МЕДИЦИНА ФИТНЕС КОСМЕТИКА СПОРТ МЕДОСМОТР СОВЕТЫ РЕКОМЕНДАЦИИ

ЗДОРОВЬЕ СЕВЕРЯН

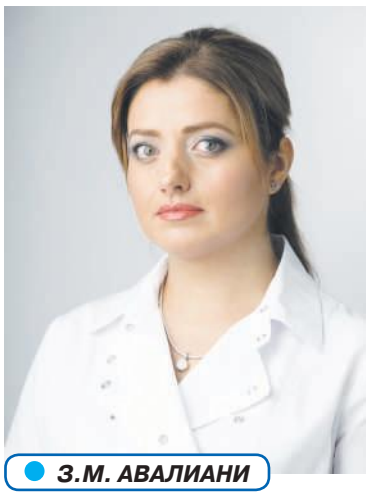
№ 2(165) 27 февраля 2019

12+ РЕКЛАМНАЯ

ГАЗЕТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Беременность и боли в спине — в чём причина?

Актуальная проблема многих беременных женщин - боль в спине на разных сроках беременности. Волнует один вопрос - почему болит спина, в чём причина?



З.М. АВАЛИАНИ

Думаю, всем известно, что организм будущей матери в этот период работает с повышенной нагрузкой, обеспечивая нормальное развитие ребёнка. Естественно, в таких условиях сразу дают о себе знать практически все слабые места в здоровье самой женщины. Например, в результате роста плода смещается центр тяжести тела беременной женщины, в результате чего и появляется боль в позвоночнике, чаще всего – в пояснице. Давайте же разберёмся, как можно помочь своему организму и справиться с возникающими трудностями.

ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ

Период беременности определённым образом сказывается на бедренно-крестцовых суставах. Если раньше они были неподвижны, то в период беременности под действием специального гормона они начинают расслабляться. Цель этих изменений - облегчить ребёнку проход во время родов. Но это расслабление в сочетании с растущим животом нарушает равновесие, из-за чего женщине приходится сгибать шею и отводить назад плечи. В результате живот еще больше выпячивается, что только усугубляет проблему. Позвоночник сильно выгибается, мышцы нижней части спины постоянно напряжены, что и приводит к появлению боли.

Помимо этого, в определённой группе риска те женщины, у которых ещё до беременности возникали заболевания опорно-двигательного аппарата, такие как остеохондроз, искривление позвоночника, протрузии или грыжи межпозвонковых дисков, недостаточное развитие мышц, которые участвуют в наклонах таза. В подобных случаях спина может болеть и после родов.

Болезненные ощущения у разных женщин возникают в разные моменты беременности. Но, как правило, чаще всего болит спина с 20-21 недели. Впрочем, боль может появиться и гораздо раньше, всё зависит от образа жизни женщины.

Сильнее болит спина в период окончания беременности, это примерно 34, 35, 36 и 37 недели. Причина в этом случае кроется не только в лишнем весе, а и в том, что ребёнок начинает давить на поясницу. Примерно в это время организм проводит своеобразную «подготовку», в результате некоторые женщины чувствуют достаточно интенсивные и сильные боли, хотя другие могут их не ощущать вообще. В этом случае можно заметить, что брюшная стенка иногда сама напрягается, становясь заметно твёрдой. Это хорошо заметно, когда женщина испытывает физическую или эмоциональную нагрузку. Однако случается такое и без конкретных причин.

Боли в пояснице на поздних сроках беременности наблюдаются у многих женщин. Чаще всего появление боли обусловлено высокой нагрузкой на позвоночник, а также тем, что из-за перерастяжения слабеют мышцы живота. Иначе говоря, в этом случае болит спина с 27 недели беременности и до самых родов. При этом боль может отдавать в ягодицу, в ногу, усиливаться после продолжительной ходьбы, физической нагрузки или просто продолжительного стояния/сидения. Также при этом могут появляться боли в области лобка и крестцово-подвздошного сочленения, что обусловлено естественным размягчением связок.

Справиться с такими болями вполне возможно, если придерживаться простых правил. В первую очередь, в этом помогут продукты, богатые кальцием (молочные, рыба, орехи, зелень, мясо). Если боли беспокоят регулярно, то имеет смысл обратиться к специалисту (неврологу, мануальному терапевту/остеопату) и начать принимать препараты кальция (после предварительной консультации с врачом). Необходимо также ограничить движения, которые могут увеличить нагрузку на спину. Например, чтобы поднять что-то с пола, нужно не наклоняться, а присесть на корточки: в этом случае будут напрягаться мышцы ног и плеч, а не спины. Сидеть нужно, опираясь на спинку кресла, при этом садиться плавно, а не «падать на сиденье», чтобы не увеличивать нагрузку на межпозвонковые диски.

Для сна лучше использовать полужёсткий, ортопедический матрац. Например, когда спина болит при беременности ночью, это происходит часто именно из-за матраца. Подушку подбирать среднего размера, в идеале – анатомическую, которая учитывает все изгибы позвоночника.

Следует также отдать предпочтение обуви с устойчивым и невысоким каблуком, а о «шпильках» временно забыть. Ну, и очень полезны будут различные физические упражнения, которые укрепляют мышцы спины, живота, ягодиц и бёдер (плавание, аэробика, йога для беременных, прогулки на свежем воздухе, контроль набора веса).

Гораздо хуже, когда причиной появления болей являются разнообразные неврологические заболевания, когда проблемы могут начаться ещё на 14-15 неделе беременности, если при этом болит спина довольно сильно. Впрочем, сказаться такие болезни могут и на поздних сроках беременности. В этом случае предполагается установить постельный режим, использовать мягкий корсета или бандаж. Когда при беременности болит живот (точнее, его нижняя часть) и спина, и при этом боли длительные и заметно нарушение походки, то это может быть признаком симфизопатии. Такое заболевание является наследственным, оно связано с излишним размягчением лонного сочленения. В этом случае проводится стационарное лечение, врач должен контролировать всё течение беременности.

Ещё одним неприятным моментом, когда боль в пояснице сопровождается напряжением матки, являются ложные схватки. Это своего рода «тренировка» организма перед родами. На них следует обращать особое внимание, если они начались раньше срока в 37 недель, при этом из половых путей появляются выделения, ощущается боль внизу живота и постепенно сокращаются интервалы между очередными схватками. Это может говорить о возможном прерывании беременности. В таком случае необходимо немедленно обращаться за квалифицированной медицинской помощью.

Но существуют и другие причины, которые могут привести к появлению болей в спине при беременности. Это могут быть заболевания ЖКТ, мочеполовой системы и др., потому очень важно вовремя обратиться к специалисту и не заниматься самолечением.

Зейнаб Мемедовна АВАЛИАНИ,
главный врач, врач-невролог
АВА КЛИНИК

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

Прекрасный весенний праздник -

Международный женский день - почитают и любят все. Это особенный день для наших матерей, жён, дочерей. Хочется в этот день окружить женщин заботой, подарить отличное настроение. Женщина олицетворяет мир, любовь и созидание. Оставайтесь всегда такими трогательными, очаровательными, милыми. Вы - самое дорогое, что есть в жизни; всё, что происходит на этой земле, делается для вас и ради вас!

От всей души поздравляю вас, милые женщины, с первым весенним праздником - днём 8 Марта! Пусть яркость этого дня сопровождает вас постоянно! Пусть вас окружают улыбки любимых и дорогих вашему сердцу людей.

Счастья вам, здоровья, всех благ мира. Пусть всё у вас будет хорошо!

Михаил АВАЛИАНИ, депутат Архангельского областного Собрания, заместитель председателя комитета по здравоохранению и социальной политике

КОНСУЛЬТАЦИЯ главного врача -30%

с 1.03 по 31.03.2019

1000₽

avaclinic29.ru Архангельск, ул. Суфтина, 18

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Гистероскопия

Гистероскопия - это эндоскопический метод исследования, позволяющий «глазом» увидеть полость матки и цервикальный канал.

Когда следует удалять внутриматочные патологии, такие как полипы, субмукозные миомы, спайки, синехии и перегородку? Конечно, при гистероскопии. Данная методика вытеснила из гинекологии выскабливание полости матки, при котором, можно сказать, «вслепую», кюреткой пытались убрать полип или выявить патологию полости матки. Осмотр полости матки при помощи миниатюрной видеокамеры многократно повышает точность исследования и позволяет прицельно удалить патологическое образование, не оставляя шансов рецидиву заболевания.

Ввиду общедоступности и невысокой сложности, данные исследования проводятся повсеместно в больших и маленьких клиниках.

Но почему стоимость процедуры может быть разной в медицинских учреждениях? Почему в одних случаях нужен наркоз, а в других - нет? И самое главное, почему после «одной и той же гистероскопии» разные результаты?

Ответ на вопросы прост: гистероскопия может быть разной.

Существует большое количество гистероскопов разных размеров:

- тонкие (3-5 мм), которые позволяют увидеть и устранить патологию без травмирования шейки матки. Так как камера достаточно маленькая, процедуру можно выполнить даже без расширения канала шейки матки. Значит, в данном случае наркоз не понадобится.

- более толстые (9-10 мм), которые позволяют удалить патологию после расширения канала шейки матки под наркозом.

При выборе клиники для проведения процедуры гистероскопии следует обратить внимание на тот факт, используется ли электрическая энергия для удаления патологии. Дело в том, что эта электрическая энергия приводит к ожогу тканей матки, что именуется гистерорезектоскопией, и иногда является единственным методом лечения той или иной патологии (например, субмукозная миома матки), хотя иногда правильнее обратиться к более щадящей методике. «Безожоговые операции» применяются в течение 10 последних лет и являются самыми передовыми в плане сохранения окружающих здоровых тканей матки и восстановления способности к зачатию и вынашиванию беременности.

Молодой женщине, которая планирует беременность, конечно, нужно выбирать способ максимально щадящий.

Основными из них являются:

- гистероскопия, при которой биопсия эндометрия, удаление полипов, спаек и тонкой перегородки производится щипцами и ножницами;

- гистероскопический шейвер Бигатти, позволяющий удалить

Т.Л. МУКОВОЗ

большой патологический очаг без ожога окружающего эндометрия;

- офисная лазерная гистероскопия, при которой использование волокна диодного лазера позволяет устранять сложную внутриматочную патологию даже через тонкий гистероскоп без какой либо анестезии.

Очень важное замечание. Обязательно к прочтению

Когда вы обговариваете с врачом процедуру, обязательно уточните, каким образом во время операции будет проводиться удаление патологического участка. К сожалению, даже во время гистероскопии основным инструментом удаления полипов, а иногда и миом, остаётся кюретка (ложечка для выскабливания). Кюретка не может удалить полностью полип, миому или спайки и является причиной возврата заболевания, и более того, может нанести большой вред здоровому эндометрию.

В нашей клинике проводится гистероскопия на ультрасовременном оборудовании компании «Storz». За счёт очень хорошей оптики он позволяет выявить любую патологию полости матки и цервикального канала. Благодаря встроенному в гистероскоп операционному каналу, сразу же можно провести инструменты, и под контролем так называемого «глаза» убрать выявленную патологию.

Татьяна Леонидовна МУКОВОЗ, врач акушер-гинеколог 1 категории, репродуктолог, врач ультразвуковой диагностики медицинского центра АВА КЛИНИК.

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

На приёме у врача-кардиолога

Врач - кардиолог осуществляет диагностику и лечение заболеваний сердца, формирует индивидуальные для пациента рекомендации по вопросам их профилактики.

Спектр заболеваний, которые относятся к компетенции врача - кардиолога, весьма широк, поскольку включает патологические нарушения в работе сердца и всей сосудистой системы. К заболеваниям относится:

- Сердечная аритмия
- Атеросклероз
- Артериальная гипотензия и гипертонический криз
- Пороки сердца (приобретённые или врождённые)
- Коронарная (ишемическая) болезнь сердца
- Кардиосклероз
- Стенокардия
- Миокардиодистрофия
- Нарушение кровообращения
- Нейроциркулярная дистония
- Перикардит
- Сердечная и сосудистая недостаточность
- Эндокардит

Обязательное обследование у врача должны регулярно проходить пациенты с пороками сердца, сосудистой недостаточностью и гипертонией.

Следует незамедлительно обратиться к врачу – кардиологу, если появились следующие симптомы:

- Ощущение покалывания в области сердца на протяжении длительного времени
- Резкие, спазматические боли в груди
- Постоянная ноющая или колющая боль, которая особо остро ощущается в левой половине грудной клетки
- Ощущение тяжести в груди
- Ощущение дискомфорта в области левой руки, лопатки или онемение конечности, чувство «мурашек»
- Учащённое или замедленное сердцебиение
- Одышка (возникает даже при минимальных физических нагрузках)
- Редкий пульс (показатели достигают максимум пятидесяти ударов в минуту)
- Отёчность

Приём кардиолога начинается со сбора анамнеза и опроса пациента о беспокоящих симптомах и других причинах обращения.

Для установления диагноза врач - кардиолог наиболее часто назначает следующие методы исследований:

- Электрокардиограмма, в том числе суточная кардиограмма (наблюдение в течение 24 часов за работой сердца при помощи специального датчика) и ЭКГ с нагрузкой
- Эхокардиография - ультразвуковое исследование сердца
- Ультразвуковое исследование сосудов
- Контроль артериального давления (суточный мониторинг и ежедневное измерение)
- Проведение необходимых лабораторных анализов: общий анализ крови и мочи

Все эти исследования вы можете пройти в АВА КЛИНИК.

Запишитесь к кардиологу по тел. 60-03-03, 44-64-64 или через он-лайн запись на нашем сайте www.avaclinic29.ru
Архангельск, ул. Суфтина, 18

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Нужна ли психологическая поддержка при ЭКО?

Если вы решили воспользоваться вспомогательными репродуктивными технологиями, то имейте в виду, что этот серьёзный шаг обязательно повлияет на ваше состояние и жизнь вашей семьи.

Сегодня научно доказано, что при психологическом сопровождении эффективность программ экстракорпорального оплодотворения значительно повышается. Чтобы понять, нужен ли вам психолог на этом пути и чем может вам помочь, попробуйте разобраться в себе. Для этого ответьте на несколько важных вопросов:

- Каким вы представляете себе результат прохождения процедуры ЭКО?

- Какие эмоции, чувства вы испытываете в данный момент?

- Есть ли у вас уверенность, что вы готовы принять ответственность за жизнь и благополучие малыша?

- Вы уверены, что готовы стать более зависимой и строить свою жизнь дальше с учётом нового члена семьи?

- Есть ли уверенность, что отношения с вашим мужем, партнёром выдержат испытания из-за появления новой нагрузки и уменьшения времени на себя и друг на друга?

Важно, чтобы ответы были действительно честными. Ведь они позволят понять, насколько актуально для вас сегодня материнство. И нужна ли вам психологическая подготовка и поддержка на этом радостном, но непростом пути.

Во-первых, проанализируйте, каким был ответ на первый вопрос: «зачатие», «беременность», «рождение ребёнка», «стану мамой», «здоровый ребёнок» и так далее. Важно понимать, к какой именно цели вы идёте. Ведь туда и направлен фокус внимания, желание и все усилия. И если мысли зациклены на том, чтобы наконец-то зачать, забеременеть, то бессознательно вся энергия будет направляться на этот КОНЕЧНЫЙ результат. И нет достаточного осознания того, что будет дальше этого – вынашивание, роды, материнство, воспитание. Ведь зачатие и беременность в этом случае могут наступать, но дальнейшего развития не будет происходить, и на этом всё может заканчиваться печально.

Конкретные мечты об «успешном вынашивании беременности до срока» тоже не включают в себя сами роды и последующее материнство. А желание «легко родить ребёнка» не учитывает, насколько лёгкие роды безопасны для малыша и сохранят его здоровье. Цель «стать матерью» может включать себя и материнство по отношению к усыновлённому ребёнку. А насколько вы готовы на такой вариант развития событий? Даже такой результат, как «здоровый ребёнок» может прийти разными путями, и необязательно это может быть биологически родной ребёнок вам или вашему мужу.

Поэтому очень важно полностью осознать собственное восприятие желаемого результата и разобраться в причинах своей «зацикленности» на чём-то одном.

Что вы ответили на второй вопрос? Для успеха ЭКО необходимо эмоционально стабильное состояние. Общеизвестно, что негативное состояние (повышенная тревога, чувство вины, стыда, страх, раздражение, подавленность), которое возникает при бесплодии, крайне отрицательно влияет на эффективность лечения и само по себе может являться причиной этого бесплодия. Выйти самой из такого замкнутого круга непросто! Чрезмерные нагрузки на работе, переутомление, недостаток отдыха также приводят к безуспешным попыткам ЭКО. И возникает закономерный вопрос – почему таким образом расставлены приоритеты у женщины, которая хочет ребёнка? Если она его так хочет, то почему не обеспечивает себе необходимые условия для этого?

Невозможно по приказу «отключить голову», «отпустить ситуацию» и «расслабиться». Важно разобраться с источниками своих страхов, тревог, переживаний. Часто бывает и так, что накопленная не прожитая боль от предыдущих потерь не даёт женщине двигаться дальше, лишая необходимой энергии для возникновения новой жизни. Если долгое время быть в состоянии подавленности, неудовлетворенности или депрессии, то велика вероятность получить психосоматические изменения в теле, то есть проблемы со здоровьем будут вызваны исключительно психологическими причинами.

Наконец, для того, чтобы получить возможность стать родителями, важно иметь уверенность в фундаменте своей семьи и в её благополучном будущем. Это первоначальное условие для стабильного эмоционального состояния

А.Е. БАРАБАНОВА

и отсутствия тревоги. Если ваши взгляды на родительство различаются, если вы сомневаетесь в надежности партнёра и в том, будет ли он рядом с вами в случае беззащитности, если не уверены в его чувствах к вам, тогда стоит решить сначала эти вопросы.

Таким образом, психолог помогает гармонизировать эмоциональное состояние на трудном пути к материнству, найти и разобраться с источником тревоги, определить готовность к беременности и материнству, построить более ресурсные отношения с партнёром и самой собой.

Анна Евгеньевна БАРАБАНОВА,
клинический, перинатальный, репродуктивный психолог, когнитивно-поведенческий и телесно-ориентированный терапевт.
АВА КЛИНИК
Архангельск, ул. Суфтина, 18.
Тел. 8 (8182) 60-03-03, 44-64-64
www.avaclinic29.ru

ОПРОС

Уважаемые читатели!

Нам очень важно знать ваше мнение. Пишите, насколько интересно вам читать публикуемые в газете статьи. Полезна ли информация на темы здоровья, новости из мира медицины.

Свои пожелания и отзывы можете направлять по электронной почте medicina29@mail.ru, либо звоните по телефону +7-911-592-1600.

Редакция.

НОВОСТИ

Аэробика - полезна

Регулярные аэробные нагрузки положительно влияют на когнитивные способности и позволяют омолодить мозг. Упражнения улучшают состояние и молодых людей в 20 лет, и пожилых индивидов.

В эксперименте участвовали 132 добровольца 20-67 лет. Изначально все они имели показатели аэробной тренированности ниже среднего. Добровольцы занимались различными видами спорта четыре раза в неделю на протяжении полугода. В результате все продемонстрировали улучшение исполнительных функций мозга и увеличение толщины коры головного мозга. К примеру, у 40-летних добровольцев, занимавшихся аэробикой, мозг помолодел на 10 лет, а у 60-летних - примерно на 20 лет.

www.meddaily.ru/

Центру гемодиализа – 6 лет

Центр амбулаторного гемодиализа в Архангельске на улице Суфтина, 18 принял первых пациентов шесть лет назад. Открытие центра стало самым крупным на то время проектом по программе государственно-частного партнёрства в сфере здравоохранения региона. Для его реализации было подписано соглашение между Правительством области и инвестором многих социальных проектов - Михаилом Авалиани.

Сегодня доступную и качественную диализную помощь в центре получают 190 пациентов. Лечение для них бесплатное, поскольку оплата медицинских услуг осуществляется за счёт средств ОМС. Для каждого пациента разработана индивидуальная программа лечения.

Центр работает в три смены. В четырёх залах установлены 34 аппарата «искусственная почка» немецкой компании «B. Braun Avitum AG», одного из мировых лидеров в индустрии гемодиализного оборудования.

В Центре оборудована современная система водоочистки для получения качественной воды для приготовления концентрата и диализирующего раствора.

Все аппараты «Искусственная почка» оснащены системой контроля эффективности процедуры диализа «Adimea». Данная система обеспечивает точный процесс измерения для надёжного и непрерывного контроля в течение всей процедуры.

Установлена система автоматического измерения артериального давления пациентов. Ежемесячно проводится мониторинг лабораторных показателей крови.

В работе используется исключительно одноразовый расходный материал.

В Центре работают внимательные и высококвалифицированные специалисты. Руководство Центра гемодиализа контролирует соблюдение качества всех рабочих процессов и уровня предоставляемых услуг. Организует учёбу сотрудников и поездки на научные конференции, создаёт условия для обмена опытом ведения нефрологических пациентов.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

8 МАРТА – ПРАЗДНИК ВЕСНЫ И ЛЁГКОЙ ПОХОДКИ!

Чтобы вдохновлять поэтов – пользуемся прозаической физиотерапией

И классики, и современники сходятся во мнении, что в женщине должна быть загадка! Рисуют образ: «Подбородок чуть-чуть приподнят, глаза немножко опущены...». И обязательно уверенно добавят: «А походка свободная – от бедра!».

Однако, если спросить женщин – что сложнее всего даётся для создания образа пленительной феи, скорее всего, они признаются: та самая лёгкая, танцующая поступь.

Всяческие опросы это подтверждают!

Анна, 45 лет

– Честно говоря, не помню уже, когда были силы и желание «порхать». Больше скажу – сейчас и возможности нет, если только до аптеки «долететь» с обострением шейного остеохондроза – голова просто раскалывается. Покупаешь обезболивающее, и потихоньку домой. А так-то да, в мечтах я сама элегантность!

Елена Викторовна, 60 лет

– Какая походка, о чём вы! Я всё больше постоять над грядками, это как раз моё. Да я бы даже если захотела, не смогла бы – суставы уже немолодые, «скрипят». Недавно колено так прихватило, что поковыляла в поликлинику. А там мне диагноз: остеоартроз, а из-за него уже воспаление – артрит случился. Так что гарцевать мне поздно, пусть девчонки скачут!

Маша, 12 лет

– Я занимаюсь спортивной гимнастикой с 4 лет. Недавно слетела с бревна, здорово ушибла колено. Скоро соревнования в Чехии. Я к ним уже полгода готовлюсь, теперь не могу в полную силу тренироваться. Так-то я лёгкой походкой хоть сейчас пройдусь, а вот посильнее нагрузки мне тренер запрещает. Очень обидно, если честно, теперь непонятно – поеду я в Прагу или нет.

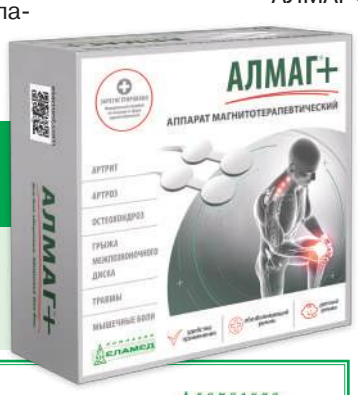
АЛМАГ+ от компании ЕЛАМЕД разработан специально для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата

Одним из главных его преимуществ является то, что он создан не только для применения в лечебно-профилактических учреждениях, но и для домашнего использования по рекомендации специалиста.

Именно острая фаза болезни приносит наибольшие страдания человеку – это боль, воспаление, связанная с ними затруднённость движений.

Специально разработанный противовоспалительный и обезболивающий режим АЛМАГа+ даёт возможность приблизить облегчение состояния.

Один из трёх режимов АЛМАГа+ создан специально для лечения маленьких пациентов. Его можно использовать уже с 1 месяца жизни, ведь он действует мягкими, щадящими параметрами магнитного поля.



Основной режим АЛМАГа+ подходит для методичного курсового лечения хронических заболеваний опорно-двигательного аппарата как в сочетании с лекарственными препаратами, так и для профилактического курса, чтобы постараться продлить ремиссию.

АЛМАГ+ применяется для лечения:
- артрита,
- артроза,
- остеохондроза, в том числе и шейного,
- грыжи межпозвоночных дисков,
- остеопороза,
- последствий травм.

АЛМАГ+ при регулярном применении способствует:
- усилению кровообращения;
- усвоению лекарственных препаратов;
- сокращению сроков лечения и улучшению качества жизни пациента.
- торможению разрушения суставов и позвоночника.

АЛМАГ+ может стать поддержкой и опорой для здоровья суставов!

КОМПАНИЯ ЕЛАМЕД ПОЗДРАВЛЯЕТ ВСЕХ ЖЕНЩИН С НАСТУПАЮЩИМ 8 МАРТА!
ДАРИТЕ ЗАБОТУ! АЛМАГ+
В АПТЕКАХ: ДОБРАЯ АПТЕКА ЗАВОДСКИЕ АПТЕКИ
ФАРМАЦИЯ ДОКТОР НЕБОЛИТ АПТЕКА 29.РУ
ВИТА-НОРД ПАНАЦЕЯ ЗДОРОВЬЕ ЗАБОТА
В МАГАЗИНАХ: МЕДИЦИНСКАЯ ТЕХНИКА
Также заказать аппарат (в т. ч. наложенным платежом) вы можете по адресу:
391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод» или на сайте завода: www.elamed.com
Бесплатный телефон завода: 8-800-200-01-13 ОГРН 1026200861620
КОМПАНИЯ ЕЛАМЕД
Всё для здоровья. Здоровье для Вас.
Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Лазерная эпиляция.

Эффективный и безупречный результат

Удаление нежелательных волос — одна из наиболее частых задач, с которыми обращаются к косметологу. Сегодня практически самым безопасным, быстрым и эффективным методом является диодная лазерная эпиляция.

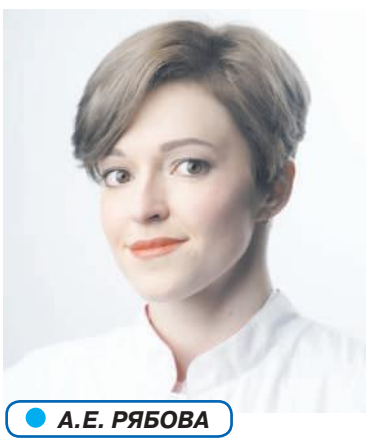
УДАЛЕНИЕ ВОЛОС ЛАЗЕРОМ

Лазерная эпиляция — это удаление лишних волос лазерным лучом. Луч наводится на обрабатываемый участок тела, под воздействием импульсов волосяной фолликул мгновенно нагревается и затем полностью разрушается.

С помощью диодной лазерной эпиляции удалить можно только волосы в фазе роста. А таковых может быть от 15 до 25%. Лазер разрушает не растущие волосы, а их фолликулы, и рост волос становится невозможным. Спустя 3-5 недель «просыпаются» спящие луковицы, и в рост идёт другая партия волос, которая будет удалена на следующей процедуре. Соответственно, для получения результата потребуется провести несколько сеансов.

В АВА КЛИНИК – СОВЕРШЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Результат во многом зависит от качества оборудования, с помощью которого проводят данную процедуру.



А.Е. РЯБОВА

MeDioStar Next PRO - диодный лазер с улучшенной технологией эпиляции и высокой мощностью. Аппарат представляет собой инновационную разработку немецкой компании «Asclepion Lasers Technologies GmbH», которая уже больше 35 лет занимает лидирующие позиции в мире в производстве лазерных аппаратов для медицины. Техника данного бренда имеет международные сертификаты ISO, отвечает всем требованиям Европейского медицинского комитета.

Лазерная система MeDioStar Next сочетает две разных длины волны. Инновационный подход даёт возможность проводить безопасную эпиляцию, независимо от густоты и цвета волос, у пациентов как со светлым, так и с тёмным типом кожи. Специальные элементы охлаждают кожу, снимают тепловую нагрузку, обеспечивают комфорт и безопасность.

ВАМ ПОДОЙДЁТ ДАННЫЙ МЕТОД ЭПИЛЯЦИИ, ЕСЛИ:

- Есть потребность устранить нежелательные волосы на лице и теле на длительный период.
- После использования бритвы и других средств на коже появляется сильное раздражение.
- Ощущается болезненность при механическом удалении волос.
- У мужчин ежедневное бритьё приводит к постоянному раздражению кожи.
- Непереносимость воска или других составов при применении прочих методов.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ

За 3 недели до эпиляции исключить все другие виды пилинга; за сутки тщательно выбрить зону будущей эпиляции.

КОЛИЧЕСТВО СЕАНСОВ

В среднем, для полного удаления волос необходимо от 6 до 10 процедур с периодичностью в 3-4 недели.

Александра Евгеньевна РЯБОВА, врач косметолог, дерматовенеролог
8(8182) 60-03-03, 44-64-64
АВА КЛИНИК Архангельск, ул. Суфтина, 18
www.avaclinic29.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Офтальмологическая Лазерная Клиника

ЛО-29-01-002608 от 15 января 2019 г.

Запишись на консультацию уже сегодня по телефону

68-00-00 www.olk29.ru

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:

- 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 плот- ный 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 халазион 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 халазиона зачастую являются общие проблемы организма – снижение иммунитета, аллергические, аутоиммунные заболевания, проблемы с желудочно-кишечным трактом.

Поэтому лечить халазионы, особенно если они появляются неоднократно, нужно системно. И, поскольку это очаг хронической инфекции, лучше от него избавиться. Халазион небольших размеров может быть вылечен с помощью уколов, капель, мазей и физиопроцедур. Большой и «старый» халазион лечится только хирургически – под местной анестезией (если речь идёт о взрослом пациенте) он удаляется с века. Следует отметить, что удаление халазиона не является 100% гарантом того, что он не появится снова, так как 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 вывороте 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 корригировать очками или линзами. Лечение только хирургическое – удаление птеригиума.

А.В. ПАНКРАТОВА

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 ката ракта, 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, с 09:00 до 16:00,
вс – выходной день
Запись по телефону:
68-00-00
olk29.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ЧЕГО НЕ ХВАТАЛО ДАЧНИКАМ ДЛЯ ХОРОШЕГО УРОЖАЯ?

СИЛК – дарит растениям сибирское здоровье

«В прошлом году год из-за холодного и дождливого лета были большие потери урожая. Но я удивилась, когда узнала, что у соседей таких проблем нет. Оказалось, что они использовали биостимулятор «СИЛК». Расскажите, пожалуйста, что это за такое чудо-средство и где его можно приобрести».

Ю.Н. Николаева, г. Архангельск

КОММЕНТИРУЕТ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ:

Биостимулятор «СИЛК» – препарат растительного происхождения, сырьём для его получения служат неистощимые запасы сибирской хвои и пихты. Дозы его внесения очень экономичны. Обычная доза СИЛКА – 0,3-0,5 мл на 3 литра воды для опрыскивания одной сотки овощей мелким распылом. После обработки «СИЛК» растения лучше сохраняют завязи, особенно в экстремальных условиях (заморозки, засуха, перепады температур), сокращается период созревания культур. Применение препарата позволяет свести к минимуму обработку посевов гербицидами и пестицидами, а также на 25-30 % повысить урожайность выращиваемых культур.

Использовать препарат можно широко: это и предпосевная обработка семян замачиванием, и опрыскивание растений в фазу вегетации водными растворами. Препарат оказывает благоприятное действие на все основные культуры: картофель, свёклу, томаты, огурцы, капусту, морковь, лук, смородину, малину, клубнику, плодовые деревья, а также цветы, в том числе и комнатные.

«СИЛК» – экологически чистый продукт, он нетоксичен, не накапливается в растениях и не загрязняет почву. Биостимулятор прост в применении и экономичен.

Видимое действие препарата на растение наблюдается через 1-2 дня в течение 2-3 недель после обработки. Системное применение «СИЛК» приводит к существенному увеличению урожайности растений, уменьшению потерь при хранении, снижению уровня заболеваний растений, увеличению всхожести семян, повышению количества цветков, завязей и плодов.

В Архангельской области лето очень короткое. И повезет ли с погодой? Применение биопрепарата «СИЛК» позволит вырастить даже теплолюбивые культуры. Желаем вам видеть ваш сад-огород красивым и здоровым!

ОТЗЫВЫ:

Замочила семена огурцов в растворе СИЛКА, на следующий день буквально потеряла дар речи: все семена не только проклюнулись, но и проросли через марлечку!

Васильева Мария, пенсионерка, г. Омск

Огородный стаж уже 40 лет, но такого чуда не видела! Я не узнаю свои томаты, огурцы, капусту, да и остальные овощи растут не по дням, а по часам! Соседи в шутку обвиняют меня в колдовстве, а я всего лишь ОПРЫСКИВАЮ весь сезон огород «СИЛК» , и очень им довольна – никакой химии, растения крепкие, здоровые и даже на вкус стали лучше.

Дидарчук Г. П. г. Пермь

Раньше капуста у нас никогда не получалась: то купленная рассада погибнет, то кочан не завяжется. А в прошлом году, когда опрыскала СИЛКОМ, у нас из 100 корней погиб только один. Капуста выросла великолепной. Опрыскали СИЛКОМ часть картофельного поля – на всё сил не хватило. И что же? Даже муж, который в СИЛК не верил, удивился результатом. Земля – суглинок, окучили плохо, а картошки накопали с трёх кустов по ведру.

Чумыченко И.Г. Красноярский край

Использую «СИЛК» на приусадебном участке не один год. Результат превосходит все ожидания в нашей зоне рискованного земледелия. Рекомендую для получения хорошего урожая и сохранения здоровья семьи!

Перескоков И. П. г. Киров

Обработанный «СИЛК» картофель не подвергся «атаке» фитофторы, ботва была без признаков какой-либо другой болезни. Трёхкратное опрыскивание томатов снизило количество уродливых плодов, распространённость фитофтороза и гнили на плодах.

Чадаева И. Г. Красноярский край

«СИЛК» мне очень понравился. Кстати, он не только значительно увеличивает количество и улучшает качество урожая, но и хорошо защищает растения при засухе. Считаю, что как в домашней аптечке должны быть бинт и йод, так и у садовода-огородника должен быть под рукой «СИЛК»!

Белова В. Д. г. Глазов

Хороший результат получили на картофеле. Так как его приходится высаживать ежегодно на одном и том же поле, то и урожай всегда средний. А в прошлом году собрали в полтора раза больше клубней с той же площади.

Кузнецов А. В. г. Вологда

ВНИМАНИЕ! Успейте приобрести СИЛК по цене прошлого года!!!
г. Архангельск – 15 марта с 11 до 12 часов в ТЦ «Корона», ул. Воскресенская, 14 (2 этаж)

Цена одной упаковки СИЛК – 120 руб. ~~150 руб.~~
Минимальный курс - 5 упаковок (600 руб.).
При покупке 5 упаковок – 6-я в подарок!

Общественная приёмная депутатов

Архангельского областного Собрания
АВАЛИАНИ МИХАИЛА МЕМЕДОВИЧА

Архангельской городской Думы
ВОРОНЦОВА ИВАНА АЛЕКСАНДРОВИЧА
СИНИЦКОЙ ОЛЬГИ ВАСИЛЬЕВНЫ

Приём граждан: понедельник, вторник, четверг, пятница – с 10 до 16
Контактный телефон: 8(8182) 23-59-56. Адрес: Архангельск, ул. Химиков, 21

От имени депутата областного Собрания Михаила Авлиани и депутата городской Думы Ивана Воронцова поздравили с днём рождения председателя Совета ветеранов Северного округа Нину Немиро. Нина Федотовна, возглавляя совет ветеранов, организует и проводит мероприятия, взаимодействует с местными школами и дошкольными учреждениями, отделом социальной работы администрации округа. Искренне пожелали оптимизма, успехов в общественной деятельности, счастья, здоровья и благополучия!

Поздравили с днём рождения депутата городской Думы, директора школы № 43 Ольгу Синицкую. Пожелали успехов в профессиональной деятельности, плодотворной работы в депутатском корпусе на благо жителей Северного округа и горожан, много счастья, любви, удачи, исполнения и реализации всех благих начинаний.

В совете ветеранов Северного округа поздравили с юбилеем Галину Тярасову, председателя первичной ветеранской организации «Соломбальский ЦБК». Депутаты Михаил Авалиани и Иван Воронцов пожелали юбиляру счастья, здоровья, благополучия и долголетия, успехов в общественной работе.

Директора КЦ «Северный» Светлану Манушкину поздравили с днём рождения. От имени депутата Архангельского областного Собрания Михаила Авалиани и депутата Архангельской городской Думы Ивана Воронцова пожелали удачи, благополучия, счастья, творческих успехов.

Культурный центр «Северный». Сегодня здесь работают 85 творческих групп, количество участников около 1500 человек. Шесть коллективов имеют звание народный и образцовый. В год проводится более 600 мероприятий, которые посещают более 100000 человек.

В декабре 2019-го КЦ «Северный» исполнится 74 года. За эти годы в здании площадью 6033 кв. м ни разу не проводился комплексный капитальный ремонт. Необходимо менять часть кровли, перекрытия, оконные и дверные блоки, инженерные сети, оборудование. В неприглядном состоянии внешний вид учреждения.

В 2019 году из городского бюджета выделены денежные средства в сумме 1791,4 тыс. руб. на разработку проектно-сметной документации и экспертизу проекта на капитальный ремонт здания. В 2020-2021 гг. потребуется изыскать для ремонта около 300 млн рублей.

По инициативе депутата областного Собрания Михаила Авалиани и председателя общественного совета Северного округа Валентины Поповой состоялась встреча с председателем областного Собрания Екатериной Прокопьевой. Обсуждали перспективы и возможности капитального ремонта КЦ «Северный».

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Медицинская ТехникА

Уважаемые архангелогородки! Поздравляем с наступающим праздником 8 Марта.

Здоровья, любви, успехов во всех делах!
Приглашаем за очень нужными и приятными подарками.

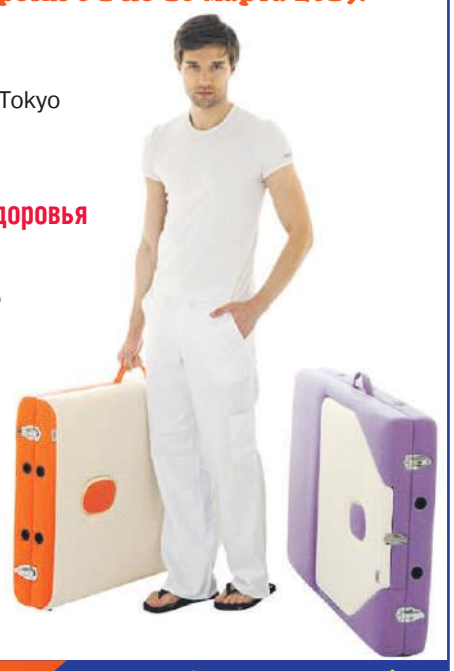
ПРАЗДНИЧНЫЕ СКИДКИ
3% – на ВСЕ товары, кроме акций и спеццен.
По акции скидки до 15%.
Сроки с 1 по 10 марта 2019.

Ирригаторы полости рта, взрослые, детские, насадки к ним, электрические зубные щетки
- Ирригатор полости рта CS Medica Kids CS-32; WI-911 с зарядным устройством
- Электрическая звуковая зубная щётка SonicPulsar CS-131

Столы массажные, стул для массажиста
- Массажный стол US-Medica Super Light, US-Medica Tokyo **- акция скидка 10%**
- Стул для массажиста US Medica EVA

Компрессионный трикотаж для мужчин и женщин, разных цветов и компрессии, в том числе антиэмболический
- Колготки, чулки компрессионные
- Чулки полупрозрачные с ажурным верхом
- Чулки антиэмболические
- Гольфы

Массажёры, тренажёры, приборы для красоты и здоровья
- Дарсонвали Карат, Ультратек, Спарк
- ШОЛЛ Пилка электрическая роликовая
- Аппарат виброакустического воздействия Витафон, Витафон-Т, Аппарат контактный Витафон ИК
- МассажЁр для стоп US-Medica Angel Feet



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

Действует система скидок и акции, подробности уточняйте в отделах

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

МЕБЕЛЬНЫЕ САЛОНЫ «ДАЛИ»

Модульная серия для гостиной WYSPAA

Модульная серия для спальни Амели

Представленная мебель выполнена в цвете венге, а контрастные фасады и декоративные вставки смотрятся элегантно и просто.

При отличном качестве - цены вас приятно порадуют!

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.

Пуфы имеют большой размер XXXL, в котором комфортно взрослому человеку

Широкое место для сидения, высокая спинка, место для рук.
- Материал внешнего чехла: качественная мебельная хлопковая ткань.
- Внутренний мешок на молнии для самостоятельного пополнения гранулами.
- Система защиты от открытия детьми.
- Наполнитель: мелкая гранула пенополистерола 1-3 мм, очень мягкая, не ощущается при использовании;
- Кресло не «скрипит».
- Внешний чехол можно многократно стирать.

Имеет сертификаты качества.

ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ!

идеи На Окружной

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

ШАНС скорая помощь
БЕСПЛАТНО!
ПО ПОЛИСУ ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ
23-03-03 + 43-03-03

ДЕТИ И РАСТЕНИЯ

НОВОСТИ

Жизнь в большом городе негативно сказывается на детской психике. Если же ребёнка окружают зелёные насаждения, у него на 55% снижен риск психических отклонений.

Растения способствуют социальной сплочённости, повышают уровень физической активности и могут улучшить когнитивное развитие детей. Как подчёркивают авторы последнего исследования, риск психических отклонений снижается максимально, если с рождения и до 10 лет ребёнок проводит много времени в окружении зелени.

www.meddaily.ru

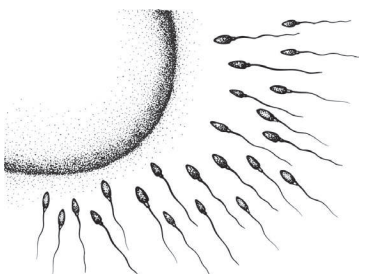
Как заработать 15000 рублей в месяц?

В Архангельске в медицинском центре АВА КЛИНИК предлагают стать донором спермы мужчинам от 18 до 35 лет.

Вы сможете стать донором, если не имеете отклонений в органометрических и фенотипических признаках, это обусловлено законодательством РФ.

Перед сдачей вы должны будете сделать пробный тест для определения качества материала. В дальнейшем донор проходит полное обследование за счёт клиники и приглашается для сдачи спермы в штатном режиме.

За каждую сданную порцию донор получает 3000 рублей. Выплата происходит частями: 1000 рублей сразу и 2000 рублей через полгода, когда сперма успешно проходит тесты на СПИД, сифилис, гепатит В и С.



Периодичность сдачи спермы допускается до 5 раз по приглашению клиники. Таким образом, в месяц донор может заработать до 15000 рублей.

Чтобы стать донором, необходимо заполнить анкету потенциального донора спермы. Её можно скачать на сайте avaclinic29.ru или запросить по email donor@avaclinic29.ru

Заполненную анкету отправляйте на email donor@avaclinic29.ru и ожидайте обратной связи.

Виктор Павлович ПАРФЁНОВ, врач клинической лабораторной диагностики, эмбриолог, главный врач Центр ЭКО.
8(8182) 60-03-03, 44-64-64.
Архангельск, ул. Суфтина, 18.
www.arheco.ru

ОБЪЯВЛЕНИЕ
СДАЮТСЯ В АРЕНДУ СКЛАДСКИЕ И ТОРГОВЫЕ ПЛОЩАДИ
Окружное шоссе. Телефон 8 921 814 14 11

Внимание - грипп
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

ТОРГОВЫЙ КОМПЛЕКС ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ
торговый комплекс На Окружной
ДОСТОЙНАЯ ЗАРПЛАТА, ПОЛНЫЙ СОЦПАКЕТ, ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ!
▶ ТЕХНОЛОГА НА ПРОИЗВОДСТВО ▶ ОПЕРАТОРА ПК СО ЗНАНИЕМ 1С
▶ ПЕКАРЯ-КОНДИТЕРА ▶ КАССИРОВ ▶ ПОВАРА-РАЗДАТЧИКА ▶ ПРОДАВЦОВ
ЗВОНИТЕ! 62-62-62, доб. 327, 106.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

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 учредителя, издателя: 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 104000 экз. Заказ № 5127.
Подписано в печать 26.02.2019 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.