№4 (07)
10 октября 2012
16+

Будь здоров, Череповец

НАШИ ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

Каждый человек хоть раз в жизни испытывал головные боли и знает как это тяжело. Если они повторяются часто и длятся по несколько дней, это становится мучительным, мешает труду и отдыху, нарушает весь ритм жизни.

Причиной для возникновения головных болей много. Самая частая из них, **75–80%, головная боль напряжения,** возникающая, в основном, на фоне обострения шейного остеохондроза. Боль при этом может быть разнообразной: **от легкой до очень сильной, тупой или острой, давящей, сжимающей, простреливающей, одно- или двусторонней.** Порой, боль сопровождается звоном или шумом, чувством жжения или онемения. Иногда появляется тошнота и головокружение. Часто такие боли носят непостоянный характер, от нескольких часов до нескольких дней и даже недель. Провоцирующими факторами могут быть стресс, физическое перенапряжение, длительная работа за письменным столом у компьютера, сон на высокой неудобной подушке. Все это приводит к тоническому напряжению мышц шеи и, как следствие, сдавлению нервных окончаний с иррадиацией боли в мышцы скальпа головы.

Чтобы предотвратить повторение подобного, необходимо избегать физического перенапряжения, устраивать перерывы в работе, делая при этом массаж и гимнастику для мышц шеи и плечевого пояса, спать на удобной подушке.

В лечении таких болей используются противовоспалительные средства, миорелаксанты, массаж , физиопроцедуры. В некоторых случаях используются седативные средства, антидепрессанты.

Головные боли могут возникать также после перенесенной черепно-мозговой травмы. Эти боли сопровождаются головокружениями, тошнотой, нарушением сна, психо-эмоциональными нарушениями, снижением памяти, внимания, повышенной утомляемостью. Они могут обостряться на перемену погоды. Здесь также существуют определенные методы лечения, причем не только самой головной боли, но и сопровождающих ее нарушений памяти, мышления, эмоциональных расстройств.

Головная боль может быть также одним из симптомов появления повышенного внутричерепного давления, что может быть признаком опухоли, абсцесса мозга, развитием спаек после перенесенного менингита. Такая боль в начале носит эпизодический характер и возникает по утрам, но постепенно становится постоянной, усиливается при наклоне головы, чихании, кашле, нередко бывает тошнота, рвота. Лечение здесь проводится в зависимости от выявленной причины.

Еще один вид болей – абузусная головная боль. Она возникает, как это не парадоксально, на прием обезболивающих средств. Такая ситуация развивается, когда пациент самостоятельно назначает себе анальгетики от головной боли и принимает их часто и длительное время. В итоге, причина боли сохраняется. Боль продолжает мучить больного, развивается невротизация пациента. Это вновь и вновь приводит к продолжению приема все новых обезболивающих средств. **Прием анальгетика уже прекращает помогать и, наоборот, провоцирует возникновение боли.** Таким образом, проблема существует месяцами и годами. Выход из этой ситуации состоит в отмене препарата. Но сделать это пациенту в одиночку сложно. Здесь требуется назначение антидепрессантов определенной группы. Они снимут возникшую невротизацию, прервут поток болевых импульсов и уберут зависимость от далеко не безвредных анальгетиков. А устранение причины боли позволит избежать повторения возникновения головных болей.

Эта статья затрагивает лишь часть проблем, вызывающих головную боль. Существуют и другие причины ее возникновения. Если Вас беспокоят частые головные боли, не занимайтесь самолечением, не ждите, когда они пройдут сами – обратитесь к специалисту.

Врач-невролог МЦ «Надежда плюс»
Веселов Андрей Геннадьевич

ГРИПП И ПРОСТУДА. СХОДСТВО И ОТЛИЧИЯ.

Сейчас многие заболевания протекают в «смешанной форме», и знать «усредненные» данные о том, какие симптомы гриппа, как он протекает и чем он отличается от ОРВИ, острого респираторного вирусного заболевания, необходимо.

В среднем «гриппозная картина» выглядит так: в начале заболевания температура «взлетает» до 39-40 градусов, затем немного снижается, но в целом держится около пяти дней. Картину дополняют красные глаза, лопающиеся в носу сосуды, сильная слабость и серьезные боли от «ломоты». Насморк и кашель могут появиться позже, обычно в первые 5 дней их нет. При более тяжелых формах к вышеописанным симптомам гриппа добавляются учащенное сердцебиение, нехватка воздуха, возможны также судороги, рвота, не исключено и повышение артериального давления. **При подобных симптомах врача нужно вызвать обязательно! Грипп может дать осложнения на внутренние органы, особенно часто под удар попадают сердце и почки.**

Аденовирусная инфекция начинается с высокой температуры, головной боли, почти сразу начинает «течь» из носа и болит горло. Через несколько дней может появиться конъюнктивит, температура к этому моменту обычно падает до 37 градусов. Очень часто болезнь сопровождается расстройством желудка, лимфоузлы, как правило, довольно сильно увеличены. **Нередко аденовирус приводит к развитию пневмонии.**

«Простуда», ОРВИ, начинается обычно плавно, температура редко поднимается выше 38 градусов. Иногда с самого начала болезни болит горло, затем появляется сухой, отрывистый кашель, ощущение тяжести в груди, глаза становятся красными в случае присоединения бактериальной инфекции.

При всех видах описанных заболеваний больной должен побольше пить (чай, морс из клюквы или брусники, травяные настои , отвар шиповника, компот из черной смородины). Полезно полоскать горло ромашкой, девясилом, календулой, принимать, если нужно, микстуру от кашля. Температура сбивается по совету врача парацетамолом или другими жаропонижающими средствами.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

ПОЛЕЗНАЯ КАПУСТА

Главная прелесть капусты – низкая калорийность, согласитесь, нет ничего лучше, чем поесть от души, а на следующий день бесстрашно встать на весы! Одно «но», похудательный фокус сработает, только если вы готовите из капусты свежие салаты или просто грызете «живьем».

Все сорта капусты буквально нашпигованы витаминами: С, А, В1, В2, Р, К, никотиновая кислота. В ней много клетчатки и микроэлементов и мало калорий и сахарозы, поэтому ее можно есть диабетикам

Привычная и дешевая белокочанная – лидер продаж. В ее листьях много витамина С, правда, при температуре выше 80 градусов он начинает разрушаться.

Наши изобретательные предки придумали капусту квасить. Тогда как все овощи при хранении теряют витамины, и витамин С – в первую очередь, квашеная капуста, наоборот, их нагуливает! Количество аскорбинки в ней со временем только увеличивается.

ЛЕЧЕБНЫЕ РЕЦЕПТЫ:

• **Сок белокочанной капусты пьют при отеках**, а по совету врачей – при гастритах и язвенной болезни: в нем есть витамин U, который затягивает ранки на стенках желудка и двенадцатиперстной кишки.

• **При болезнях суставов**, мастите, отеках, подагре и ушибах используют капустный компресс. Лист любой кочанной капусты прокатывают скалкой до выделения сока и накладывают на больное место.

• **Мазь при тромбофлебите**: капустный лист измельчают в кашицу и смешивают с яичным желтком.

• Измельчив в блендере квашеную капусту, **можно сделать витаминную маску для лица** (чем кожа жирнее, тем дольше ее нужно держать на лице, до 30 минут).

КАПЕЛЬНИЦЫ НА ДОМУ

Чтобы болезнь отступила, требуется своевременная диагностика, правильно назначенное лечение и добросовестное выполнение всех врачебных предписаний пациентом. Постановка капельниц – одно из самых распространенных методов введения медикамента в организм больного.

Медицинский центр «Надежда плюс» делает капельницы на дому у пациента. Вы просто звоните нам, и медицинские работники выезжают к вам в те часы, когда необходимо произвести манипуляцию.

Вам не нужно будет бегать искать системы для капельниц и прочее необходимое для инъекций медицинское оборудование. Все расходные материалы, за исключением лекарственных препаратов, входят в стоимость оказываемой услуги.

Самые низкие цены в городе на капельницы на дому - позвоните и убедитесь!

Внутривенное капельное вливание	Внутривенное капельное вливание с повторным введением лекарственного вещества
390 рублей!	440 рублей!

Медицинский центр «Надежда плюс»
22-66-06 22-62-12 54-09-09 51-72-99 54-08-08

ВОДИТЕЛЬСКАЯ КОМИССИЯ!

Теперь не нужно тратить свое драгоценное время на прохождение комиссии для ГИБДД, все в одном месте, все специалисты, приходите и проходите освидетельствование на право управления автотранспортным средством в медицинском центре «Надежда плюс».

УДОБНОЕ ВРЕМЯ, ВСЮ РАБОЧУЮ НЕДЕЛЮ!
17:30 - 19:30

БЕЗ «ПРИДИРОК» И В ПОЛНОМ СООТВЕТСТВИИ С ЗАКОНОМ!
ПРИЕМ ВЕДЕТ НОВАЯ КОМАНДА ВРАЧЕЙ-ПРОФПАТОЛОГОВ

ВСЕ СПЕЦИАЛИСТЫ, ВКЛЮЧАЯ:
НАРКОЛОГА И ПСИХИАТРА

ЭКОНОМИЯ ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ!
СТОИМОСТЬ КОМИССИИ
1700 РУБЛЕЙ

Справочную информацию по вопросам оформления водительской мед/справки Вы можете получить у администраторов Центра:

Медицинский центр «Надежда плюс-1»
г. Череповец,ул. Ломоносова,дом 4.

Телефоны регистратуры:
54-09-09 22-66-06 22-62-12

Горты на заказ
Gata de Chocolate

ИП Титов Е.С.

В октябре - открытие японской кухни.
Не только вкусно , но и не дорого...
ул. Ленина, 68, ТЦ "Ангажемент", 2 этаж

СИСТЕМА
сеть магазинов компьютерной техники

Новый адрес!
ул. Горького 20А, ТК «ЦЕНТР»

ООО "Система"
www.sistema-market.ru

Медицинский центр «Надежда плюс-1»
г. Череповец, ул. Ломоносова, дом 4
Телефоны регистратуры: 54-09-09, 22-66-06, 22-62-12

Медицинский центр «Надежда плюс-2»
г. Череповец, ул. Коммунистов, дом 1
Телефоны регистратуры: 54-08-08, 51-72-99

МУЖСКИЕ ПРОДУКТЫ

Ученые всего мира периодически выставляют на всеобщее обозрение списки самых полезных продуктов. Оказывается, **нет одинаково универсальных продуктов для всех людей – они разделяются на женские и мужские продукты, у разных полов свои жизненные потребности.**

Мужские продукты:

1 место – помидоры. Не зря врачи придумали такую фразу – «томаты для простаты». В них содержится большое количество ликопина, необходимого для работы предстательной железы. Он не только является мощным антиоксидантом и противораковым средством.

2 место – красный перец. Этот продукт нужен для нормальной работы сердечной мышцы. Кстати, в двух красных перцах содержится суточное количество витамина С.

3 место – черный виноград. В винограде много антиоксидантов, а также флавонидов, которые помогают поддерживать тонус в организме. Это очень полезная ягода, если вы задумываетесь над вопросом «как защитить себя от рака?»

4 место – мясо. С мясом в организм поступает полезный холестерин, который становится позже основой половых гормонов.

5 место – изюм и курага. Они нужны для того, чтобы стимулировать работу мозга. Для мужчины в день необходима горстка сухофруктов.

МУЖЧИНЫ РАНО УМИРАЮТ, ВИНОВАТЫ... ИХ ЖЁНЫ!

Во всех проблемах с мужским здоровьем на самом деле виновата жена, заявили швейцарские учёные!

Давно известно, что мужчины меньше живут, хотя их и называются сильной половиной человечества. Разгадку этого явления учёные искали везде: и в гормонах, и в капризах эволюции, и в пьянстве, и даже в социальной ответственности, возложенной на мужчин. **Но недавнее исследование швейцарских учёных дало неожиданно простой и в то же время радикальный ответ: мужчины, которые умирают раньше времени, просто неудачно женились!**

Если быть точнее, вина за мужские болезни лежит только на необразованных и не слишком сообразительных женщинах, говорят шведские врачи. **Согласно их подсчётам, мужчины, чьи вторые половинки имеют IQ выше среднего, живут дольше и лучше остальных, причём от образованности и интеллекта самого мужчины почти ничего не зависит, в вопросах здоровья почти всегда «рулит» женщина.**

Что касается конкретных секретов мужского долголетия, ничего сенсационного в них нет. Просто-напросто **умные жёны более склонны следить за образом жизни супруга, лучше разбираются в здоровом питании и более умело приучают к нему мужей.** Так, основные принципы, добавляющие современным мужчинам 5-10 лет жизни, сводятся к следующим:

- **есть меньше жирного мяса,**
- **не пропускать завтрак,**
- **не пренебрегать овощами,**
- **не увлекаться фастфудом,**
- **не перебарщивать с кофе,**
- **больше двигаться и бывать на свежем воздухе,**
- **достаточно спать.**

Женщины, участвовавшие в исследовании медиков, отмечали, что зачастую им приходится напоминать мужьям о, казалось бы, очевидных рисках для здоровья. Например, о том, что не стоит выходить на улицу с мокрой непокрытой головой, особенно если на дворе зима.

Кроме того, жёны, отнесённые учёными к категории «умных», способны уговорить своего супруга отказаться от вредных привычек. К примеру, не запивать пивом каждый ужин или не курить дома при ребёнке (а потом и не курить вообще).

В общем и целом, медики пришли к выводу, большинство мужчин абсолютно беспомощны, когда дело касается их здоровья. Они минимально интересуются вопросами медицины, крайне невнимательны к собственной безопасности, часто просто ленивы, чтобы даже позвонить в поликлинику, а уж за подсчёт жиров и соли не возьмутся никогда. Поэтому ответственность за продолжительность их жизни лежит на слабой половине человечества.

ТЕСТ НА НЕВЕРНОСТЬ

О тесте на беременности, все прекрасно знают, а вот про тест на неверность вряд ли. Тем не менее, он реально существует, и это совсем не тот тест, который основан на принципах «вопрос-ответ», оказывается, **американские ученые разработали ..... тест на неверность!**

«Муки ревности» терзают всех одинаково: мужчин и женщин. Вот почему новая разработка американских учёных пользуется такой популярностью, едва появившись в продаже. Тест на неверность – запатентованное изобретение, позволяющее доказать сексуальную интрижку Вашего партнёра научным путём.

Специальный набор работает примерно, как тест на беременность: несколько капель специального химического состава помещается на простынь, нижнее бельё или другие поверхности, где замечены подозрительные пятна, а сверху прикладывается специальная лакмусовая бумага. **Если через пять минут на индикаторе проявляется красная полоса,** то это свидетельствует о наличие следов спермы. **Измена доказана!**

Жёнам, подозревающим своих мужей в неверности, производители рекомендуют наносить состав на бельё мужей, поскольку семенная жидкость может выделяться в течение двух часов после полового акта.

Тест на измену типа «сделай сам» поступил в продажу недавно по цене 50 долларов, причём распространяется пикантный товар только через интернет и через специальные магазины для частных детективов. **Несмотря на то, что разработка настроена на выявление следов спермы, наибольшее применение она находит при выявлении мужьями женской измены.**

УКОЛЫ НА ДОМУ

Бывают ситуации, когда пациент, которому назначили уколы, не может посетить медицинское учреждение. Произвести эти манипуляции можно прямо на дому у пациента.

Опытная медицинская сестра сделает укол, проведет инъекцию на дому у пациента. Услуги медсестры на дому – это удобный способ выполнять предписания врача не выходя из дома, экономя время и получая комфорт.

Самые низкие цены в городе на уколы на дому – позвоните и убедитесь!

Подкожная инъекция	Внутривенная инъекция	Внутримышечная инъекция
145 рублей!	190 рублей!	145 рублей!

Медицинский центр «Надежда плюс»
22-66-06 22-62-12 54-09-09 51-72-99 54-08-08

ЧТО МОЖЕТ ОСЛАБЛЯТЬ МУЖСКУЮ СИЛУ?

Ученые уверяют, что в каждом представителе сильного пола генетически заложены огромные сексуальные возможности, так называемый, 15-кратный запас прочности. То есть, любой мужчина вполне способен удовлетворять пятнадцать женщин. Именно это помогало человечеству выживать на протяжении многих тысячелетий. К сожалению, современные мужчины к своим резервам относятся наплевательски. Некоторые даже ухитряются к шестидесяти годам полностью растерять все, что заложено природой.

ЧТО ЖЕ МОЖЕТ ОСЛАБЛЯТЬ МУЖСКУЮ СИЛУ?

Первое, и самое главное — нерегулярная половая жизнь, особенно после 30 лет. В ходе многочисленных исследований ученые доказали, что регулярные занятия сексом не только улучшают качество сперматозоидов и увеличивают их количество, но и улучшают потенцию.

Второй, не менее важный фактор, влияющий на мужскую силу – **неоднократные инфекции**, передающиеся половым путем.

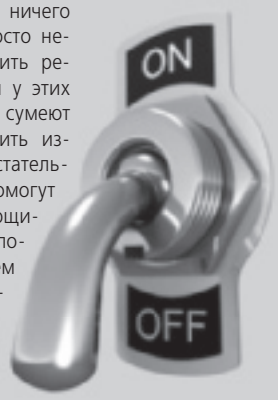
Третий фактор – неправильно пролеченные заболевания мужских половых органов: уретрит, простатит, везикулит и т.п.

Остальные причины ухудшения потенции в порядке убывания располагаются так:

- ишемическая болезнь сердца;
- артериальная гипертензия;
- эндокринные нарушения;
- сахарный диабет;
- гиперплазия предстательной железы (аденома);
- психоневрологические заболевания;
- применение некоторых лекарственных препаратов;
- наркотики, табак, алкоголь;
- малоподвижный образ жизни, который приводит к застою крови в венах малого таза;
- стрессы;
- плохая экология;
- неправильное питание;
- привычка недосыпать.

Тех, кто никогда в жизни не сталкивался ни с одним из этих факторов можно пересчитать по пальцам, но и превратиться в импотента не хочет никто. А между тем статистика печальна, только 10% мужчин, имеющих сексуальные проблемы, обращается за консультацией к медикам.

Однако для того, кто хочет на долгие годы сохранить максимальную сексуальную активность, самые важные врачи – уролог и андролог. После 40 лет, даже если ничего не беспокоит, просто необходимо проходить регулярные осмотры у этих специалистов. Они сумеют вовремя обнаружить изменения в предстательной железе, помогут устранить начинающиеся проблемы с потенцией. Ведь всем известно, что болезнь гораздо проще предотвратить, чем вылечить.



В МЦ «Надежда плюс», для мужчин работают высококлассные специалисты урологи:

- **Семыкин Николай Сергеевич**
- **Галашина Лариса Александровна**
- **Цыгикал Александр Евгеньевич**
- **Жаданов Дмитрий Николаевич**

Дорогих коллег с Днем рождения!

Пусть будет так:
В семье - любовь,
В работе - уваженье.
Успехов, радости труда
И чуточку терпенья.

Сиротина Яна Ивановна **– директор**

Карпова Анна Валентиновна **– врач дерматовенеролог**

Веселов Андрей Геннадьевич **– врач невролог**

Мельник Валерий Васильевич **– врач терапевт профпатолог**

Фролов Николай Александрович **– врач УЗИ диагностики**

Жарков Станислав Вячеславович **– врач хирург**

Минакова Надежда Николаевна **– врач эндокринолог**

Макарычева Светлана Станиславовна **– врач офтальмолог**

Головкина Александра Александровна **– медицинская сестра процедурного кабинета**

7 симптомов рака у женщин

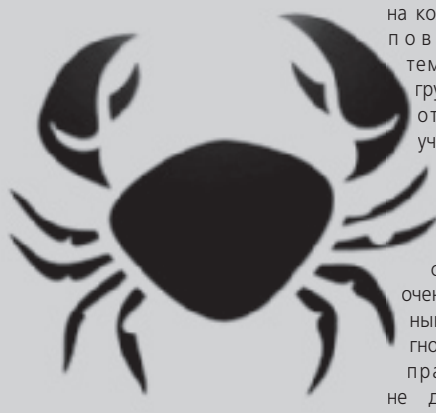
Онкологические заболевания занимают в структуре смертности одно из ведущих мест. У женщин есть множество особенностей в сравнении с мужчинами в развитии онкологических болезней: наиболее часто они страдают от рака придатков, шейки матки и молочной железы.

Однако многие женщины боятся или стесняются идти к врачу с, казалось бы, пустяковыми на их взгляд жалобами и совершают серьезную ошибку, теряя драгоценное время.

В этой статье. Вы узнаете об основных симптомах рака у слабой половины человечества.

Кровотечения. Одним из самых настораживающих симптомов для женщин должны стать кровотечения после наступления менопаузы – то есть спустя год после прекращения менструаций. Мажущие выделения после полового акта, межменструальные кровотечения или слишком обильные менструации по 10-12 дней, появление болезненности при менструации – **это может быть признаком гормональных сдвигов или рака шейки матки или придатков.**

Изменения в груди. Признаками для беспокойства должны стать любые внешние отличия по сравнению с предыдущими осмотрами: появление на коже сеточки из сосудов, пигментных пятен или участков «апельсиновой корки», изменение формы груди или соска, появление уплотнений в груди, которые не болезненны, изменение цвета ареолы соска, появление на коже ямочек, повышение температуры груди или ее отдельного участка.



Боли в животе. Рак яичников считают очень сложным для диагностики, он практически не дает специфических симптомов. Поэтому женщине надо чутко следить за своим здоровьем. Болевые ощущения в нижнем отделе живота или посередине живота, частые расстройства мочеиспускания или подтекание мочи, причем эти симптомы должны прогрессировать и усиливаться.

Проблемы пищеварения. Одними из симптомов раковых опухолей являются длительные и стойкие расстройства в системе пищеварения – это постоянная тошнота и нарушение аппетита, запоры или поносы, кровь в стуле различной степени интенсивности, вплоть до кровотечения из прямой кишки.

Нарушение веса. Признаком онкологического заболевания может считаться резкое изменение веса.

Изменение размеров живота. Один из симптомов рака матки или яичников, является резкий рост окружности живота, почти как при беременности.

Утомляемость и вялость. Зачастую признаками раковых заболеваний является слабость, вялость или резкое повышение утомляемости. Они возникают за счет прогрессирования опухоли, выделения ею токсических веществ и «объеданию» хозяина.

Конечно, эти симптомы не являются признаками только онкологии, они могут свидетельствовать о других болезнях, но если вы нашли у себя хотя бы 2-3 из вышеперечисленных симптомов – обратитесь к врачу для проверки своего здоровья.

МЦ «Надежда плюс» прием ведут гинекологи:

Сидоркина Наталья Леонидовна
Храмеева Лариса Георгиевна
Сергеева Маргарита Вячеславовна
Демидова Елена Владимировна
Ришко Галина Константиновна
Бигулова Алла Владимировна
Кузнецова Ирина Феодосьевна
Малышева Ирина Васильевна
Афанасьева Елена Владимировна
Чекашева Вера Викторовна
Шкарупа Эльвира Урхановна
Никитина Надежда Леонидовна

ЭКГ на дому

Показания к проведению ЭКГ:

• Подозрение на заболевания сердца и высокий риск в отношении этих заболеваний.

• Ухудшение состояния больных с заболеваниями сердца, появление болей в области сердца, развитие или усиление одышки, возникновение аритмии.

• Перед любыми оперативными вмешательствами.

С помощью электрокардиограммы врач может диагностировать различные заболевания сердца, приводящие к характерным изменениям на ЭКГ. Предварительной записи или специальной подготовки к исследованию не требуется.

Услуга регистрации ЭКГ предоставляется взрослым и детям с расшифровкой ЭКГ и без. Если пациент не желает получать расшифровку, то ЭКГ выдаётся ему на руки сразу, если пациенту требуется расшифровка, то электрокардиограмма предоставляется на следующий рабочий день.

Самые низкие цены в городе ЭКГ на дому – позвоните и убедитесь!

Электрокардиограмма
390 рублей!

Расшифровка ЭКГ
60 рублей!

Медицинский центр «Надежда плюс»
22-66-06 22-62-12 54-09-09
51-72-99 54-08-08

МЕДИКАМЕНТОЗНОЕ ПРЕРЫВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ

Рождение малыша – ответственный и важный шаг, означающий, что родителям придется пойти на определенные жертвы, поступиться некоторыми принципами, подчинить не только себя, но и свою жизнь появившемуся ребенку. И в случае, если ситуация складывается таким образом, что и мужчина, и женщина принимают решение, что стать родителями они пока не готовы – никто не вправе их заставлять.

Несмотря на активную популяризацию современных методов контрацепции, количество абортов продолжает оставаться на высоком уровне. Хорошей альтернативой традиционным способам прерывания беременности стал медикаментозный аборт.

Медикаментозный аборт – безоперационная альтернатива хирургическому аборту. Данная методика обладает рядом преимуществ, позволяющих врачу и пациентке сделать выбор именно в пользу этого метода прерывания. Специалисты признают медикаментозный аборт в качестве безопасного и высокоэффективного метода по сравнению с хирургическим.

Возможности современных таблеток для прерывания беременности позволяют проводить медикаментозный аборт на сроках до 6 - 7 недель беременности или не позднее 42 дней с начала последней менструации.

Необходимо отметить, что препараты для проведения таблетированного аборта не распространяются через аптечную сеть и тем более не поступают в свободную продажу. Это связано с имеющимися противопоказаниями к их приему.

Медикаментозный аборт проводится исключительно под наблюдением врача в условиях специальной клиники, которая в обязательном порядке должна иметь лицензию на данный вид медицинской деятельности.

Фармакологический метод подходит практически всем, особенно молодым и не рожавшим девушкам. Практически безболезненный и максимально безопасный, медикаментозный аборт – это альтернатива железным щипцам и вакуумному отсосу, которая сбережет ваше женское здоровье для желанного ребенка.

Стоимость услуги:
6 000 рублей!

Дополнительную информацию Вы можете получить в регистратурах наших Центров по телефонам:

МЦ «Надежда плюс-1»
г. Череповец, ул. Ломоносова, дом 4.
Телефоны регистратуры:
54-09-09 22-66-06 22-62-12

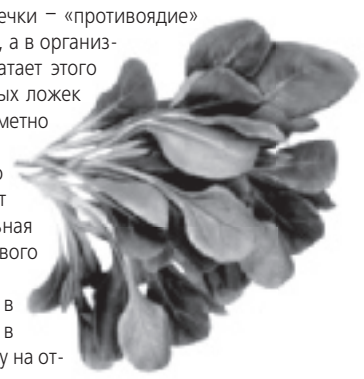
МЦ «Надежда плюс-2»
г. Череповец, ул. Коммунистов, дом 1.
Телефоны регистратуры:
54-08-08 51-72-99

ЖЕНСКИЕ ПРОДУКТЫ

Ученые всего мира периодически выставляют на всеобщее обозрение списки самых полезных продуктов. Оказывается, **нет одинаково универсальных продуктов для всех людей – они разделяются на женские и мужские продукты**, у разных полов свои жизненные потребности.

Еда – это жизнь. Здоровая еда – это здоровая жизнь. Среди многообразия полезных для здоровья продуктов отдельное место занимают те, от которых напрямую зависит твой внешний вид.

Сегодня, вы узнаете список из 7 продуктов, которые сделают тебя привлекательнее за считанные дни.



Чистая ровная кожа. Тыквенные семечки – «противоядие» от прыщей. Семена содержат много цинка, а в организме тех, кто страдает, как правило, не хватает этого металла. Съедай от одной до двух столовых ложек семечек каждый день, и состояние кожи заметно улучшится.

Сияющий взгляд. В шпинате много лютеина – вещества, которое защищает глаза и помогает им быть ярче. Оптимальная дневная доза – большая миска шпинатового салата.

Белоснежная улыбка. «Кто яблоко в день съедает, у доктора тот не бывает!» – в данном случае речь о визитах к стоматологу на отбеливание.

Шелковый блеск волос. Зеленые бобы богаты кремнием. Исследования показывают, что пищевые добавки с кремнием заметно укрепляют волосы после 9 месяцев употребления.

Никакой сухости. Льняное семя – отличное оружие против раздраженной сухой кожи. Оно содержит жирные кислоты Омега-3, которые смягчают и увлажняют кожу. Полей льняным маслом салат, либо измельчи столовую ложку семян и добавь в кашу. Или запеки их с любимыми печеньями!

Долгая-долгая молодость. Киви – идеальный источник витамина С. Он стимулирует выработку коллагена, замедляя старение. Чем больше коллагена в коже, тем она более эластичная и упругая.

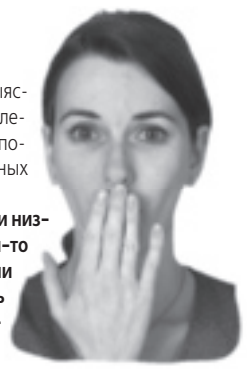
Безупречные ногти. Достаточно съедать несколько яиц в неделю – и ногти перестанут расслаиваться. Все это благодаря биотину – витамину группы В, регулирующему метаболизм жирных кислот.

ВЫСОКИЙ ХОЛЕСТЕРИН ЗАЩИЩАЕТ ОТ ИНФЕКЦИИ?

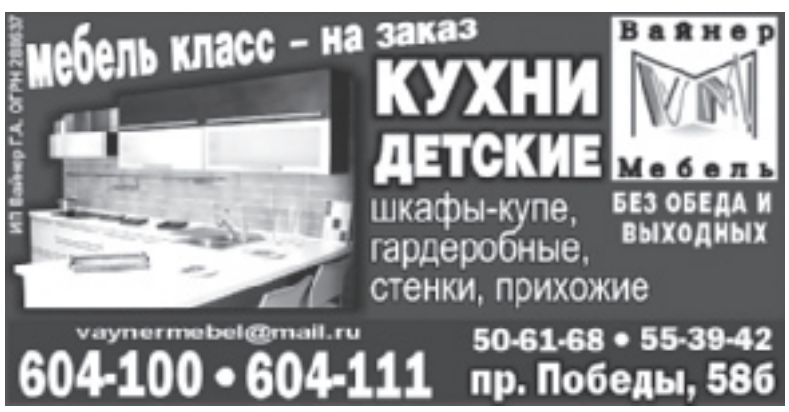
Многие исследования свидетельствуют о том, что иметь низкий холестерин в определённых ситуациях хуже, чем высокий.

Например, **в 19 больших исследованиях, посвященных анализу в общей сложности 68 000 смертей, обзор которых сделали сотрудники из Отдела Эпидемиологии Университета Миннесоты, низкий уровень холестерина был признан прогностическим признаком высокого риска смерти от желудочно-кишечных и респираторных заболеваний.** Как известно, большинство из этих заболеваний имеет инфекционное происхождение.

Группа американских ученых, в течение 15 лет наблюдала 10000 здоровых лиц в Сан-Франциско. Выяснилось, что, те, у кого был низкий холестерин в начале исследования, чаще поступали в госпитали из-за инфекционных заболеваний.



Не является ли вероятным, что при низком уровне холестерина люди, каким-то образом, становятся более уязвимыми для инфекции и что высокий уровень холестерина защищает тех, кто противостоит инфицированию?



Св-во о регистрации
ПИ №ТУ 35-017 от 18.03.2011, выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Вологодской области.
Учредитель: гражданин РФ Добряков С.Н.
Издатель: гражданин РФ Добряков С.Н.
Главный редактор: Костина Г.Ю.
Выпускающий редактор: Малова К.Г.
Адрес редакции и издателя: 162600, Вологодская обл., г.Череповец, ул.Коммунистов, 32, офис 12
Телефоны 50-00-37, 50-23-53
Типография: ООО «Издательский Дом «Череповецъ-Принт» (г.Череповец, ул.Металлургов, 14-а).
Подписано в печать 10.10.2012 (по графику в 15.00, фактически в 15.00).
Дата выхода в свет 12.10.2012
Тираж 50.000 экземпляров.
За содержание рекламы редакция ответственности не несет.
Все рекламируемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации!
Распространяется бесплатно. Рекомендуется детям старше 16 лет.

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ 50-23-53

Платные заявки на поздравления и некрологи принимаются по адресу: ул.Коммунистов, 32, офис 12

Все услуги, рекламируемые ООО Медицинский центр «Надежда плюс» лицензированы:

МЦ «Надежда плюс-1» г. Череповец, ул. Ломоносова, 4
Лицензия № 35-01-000444 выдана 09 июня 2010 года Департаментом Здравоохранения Вологодской области

МЦ «Надежда плюс-2» г. Череповец, ул. Коммунистов, 1
Лицензия № 35-01-000470 выдана 29 июля 2010 года Департаментом Здравоохранения Вологодской области

Медицинский центр «Надежда плюс-1»
г. Череповец, ул. Ломоносова, дом 4
Телефоны регистратуры: 54-09-09, 22-66-06, 22-62-12

Медицинский центр «Надежда плюс-2»
г. Череповец, ул. Коммунистов, дом 1
Телефоны регистратуры: 54-08-08, 51-72-99

ООО "Мебельстроймаркет"
МебельСтройМаркет
дизайнер: 64-06-61
Выезд дизайнера БЕСПЛАТНО
МЕБЕЛЬНАЯ ФУРНИТУРА: ручки, петли, мойки, кухонные принадлежности
МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ: детские, прихожие, шкафы-купе, кухни, торговое оборудование
г. Череповец, ул. Тимохина, д.3 (9.00-19.00, сб., вс.: 10.00-17.00)
тел.: (8202) 28-32-35
тел./факс: (8202) 28-46-35

БЮРО НЕДВИЖИМОСТИ СОЮЗ
ПОКУПКА, ПРОДАЖА КВАРТИР И КОМНАТ
ПОДБОР ВАРИАНТОВ ОБМЕНА
ОФОРМЛЕНИЕ ДОГОВОРОВ
КУПЛИ-ПРОДАЖИ, ДАРЕНИЯ, МЕНЫ
КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ЖИЛИЩНЫМ ВОПРОСАМ
РАБОТА ПО СЕРТИФИКАТАМ ВОВ
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ*
*Подробности в офисе
ВСЕ СДЕЛКИ С НЕДВИЖИМОСТЬЮ
ул. Гоголя, 25, оф. 1
тел./факс 26-08-35, тел. 73-19-19, 62-90-80

Обслуживание в салоне и на дому
СТРИЖКИ от классических до авангардных
ПРИЧЕСКИ свадебные, торжественные
Наращивание волос
Наращивание ресниц
Наращивание ногтей
Педикюр
Стрижки для пенсионеров 100 рублей
Мужские 150 рублей
Женские 200 рублей
625-999
ИП Поспелова
Архангельская, 36, 3-й подъезд
Проезд авт. 38, 31, 7. Остановка "Техношок"

СТОМАТОЛОГИЯ
Кристал ДЕНТ
ул.Металлистов, 3
59-66-48 62-01-70
Лечение без боли
Подготовка к протезированию
Протезирование
ИНОГОРОДНИМ СКИДКИ
(Подробности в офисе)
ООО "Кристаль-Дент"
Лиц.35-01-000476 от 26.08.10
Наши цены вас приятно удивят!
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ НА НАЛИЧИЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

MiRO мебель на заказ
пр. Победы, д. 60
ТЦ "Кижи", т. 62-12-74

ПИТАНИЕ В ГАРМОНИИ С ПРИРОДОЙ
ЭКОПРОДУКТ 35
ДЕРЕВЕНСКИЕ ПРОДУКТЫ НА ДОМ
- мясо кролика и барана
- птица: курица, утка, перепела, индюшка, гуси
- яйцо: перепелиное, утиное, куриное, цесарки
8-921-130-87-32
8-921-131-44-63
http://ecoprodukt35.ru
e-mail: info@ecoprodukt35.ru
"ЛПХ"

ИП Москвитин П.С. ОГРН 309353810400031
ЗАВОД ГОТОВЫХ ТЕПЛИЦ
КОНСТРУИРОВАНИЕ - ПРОИЗВОДСТВО - УСТАНОВКА
ТЕПЛИЦЫ от 10000 руб.
Поликарбонат!
ДУГИ через 65 см
ЗАКАЗЫ ПО ТЕЛЕФОНУ
• оцинкованная труба
• порошковая окраска
• усиленное крепление лентой
(8202) 60-19-67
пр. Победы, 105 (терр-я общества слепых)
Филиал завода готовых теплиц www.zavodteplic.ru

МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ НА ДОМ!

Одним из наилучших средств сохранения здоровья, считается своевременная диагностика и выявление заболеваний на ранних стадиях. Нехватка времени не единственная причина, по которой людям сложно добраться до лаборатории. Существует немало ситуаций, когда по каким-либо причинам пациенты не могут выйти из дома.

Стремясь создать максимальные удобства для своих пациентов, медицинский центр «Надежда плюс» предоставляет такую услугу как забор анализов на дому.

Вы можете сдать анализы на дому детям – это очень удобно для родителей и малышей. Нет необходимости подстраивать режим дня для поездки в клинику, не нужно терять время на дорогу, нет опасности встречи малыша с инфекцией по дороге в клинику или при контакте с другими (возможно больными) детьми.

Обслуживание в домашних условиях – это одно из профильных направлений работы МЦ «Надежда плюс».

Самые низкие цены в городе – позвоните и убедитесь!

МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ НА ДОМУ

Услуга	Стоимость
Взятие крови	245 рублей
Взятие клинического материала (мазки, соскобы)	245 рублей
Доставка клинического материала в лабораторию (кал, моча)	145 рублей
Подкожная инъекция	145 рублей
Внутримышечная инъекция	145 рублей
Внутривенная инъекция	190 рублей
Внутривенное капельное вливание	390 рублей
Внутривенное капельное вливание с повторным введением лекарственного вещества	440 рублей
Ингаляция (Небулайзер)	350 рублей
Электрокардиограмма	390 рублей
Холтеровское мониторирование	1450 рублей
Расшифровка электрокардиограммы	60 рублей
Доставка результатов исследований на дом	150 рублей

Медицинский центр «Надежда плюс»
22-66-06 22-62-12 54-09-09
51-72-99 54-08-08

УЗИ-диагностика

Одной из самых информативных методик продолжает оставаться ультразвуковая диагностика. УЗИ внутренних органов практически не имеет противопоказаний. В нашей клинике можно свободно сделать УЗИ-обследование таких органов как: сердце и сосуды, щитовидная железа, органы брюшной полости, почки, органы малого таза.

Диагностика проводится в цветном и объемном изображении на диагностическом оборудовании экспертного класса.

Ищете, где можно сделать УЗИ в Череповце быстро и по приемлемой цене? Добро пожаловать в медицинский центр «Надежда плюс»!

Прием ведут:
- **Коваленко Наталья Петровна**
- **Сидоркина Наталья Леонидовна**
- **Орлянский Алексей Владимирович**
- **Баранова Вероника Николаевна**
- **Румянцев Лев Геннадьевич**
- **Фролов Николай Александрович**
- **Дидик Елена Владимировна**
- **Смирнова Карина Андреевна**
- **Рожков Андрей Михайлович**
- **Генералова Елена Владимировна**
- **Терентьева Елена Викторовна**
- **Соболев Валерий Вениаминович**
- **Соболева Ольга Васильевна**

ХИРУРГИЯ ОДНОГО ДНЯ

ОПЕРАЦИИ БЕЗ ГОСПИТАЛИЗАЦИИ!

Для занятых и ценящих свое время людей МЦ «Надежда плюс» – это прекрасная альтернатива лечению в стационаре, при условии, что пациенту не требуется круглосуточное медицинское наблюдение.

Все процедуры и манипуляции проводятся в стерильных условиях с использованием одноразового инструментария и самых современных перевязочных и шовных материалов.

Услуги, которые мы оказываем:
- Прием врача хирурга в Центре и на дому;
- Перевязки при чистых и гнойных ранах;
- Снятие швов;
- Иссечение новообразования мягких тканей (подкожной клетчатки);
- Иссечение новообразований мягких тканей кожи;
- Удаление вросшего ногтя;
- Пункция щитовидной железы с последующим цитологическим исследованием;
- Вскрытие абсцессов, фурункулов.
- Внутрисуставное введение лекарственных препаратов, блокады.

НОВАЯ УСЛУГА!
- Наблюдение и лечение пациентов травматологического профиля;
- Наложение гипсовых повязок при переломах костей, вывихах;
- Снятие гипсовых повязок, реабилитация пациентов после травм.

Подробнее узнать о времени и стоимости приема хирурга, травматолога:

Медицинский центр «Надежда плюс – 1»
г. Череповец, ул. Ломоносова, дом 4
Телефоны регистратуры:
54-09-09 22-66-06 22-62-12

ХОЛТЕР

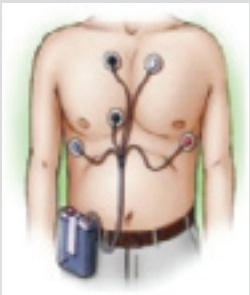
Холтеровское мониторирование – это метод, с помощью которого осуществляется суточное наблюдение за работой сердца.

Для этого используется носимый портативный регистратор, который производит круглосуточную запись электрокардиограммы и передачу информации о работе сердца за сутки в компьютер.

Этот метод позволяет точно поставить диагноз, при сердечно-сосудистых заболеваний (гипертония, инфаркт, атеросклероз, миокардиты).

Стоимость услуги – 1 000 рублей!
(пенсионерам – скидка 15%)

МЦ «Надежда плюс – 1»
г. Череповец, ул. Ломоносова, дом 4.
Телефоны регистратуры:
54-09-09 22-66-06 22-62-12



Мастерская (пр. Победы, 108) продаёт холодильники 1-2-камерные, доставка бесплатно, гарантия. Пенсионерам скидка **31-20-16, 54-14-42** Куплю б/у ЧП Зуев Н.А.

Быстро заберём ненужную, ломаную бытовую технику, сантехнику, швейные машины, железные двери. Вывоз из квартиры **89211305407** ИП Серов М.В.

Диагностика всего организма. Точность диагноза-99%. Бесплатная консультация врача-специалиста. Гарантированный результат **89815031515 89095989484**

Дополнительный заработок для пенсионеров. Гибкий график. З/пл от 10000 р. Запись по телефонам: **89815031555 89095989484**

Грузоперевозки. Газель(тент). Город. Район. Межгород. **89535022380, 89210511351**

Впервые в Череповце. Диагностика всего организма всего за 40 минут. Точность составляет 98 %. Медицинское заключение врачей. Индивидуально подобранный курс лечения. Последующая консультация врача в течение 6 месяцев бесплатно. Запись: **89535023760 89626714685 89215408683**