

№ 2077

Невозможное - возможно!

СТРАНА СТРОЙНЫХ



ДОКТОР
Борменталь



Вес у меня набрался во время беременности и из-за приема гормональных препаратов. Мне мое состояние не нравилось: мешала лишняя тяжесть, я испытывала из-за этого серьезный дискомфорт.

Я пыталась самостоятельно решить эту проблему и избавиться от лишнего веса с помощью диет. Но у меня ничего не получалось. Ничего! Вес держался, как приклеенный. И я понимала, что он будет только прибавляться. А очень хотелось от него избавиться.

Я чувствовала, что попала в безвыходное положение. И от этой безысходности я решила обратиться в центр «Борменталь».

Кроме того, я понимала, что от лишнего веса серьезно страдает мое здоровье, и, сбросив ненужные мне килограммы, рассчитывала улучшить свое состояние.

*Скидки действительны с 1.03.10 по 31.03.10 г.

Запись на консультацию: **90-57-78, 94-36-04**

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ, УТОЧНИТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

Другие истории успеха читайте на www.doctorbormental.ru

Несмотря на то что я обратилась к профессионалам, у меня было некоторое недоверие. Ведь я столько раз пыталась избавиться от лишнего веса, и ничего не получалось! Там не менее уже после первого занятия я поняла, что теперь у меня все получится. Не знаю, каким образом, но специалисты центра вселили в меня уверенность. Я поняла, что это по мне: нет запретов, мне это понравилось. Я попробовала один день продержаться в предложенной системе питания. У меня получилось, и я решила продержаться.

За три первых месяца я сбросила в общей сложности 15 килограммов, а в следующие три ушли еще 10 кг. Я очень радовалась, когда вставала на весы и они показывали минус 800 граммов, но была ужасная паника, когда

после праздников весы показывали плюс 600 граммов.

Я заметила, что у меня все получается и вес идет вниз, только когда я все контролирую и стараюсь есть каждые четыре часа.

У меня было три важные цели, ради которых я все это затеяла:

1. Быть здоровой, избавиться от болезней, которые пришли с лишними килограммами. У меня уменьшилась одышка, я лучше себя чувствую.
2. Как можно больше двигаться и играть с моей маленькой дочкой. И теперь я могу вместе с ней кататься на лошадках.
3. Похудеть еще хотелось бы до 75 - 80 кг и родить второго ребенка. Это пока впереди.

Но теперь я знаю, что главное - не сдаваться и верить, что все у вас получится. И тогда получится.

Для милых дам - скидки весь март!*

НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК



Продолжаем публиковать отрывки из книги нашего читателя **Владимира Ильича АНАШКИНА** «Сборник рекомендаций по лечению лекарственными растениями и народными средствами». Автор книги подчеркивает, что при любом самостоятельном лечении НЕОБХОДИМО СОВЕТОВАТЬСЯ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ.

Вы также можете присылать свои советы. Пишите нам: **394049, г. Воронеж, ул. Л. Рябцевой, 54, редакция «МОЁ!»**, «Народный лечебник» — или по электронной почте: otvet@kpv.ru. Будьте здоровы!



При радикулите втирайте хрен

Боли в суставах и расширение вен

● При ревматизме, подагре, болях в суставах как обезболивающее средство применяется пихма. 1 ст. л. цветочных корзинок пихмы на 1 стакан кипятка, настаивайте 2 — 3 часа, процедите. Применяйте для ванн, обмываний, компрессов в теплом виде.

● При болях в ногах (расширение вен) полезны ножные ванны из дубовой коры и коры ивы, взятой

в равных пропорциях. 150 — 200 г смеси дубовой и ивовой коры на 2 л кипятка, кипятите 10 минут, настаивайте 3 часа, добавьте ещё 2 л очень теплой воды. Продолжительность теплых ванн — 30 мин. Затем наложите бандаж или надените резиновые чулки. Настой можно использовать несколько раз.

● Отеки ног лечат при помощи отвара из дынных семечек. Возьмите 2 ст. л. дынных семечек на 1 л воды, кипятите на медлен-

ном огне 25 минут, настаивайте 1 час, процедите. Принимайте по 1/2 стакана 6 — 8 раз в день. Пейте отвар горячим, глотками. Для вкуса можно добавлять фруктовые соки.

● При ишиасе, ревматизме, радикулите рекомендуется сок хрена. Разведите его в остуженной кипяченой воде в соотношении 1:1 и применяйте для компрессов и втираний.

Укрепление волос

● Для укрепления волос мойте голову настоем из берёзовых листьев. Возьмите 2 ст. л. берёзовых

листьев на 1 стакан кипятка, настаивайте 2 — 3 часа, процедите.

● При выпадении волос и перхоти рекомендуется хмель. 2 ст. л. шишек хмеля на 1 стакан кипятка, настаивайте ночь в термосе или кипятите на медленном огне 10 — 15 минут, настаивайте около часа, процедите. Втирайте в кожу головы 1 — 2 раза в неделю. Крепкий настой придаёт волосам золотистый оттенок.

● Для укрепления волос рекомендуется мыть голову настоем из смеси хмеля и календулы, взятых поровну.

✉ **Здравствуйте! Я уже неоднократно делала УЗИ в ваших клиниках и осталась очень довольна. А не так давно узнала, что беременна. Мой врач сказала, что за период вынашивания ребёнка УЗИ выполняется три раза как минимум. Меня интересует вопрос: действительно ли столь частое проведение УЗИ является необходимостью? Не навредит ли это моему малышу? А ещё повсюду слышу о 3D/4D УЗИ... Чем оно отличается от обычного?**

Вероника, г. Воронеж.

На вопрос отвечает ведущий врач ультразвуковой диагностики Центра иммунологии и репродукции Беляева Маргарита Геннадьевна:

— Уважаемая Вероника, УЗИ не влечёт за собой негативных последствий для здоровья мамы и её малыша. Так, в 1-м триместре беременности УЗИ позволяет выявить такие проблемы, как внематочная беременность и угроза выкидыша, обнаружить тяжёлые аномалии плода, заподозрить некоторые наследственные заболевания.

Во 2-м триместре беременности УЗИ — незаменимый оценщик развития будущего малыша. Соответствует ли он сроку беременности, комфортно ли ему в своём «гнездышке», то есть каково состояние плаценты. На этом сроке можно выяснить, нет ли у него врождённых патологий. Кроме того, в это время уже можно вполне чётко указать на то, сына или дочь предстоит вам родить в недалёком будущем.

В 3-м триместре УЗИ продолжает следить за внутриутробной жизнью. Узнать, всё ли у малыша в порядке, — отнюдь не праздное любопытство. Если будущий ребенок отстаёт в развитии, вам понадобится помощь врача.

Использование УЗИ-обсле-

дования во время беременности должно быть прежде всего разумным. Чтобы не терзаться сомнениями насчёт того, когда и сколько раз вам придётся на исследование, доверьтесь рекомендациям вашего врача.

Теперь что касается 3D/4D УЗИ. В диагностическом плане этот метод значительно расширяет возможности обычного УЗИ. 3D-исследование позволяет увидеть трехмерное изображение, то есть по длине, высоте и глубине. Проще говоря, объёмное. Трёхмерное изображение в реальном времени называется 4D-УЗИ. Врач может записать будущим родителям на диск целый видеofilm, на котором можно проследить за движениями малыша, рассмотреть любые части тела, вплоть до крохотных пальчиков! Увидеть, как малыш улыбается, плачет, зевает или «смущённо» прикрывает личико ручонками. 2D УЗИ позволяет довольно точно определить состояние мамы и ребёнка, выявить возможные отклонения в развитии беременности, а данные трёхмерного исследования дополняют и уточняют эту картину. С его помощью можно добыть важные сведения о некоторых пороках развития, особенно конечностей, таких частей тела, как лицо, руки, позвоночный столб. Таким образом, сочетание этих двух методов даёт наиболее ясное представление о состоянии будущей мамы и крохи.

Уважаемые читатели! Рубрику ведут врачи сети медицинских центров «MEDLine». Вопросы принимаются по адресу: info@nmtmed.ru или г. Воронеж, пр. Революции, 1/1.

№1140 Реклама

MEDLine

ЦЕНТР ИММУНОЛОГИИ И РЕПРОДУКЦИИ

Пр. Революции, 1/1, ост. «Работница» Т. 555-220

комфортное лечение
ЛОР-БОЛЕЗНЕЙ
даже у детей

Диагностика • Консультации • Лечение

Гинеколог-эндокринолог
Гинеколог-маммолог
Акушер-гинеколог
Детский гинеколог
Уролог-андролог
Ведение ЭКО
Дерматовенеролог
Дерматолог

Аллерголог
Иммунолог
УЗИ, УЗИД
Гастроэнтеролог
Эндокринолог
Терапевт
Кардиолог
Ревматолог

Все виды инъекций, вакцинация.
Холтеровское мониторирование, запись ЭКГ.
Выдаются больничные листы.

ЭЛИТНАЯ ГИНЕКОЛОГИЯ т. 555-220

ДИАГНОСТИКА:

- ✓ Более 700 тестов лаборатория Компании «Новые медицинские технологии»
- ✓ Самые важные исследования - за 4 часа
- ✓ Парк анализаторов последнего поколения
- ✓ Гарантии качества европейского уровня
- ✓ УЗИ класса «ЭКСПЕРТ»
- ✓ 4D-УЗИ беременных с записью на DVD

www.nmtmed.ru



55-22-20,
пр. Революции, 11,
39-03-03,
Московский пр., 117Б.

24-16-92, «эскул»
Больница «Электроника».

53-06-60,
ул. Калевая, 19,
94-92-29,
ул. Путиловская, 19.

Возможных противопоказаний проконсультируйтесь со специалистом