



БИОЭНЕРГОТЕРАПЕВТ АЛЫПОВА М.Е.

приглашает на сеансы



- ✓ от алкогольной зависимости (от 3 мес. до 5 лет), курения, полноты
- ✓ установка на умеренное употребление алкоголя
- ✓ коррекция биополя
- ✓ по различным видам заболеваний
- ✓ работа по фотографии
- ✓ профилактика заболеваний позвоночника, суставов

2 июля: 16.00-18.00

г. ПЕРМЬ, ДК «ВОС», ул. Краснова, 18

ЗАПИСЬ на прием: (342) 244-88-57,

8-912-720-69-51, 8-922-908-93-84

www.alypova.com

e-mail: alypova@hotmail.ru

Адрес постоянного места работы: г. Киров, ул. Маклина, 57
"Центр помощи семье" т.: (8332) 53-59-68, 64-67-80

Диплом Целителя №002, выданный Министерством здравоохранения Пермского края от 26 октября 2010

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

ДЛЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН, ЖЕЛАЮЩИХ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНИХ ЖИРОВЫХ ОТЛОЖЕНИЙ В ОБЛАСТИ ЖИВОТА

Экстракты редких лекарственных трав, входящие в состав капсул «САРИКА», способствуют улучшению микроциркуляции организма, выведению токсинов, уменьшению жировых отложений непосредственно в области живота и талии, не влияя на форму и объем женской груди. Семи дней приема капсул «САРИКА» достаточно для того, чтобы Вы ощутили результат! А через 25 дней приема капсул «САРИКА» Ваш живот станет заметно меньше!



СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ И ПО ТЕЛ.:
(342) 243-15-94

Бесплатная «горячая линия»: 8-800-555-00-96/69



ГР № RU.77.99.11.003.E.009571.03.11 от 05.03.2011 г. РЕКЛАМА
ООО «Мир трав» (127083, Москва, ул. Верхняя Масловка, д. 28, корп. 2. ОГРН 1127746192056)
БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Летняя «зачистка»

Как обезопасить себя летом от пищевых отравлений и кишечных инфекций?

Как обезопасить ребёнка и всю семью от этих напастей? Советы даёт главный детский инфекционист управления здравоохранения администрации Перми, главный врач городской больницы №10 Людмила Чудинова.

Острые кишечные инфекции — группа заболеваний, занимающая после ОРВИ ведущее место. К ним относятся дизентерия, сальмонеллёз, колиинфекция, вирусные диареи.

Хотя возбудителей таких инфекций много, механизм заражения один: через рот, если вода, пища или предметы обихода были загрязнены. Источником может стать также больной человек или бактерионоситель (человек, у которого в организме находятся возбудители инфекции, но клинических проявлений нет).

Откуда что берётся?

Кишечные инфекции могут передаваться несколькими путями: пищевым, водным, контактно-бытовым и смешанным.

Пища может изначально содержать возбудителей инфекций, если, например, были заражены сальмонеллёзом утки или куры. Продукты также могут быть инфицированы больными людьми на всех этапах — от сбора, транспортировки и переработки до приготовления. Кстати, инфицирование микробами не влияет на вкус продуктов, и вполне себе аппетитное пирожное может представлять реальную угрозу организму.

Обратите внимание! Вместе с талыми или дождевыми водами возбудители острых кишечных инфекций попадают в открытые водоёмы, которые часто используются в качестве источников питья, а в жаркое время — для купания. В воде микробы способны доволь-

но долго сохранять свою жизнедеятельность, причём многие — даже при замораживании.



Ирина Молокотина

• страна советов

но долго сохранять свою жизнедеятельность, причём многие — даже при замораживании.

После заражения кишечной инфекцией клинические проявления могут появиться уже через несколько часов или несколько (до семи) дней. Основные признаки заражения — повышение температуры, тошнота, рвота, жидкий стул.

Меры безопасности

Чтобы избежать заражения, нужно всего лишь соблюдать простые правила, такие как мытьё рук, гигиена питания и т. д.

Если говорить о детях, то родители должны с раннего возраста прививать им гигиенические навыки: следить за чистотой ногтей, мыть руки перед едой, после туалета и прогулки, а также отучать от вредной привычки сосать пальцы, обкусывать ногти или грызть ручку.

Необходимо соблюдать чистоту всего того, что окружает ребёнка, особенно игрушек и вещей, которые он берёт в руки. Влажная

уборка помещения, хорошее проветривание предупреждают скопление пыли, а значит, и микробов.

Особое внимание надо обращать на условия хранения и сроки реализации продуктов. Скоропортящиеся продукты должны храниться в холодильнике, при этом сырые и варёные не должны соприкасаться. Должны быть разные разделочные доски для хлеба, мяса, рыбы. Не следует есть сырые яйца, а перед использованием в приготовлении пищи их необходимо вымыть с мылом.

Нельзя пить некипячёное разливное молоко, а также употреблять купленные на рынке молочные продукты без термической обработки. Овощи и фрукты необходимо мыть в проточной воде и ошпаривать кипятком. Конечно, нельзя немытыми есть ягоды и овощи с грядки. Арбуз, дыню нужно покупать только целыми, тщательно мыть с мылом, а потом разрезать. Ни в коем случае не покупайте выпечку у людей, продающих её на улице и не имеющих на это разрешения.

Врача! Срочно!

При появлении признаков кишечной инфекции нужно сразу вызвать врача. Чтобы избежать распространения инфекции, очень важно как можно раньше изолировать больного.

Главный врач городской больницы №10 Людмила Чудинова:

— В последние годы кишечные инфекции нередко протекают в лёгкой форме, и мы часто занимаемся самолечением, не думая о последствиях. После такого лечения у больного может наступить видимое выздоровление: улучшится самочувствие, прекратится жидкий стул, нормализуется температура. Тем не менее в организме по-прежнему будут размножаться микробы — возбудители кишечных инфекций, что в последующем может привести к рецидиву заболевания или к хронической его форме. Лечить эти заболевания труднее, чем острую кишечную инфекцию.

Предупреждение кишечных инфекций — в наших руках. Заражения можно избежать, если взять в союзники чистоту.

ПЕРВОЕ ПРАВИЛО ЗДОРОВЬЯ СОСУДОВ

Холестерин — это своего рода загадка современной науки. За последние годы о нем были написаны тонны научной литературы. Доподлинно установлено, что повышенный уровень холестерина в крови является серьезной провокацией многих сердечных заболеваний, включая инфаркт. Кроме того, негативно воздействуя на всю сосудистую систему, холестерин часто становится причиной таких заболеваний, как гипертония и инсульт.



РЕКЛАМА. БАД. Не является лекарством. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.
СР № RU.77.99.11.003.E.003282.02.11 от 21.02.2011
СР № RU.77.99.11.003.E.003284.02.11 от 21.02.2011

Закрепившись на стенке сосуда, холестерин создает препятствие для тока крови, в результате чего страдает сам сосуд, а также лишаются питания жизненно важные органы.

Чтобы не попасть в ловушку атеросклероза, необходимо обогатить свой рацион Омега-кислотами. Сделать это можно при помощи специального комплексного средства **ОМЕГАНОЛ**.

ОМЕГАНОЛ содержит полиненасыщенные жирные кислоты **Омега-3**. Именно они являются теми агентами, которые препятствуют отложению холестерина на стенках сосудов. Омега-3 просто не позволяют липидным излишкам закрепляться на поверхности сосуда.

В основе средства **ОМЕГАНОЛ** находятся 2 мощнейших антиоксиданта. **Аллицин** снижает уровень существующего холестерина в крови. **Красное пальмовое масло** освобождает организм от накопившихся свободных радикалов. **Витамины А и Е** спо-

собствуют улучшению реологических свойств крови, укрепляют стенки сосудов.

Поскольку атеросклероз болезнь непростая и требует некоторое время, чтобы наладить обменные процессы в организме и взять недуг под контроль, **ОМЕГАНОЛ** следует принимать курсом.

ОМЕГАНОЛ — здоровье сосудов в каждой капсуле.

Спрашивайте в аптеках города: «Планета здоровья» 219-84-84; «Аптека от склада» 214-47-48; «Таймер» 214-47-48; «Пермфармация» 241-11-01

ОМЕГАНОЛ ОБЕСПЕЧИВАЕТ КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ АТЕРОСКЛЕРОЗА, БЛАГОДАРЯ ЧЕМУ НЕДУГ ОТСТУПАЕТ

Телефон «горячей линии»: 8-800-333-10-33 (звонок по России бесплатный, часы работы: пн.—пт. 09.00–19.00; сб. 10.00–19.00; вс. — выходной) www.rapanda.ru