНОГОЕ ДРУГОЕ!

ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ!

ОКРУЖНОЕ ШОССЕ, 13,
ТК «На Окружной», 2-й этаж.
Ждём вас ежедневно с 10 до 20 ч.
Тел. 62-62-62, доб. 314.

ТРЕБУЮТСЯ ПРОДАВЦЫ-КОНСУЛЬТАНТЫ.
www.okr29.ru

ШАНС скорая помощь
Лицензия №ЛО 29-01-001774 от 29.04.2015
shans29.ru
г. Архангельск, ул. Суфтина, 18

БЕСПЛАТНО!
СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ
ПО ПОЛИСУ ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ
23-03-03 43-03-03
ШАНС-РЯДОМ В НУЖНЫЙ МОМЕНТ!
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НОВИНКА В БОРЬБЕ С ГРИППОМ
АВА ФАРМ сеть аптек

АЭРОН – аэрозоль для дезинфекции воздуха при гриппе.
Просто распылите АЭРОН в помещении – и будьте здоровы.
Эффективно уничтожает микробы (в том числе – известных вирусов-патогенов).
Безопасен для человека и окружающей среды.
Без цвета и запаха.
Произведён на основе экологически безопасных полимеров.

СПРАШИВАЙТЕ В СЕТИ АПТЕК АВА ФАРМ!
Архангельск, ул. Красных партизан, 28. Тел. 40-33-66
Архангельск, ул. Суфтина, 18. Тел. 40-33-88.
Архангельск, ул. Тимме, 1. Тел. 40-33-77

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

БЕСПЛАТНО ПРИЕМ РЕПРОДУКТОЛОГА
по вопросам бесплодия каждую среду
с 1 по 30 декабря 2017 года
г.Архангельск, ул. Суфтина,18
8 (8182) 60-03-03, 44-64-64
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ТОРГОВЫЙ КОМПЛЕКС ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ
торговый комплекс На Окружной
ДОСТОЙНАЯ ЗАРПЛАТА, ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ, ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ
В СВЯЗИ С РАСШИРЕНИЕМ ИЩЕМ НОВЫХ СОТРУДНИКОВ:
▶ ТЕХНОЛОГА НА ПРОИЗВОДСТВО ▶ ПЕКАРЯ-КОНДИТЕРА ▶ ПОВАРА
▶ ПОВАРА-РАЗДАТЧИКА ▶ КАССИРА ▶ МОЙЩИЦУ ПОСУДЫ ▶ УБОРЩИЦ
ЗВОНИТЕ! 62-62-62, доб. 327, 106.

АВА КЛИНИК многопрофильное медицинское учреждение
ВАКАНСИЯ
ВРАЧ ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ
Зарплата: от 50 000 руб.
Требования: Высшее образование и стаж работы 3-5 лет. Наличие действующего сертификата врача общей практики
Обязанности: Ведение больных, постановка диагноза, назначение лечения, проведение профилактических мероприятий.
Место работы: Пансионат «Забота», Приморский район
Контакты: 8 (8182) 66-03-00.
Резюме направлять на ***avamedicina29@yandex.ru***

ЗДОРОВЬЕ СЕВЕРЯН ПЛЮС
Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ29-00516 от 27 октября 2014 года. Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Архангельской области и Ненецкому автономному округу.
Ограничение по возрасту 12+
РЕКЛАМНАЯ

Адрес редакции: 163045, г. Архангельск. Окружное шоссе, 13, оф. 33.
e-mail: medicina29@mail.ru / Тел. 60-03-03, доб. 159.
Учредитель: Н. Ю. Авалиани. **Издатель:** Н. Ю. Авалиани.
Адрес: 163000, г. Архангельск, пр. Троицкий, д. 16, кв. 5.
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР Е.В. КОЖИН
Компьютерная вёрстка В.Н. Патракеев

Отпечатано в ООО «Типография «Правда Севера», 163002, г. Архангельск, пр. Новгородский, 32. ИНН 2901120811. Тираж 110400 экз. Заказ № 5999.
Подписано в печать 5.12.2017 г. По графику в 13.00, фактически в 13.00.
Распространяется бесплатно. Выходит 2 раза в месяц.
Редакция не несет ответственности за достоверность информации в материалах рекламного характера.

Представленная в газете информация не должна использоваться для самостоятельной диагностики и лечения и не может служить заменой очной консультации лечащего врача. Все товары сертифицированы.