

Свидетельство о государственной регистрации: №RU77.99.88.003.E.006366.05.15 от 14.05.2015.

# МОРСКАЯ РЕВОЛЮЦИЯ В ЛЕЧЕНИИ БОЛЕЗНЕЙ СУСТАВОВ



Болезни суставов стали «молочить», первые признаки артроза и артрита сейчас появляются уже в 25-30 лет. А сколько таких заболеваний у людей старшего поколения!

хрящевой ткани морских организмов, возвращает полноценную жизнь суставам!

Приостановить разрушение сустава, улучшить его состояние можно с помощью хондропротекторов. Они восстанавливают хрящ, делают его прочнее, увеличивают подвижность сустава. Российские ученые открыли, что противовоспалительная активность компонентов хрящевой ткани морских гидробионтов во много раз выше, чем у хондропротекторов предыдущего поколения.

АРТРОФИШ оригинален тем, что содержит в нем глюкозамин и хондроитин натурального морского происхождения, что дает высокую биодоступность БАДа.

**ПРЕИМУЩЕСТВА МОРСКОГО ХОНДРОПРОТЕКТОРА:**

- Полностью усваивается при приеме.
- Участвует в восстановлении хрящевой ткани и обладает выраженным противовоспалительным действием.
- Замедляет разрушение суставов, способствуют уменьшению боли.

Морской хондропротектор АРТРОФИШ, полученный из

Материал подготовил Ковалев Николай Николаевич, доктор биологических наук, профессор кафедры «Биохимия, микробиология и биотехнология» школы естественных наук ДВФУ (ШЕН ДВФУ).



**БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ! ОТПУСКАЕТСЯ БЕЗ РЕЦЕПТА ВРАЧА. ВЫ МОЖЕТЕ ПРИОБРЕСТИ АРТРОФИШ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА.**

Состав 1-й капсулы: гидролизат из хрящевой ткани лосося, кальмара, ската и акулы

Рекомендации по применению: взрослым по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью, детский возраст до 14 лет.

**ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ.**

Производитель: ООО «ФармОушен Лаб», 692356, Россия, Приморский край, г. Партизанск, ул. Кутузова, д.60. Дистрибьютор и представитель в Республике Казахстан ТОО «Чено Вер», г. Алматы, Самал – 1,31,60.



ОСКАНИРУЙТЕ QR-КОД КАМЕРОЙ НА ТЕЛЕФОНЕ, ЧТОБЫ НАЙТИ НАС В МАГАЗИНЕ НА KASPIY.KZ

Более подробную информацию о продукте вы можете узнать по телефону: +7 706 641 55 29

**ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!**



CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП  
+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)



talap.com  
talap.clinic  
apteka-talap.kz



@talap.ao  
@talap.apteka



АО Талап



№12 (1366) от 22.05. 2024

# талап

Уральск. Издаётся с 1997 г.



## РАЗГОНЯЕМ ОБМЕН ВЕЩЕСТВ!

После сорока лет происходит постепенное уменьшение мышечной массы и нередко отмечается нехватка витамина D. Это приводит к замедлению метаболизма, что негативно сказывается на внешнем виде и работоспособности.

стр.4

## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ.

Щитовидная железа регулирует работу всего организма!

Заболевания этого органа не имеют ярко выраженных симптомов, поэтому людям следует проходить профилактические осмотры.

стр.2

## АСТМА – КОНТРОЛИРУЕМОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ!

30 мая отмечаются Всемирный День борьбы с астмой и аллергией. Эти заболевания нередко связаны друг с другом, – говорит аллерголог-пульмонолог Медицинского центра АО Талап Анаргуль Ернарзаровна Агатаева.



стр.3

**ОПТИКА** ТАЛАП

АКЦИЯ

Добьём СОЛНЦЕ

НА СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ ОЧКИ

**30%**

10% ПРИ ПОКУПКЕ ЦЕПОЙ УПАКОВКИ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ

СРОК ДЕЙСТВИЯ АКЦИИ ДО 31.03.2024

БӘРІ СЕДІН ДЕНСАУЛЫҒЫҢЫЗ УШІН! ВСЕ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

ПРОГРАММЫ КРАСОТЫ

ФАВОРИТ

ПРИГЛАШАЕМ НА МАССАЖ!

СКУЛЬПТУРНЫЙ МАССАЖ ЛИЦА - МЕТОДИКА БЕЗОПЕРАЦИОННОГО ОМОЛОЖЕНИЯ

+7 771 731 05 65

ПУНКТЫ ПРОКАТА ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ РЕАБИЛИТАЦИИ

КОЛЯСКИ, ХОДУНКИ И КОСТЫЛИ

Гос.лицензия №09184Д от 28.06.2007 года выдана управлением здравоохранения ЭКО.

ТАЛАП

ВСЕ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

**5%** ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА

ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ!

СКИДКА ДЕЙСТВИТЕЛЬНА ВО ВСЕХ АПТЕКАХ АО ТАЛАП. В АПТЕКАХ №26 И №7 СКИДКА ДЕЙСТВУЕТ КАЖДЫЙ ДЕНЬ.

Скидка предоставляется при наличии пенсионного удостоверения или удостоверения личности.

Лицензия №10984Д от 26.04.2007 года выдана управлением здравоохранения ЭКО.

СКАЧАТЬ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП МОЖНО ЗДЕСЬ ПО QR-КОДУ ИЛИ В APP STORE И GOOGLE PLAY ПО ЗАПРОСУ «TALAP»

ДОСТУПНО В Google Play

ЗАГРУЗИТЕ В App Store

УМНЫЙ ПОИСК ТОВАРА

ЗАПИСЬ К ВРАЧУ

БЫСТРОЕ ОФОРМЛЕНИЕ ЗАКАЗА

САМОВЫВОЗ ИЗ АПТЕКИ ИЛИ ДОСТАВКА НА ДОМ

ОТСЛЕЖИВАНИЕ СТАТУСА ЗАКАЗА

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ И АКЦИИ

БОНУСНАЯ КАРТА ВСЕГДА ПОД РУКОЙ

СТРОИТЕЛЬНО-ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ БАЗА АО ТАЛАП

**ЦЕМЕНТ • БЕТОН**

АРЕНДА СПЕЦТЕХНИКИ

ПОГРУЗЧИК • МАНИПУЛЯТОР

АВТОВЫШКА • МИКСЕР

пр. Абулхаир Хана, 2/10 | +7 705 790 5257 | +7 775 655 5000

Собственник, издатель АО «Талап» Свидетельство № K206VPU00086251 от 26.01.2024 г. выдано Министерством культуры и информации, Республиканское государственное учреждение «Комитет информации Министерства культуры и информации Республики»

Гл. редактор: С. Добряев Выходит 2 раза в месяц. Опубликованные материалы не всегда отражают точку зрения редакции. Материалы, помеченные\* публикуются на коммерческой основе. За содержание и достоверность рекламы ответственность несут рекламодатели.

Адрес редакции: 090000, Уральск, ул. Ескалиева, 126 Сайт: www.talap.com E-mail: gazeta\_talap@mail.ru Частные объявления и реклама принимаются по адресу: ул.Ескалиева, 126.

Газета набрана и сверстана в издательском центре АО «Талап»: г.Уральск, ул. Ескалиева, 126. Претензии по качеству печати принимает типография ТОО «Полиграфсервис»: 50-51-46. Распространяется бесплатно во всех аптеках АО Талап при покупке от 1000 тенге и более. Тираж: 1 950 экземпляров.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Аймак ЭКО

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58**

**ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА!**

**ПО СУББОТАМ С 9.00 ДО 13.00 ПРОВОДИТСЯ ПРИЕМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ!**

ТАКЖЕ РАБОТАЕТ КАБИНЕТ УЗИ, ПРОЦЕДУРНЫЙ, РЕНТГЕН, ЛАБОРАТОРИЯ, ФИЗИОКАБИНЕТ.

**ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**ВЫЕЗД ЭНДОКРИНОЛОГА НА ДОМ!**

**ДЖУСУПКАЛИЕВА БОТАГОЗ АЛИБЕКОВНА**

**ВЫЗОВ И СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 347-300; +7 778 749 73 00**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58**

**ДИАГНОСТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ЛОР-ОРГАНОВ**

• Проводится с помощью гибкого фиброскопа. Он позволяет подробно осмотреть верхние дыхательные пути в местах, до которых трудно добраться другими инструментами.

• Особенно широко гибкий фиброскоп используется при диагностике заболеваний у детей.

• Исследование не доставляет дискомфорта!

**ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58 И В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ АНАЛИЗОВ МОЖНО СДАТЬ С 07:30**

НАША ЦЕЛЬ – СОЗДАТЬ КОМФОРТНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ!

**ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Аймак ЭКО

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА!**

**ПО СУББОТАМ ПРОВОДИТСЯ ПРИЕМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ.**

ПО СУББОТАМ С 9.00 ДО 14.00 И ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ С 9.00 ДО 13.00 РАБОТАЕТ ДНЕВНОЙ СТАЦИОНАР И ОТДЕЛЕНИЕ ФИЗИОТЕРАПИИ.

**ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## АСТМА – ЭТО КОНТРОЛИРУЕМОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ!

30 мая отмечается Всемирный День борьбы с астмой и аллергией. Эти заболевания нередко связаны друг с другом, поэтому врачи стремятся привлечь внимание общественности к этим проблемам.

Астма и аллергия – хронические заболевания, непосредственно связанные между собой, и признанные в настоящее время наиболее быстро распространяющимися. Аллергия называют «болезнью цивилизации» – по статистике, она есть у 20% жителей планеты.

– Аллергия может проявиться в младенческом возрасте, – говорит аллерголог–пульмонолог Медицинского центра АО Талап Анаргүл Ерназаровна Агатаева. – Атопический дерматит нужно лечить сразу, само не пройдет. Иначе он будет усиливаться, и вполне возможно, аллергия распространится на слизистые оболочки. Начнется аллергический ринит, что в дальнейшем может привести к развитию бронхиальной астмы.

Необходимо обратиться к врачу и сдать анализы, чтобы выявить причину аллергии. В лаборатории Медицинского центра АО Талап можно провести все необходимые исследования. Нередко атопический дерматит я наблюдаю у грудничков, когда кормящая мама съест какие–то аллергенные для малыша продукты.

Состояние желудочно–кишечного тракта напрямую связано с возникновением аллергии. Она часто развивается при дисбактериозе, заболеваниях желудка. Поэтому лечение аллергии всегда комплексное, врач назначает наружные средства, антигистаминные препараты, пробиотики. В большинстве случаев аллергия поддается лечению, главное – не тянуть с визитом к врачу и точно выполнять все рекомендации!

Бронхиальная астма – хроническое заболевание, при котором в стенке бронха развивается воспаление, которое

чаще всего возникает в результате действия аллергенов. Иногда астма развивается как следствие перенесенной вирусной или бактериальной инфекции – уже в зрелом возрасте. Астма, как и аллергия, – наследственные заболевания. Если они есть у родителей, то с большой степенью вероятности проявятся и у детей. В таких случаях нужно заранее беспокоиться о здоровье ребенка – исключить аллергенные продукты, вести здоровый образ жизни, следить за здоровьем ЖКТ.

**„ Полностью вылечить астму невозможно, но с помощью медикаментов можно избавиться от симптомов и предупредить новые приступы. Для лечения аллергической астмы применяют ингаляционные формы кортикостероидов. Сегодня астма – контролируемое заболевание. С помощью новых препаратов удается существенно повысить качество жизни таких пациентов.**

## Щитовидная железа регулирует работу всего организма!

25 мая – Всемирный день щитовидной железы. Заболевания этого органа не имеют ярко выраженных симптомов, поэтому людям следует проходить профилактические осмотры.

Основной функцией щитовидной железы является выработка тиреоидных гормонов, которые стимулируют обмен веществ в клетках, поддерживают работу головного мозга, сердца, опорно–двигательного аппарата, репродуктивной и иммунной систем. Заболевание щитовидной железы влечет за собой сбои в жизнедеятельности всего организма.

– Сегодня растут показатели по заболеваемости гипотиреозом, – говорит эндокринолог Медицинского центра АО Талап Ботагоз Алибековна Джусупкалиева. – Эта болезнь начинается практически бессимптомно. Вернее, недолго со здоровьем могут быть, но люди никак не связывают их со щитовидной железой. Люди жалуются на запоры, боли в суставах, выпадение волос, снижение настроения и внимания, на депрессию, слабость и утомляемость. Практика показывает, что к эндокринологу они приходят, уже обходя несколько специалистов. К нам нередко направляют пациентов кардиологи – с жалобами на учащенное сердцебиение или брадикардию. Из–за снижения функции щитовидной железы также может повышаться уровень холестерина.

Чтобы вовремя отреагировать на отклонения в работе щитовидной железы, нужно хотя бы раз в год проходить обследование у эндокринолога. «Сдайте анализ на тиреотропный гормон (ТТГ). Если показатель выше 4, то есть повод обратиться к эндокринологу, – объясняет Ботагоз Алибековна. – Если гипотиреоз развивается в детском возрасте, это может привести к задержке роста и развитию умственной отсталости, в подростковом возрасте – к задержке полового созревания.

У женщин гормональные нарушения могут быть причиной бесплодия. В пожилом возрасте не леченый гипотиреоз может привести к грозному осложнению – гипотиреозной коме.

Лечение гипотиреоза проводится синтетическими аналогами гормонов щитовидной железы, которые по своему строению идентичны природным. Врач подбирает лечение в зависимости от возраста и веса. Расчет тиреоидных гормонов разный, в зависимости от сопутствующих состояний и заболеваний. Прогноз заболевания благоприятный, при правильно подобранном лечении все симптомы регрессируют.

### СИМПТОМЫ БОЛЕЗНЕЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ:

- мышечная и суставная боль
- дискомфорт в области шеи
- выпадение волос
- раздражение кишечника
- нерегулярный менструальный цикл
- депрессивность и тревожность
- неожиданные изменения в весе
- высокая утомляемость
- учащенный пульс и сердцебиение
- дрожь в руках, потливость
- частые головокружения и приступы слабости

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.



## НОВЫЕ АПТЕКИ АО ТАЛАП: АКЦИИ И СКИДКИ!

С начала 2024 года на новом месте открылась аптека АО Талап в поселке Деркул, а также начала работать аптека №110 в центре города, рядом с остановкой «Юбилейная».

В новых аптеках работают лучшие специалисты Аптечной сети АО Талап.

– На новом месте наша задача – расположить к себе посетителей, показать все достоинства аптек АО Талап, которых на самом деле немало, – говорит заведующая аптекой 110 Наталья Сергеевна Дегтярева. – У нас налаженное производство: лекарства хранятся и перевозятся с соблюдением всех норм, что гарантирует безопасность. В аптеке широкий ассортимент лекарств и медицинской техники, ортопедических товаров. Фармацевты рады посетителям, мы всегда готовы подсказать и дать добрый совет!

Сейчас в аптеке №110 на проспекте Назарбаева, 224 проводятся акции: идет розыгрыш подарков по чекам. Вы покупаете в аптеке любой товар, кладете чек со своими дан-



ными в прозрачную емкость – и ждете Розыгрыша, который состоится 3 июня в прямом эфире на странице Instagram talap.ao.

По понедельникам (с 14 до 17) и средам (с 10 до 13) – в аптеке проводятся клиентские дни. Провизор–информатор рассказывает о лекарствах и отвечает на вопросы посетителей.

Аптека 102 в поселке Деркул переехала в новое помещение, намного просторнее и удобнее прежнего. Построен мостик с перилами, чтобы людям было удобно подходить к дверям. Здесь также проводится розыгрыш подарков. Сбор чеков продолжается, а Розыгрыш состоится 1 июня – также в прямом эфире Instagram. Каждую неделю по пятницам с 14 до 17 часов в аптеке 102 проходят клиентские дни. В новых аптеках действует 5% скидка на товары – для пенсионеров.

В аптеках АО Талап все предусмотрено для удобства посетителей!

## СОХРАНИ ЖЕЛУДОК СМОЛОДУ!

Всемирная организация гастроэнтерологов отмечает 29 мая как День здорового пищеварения.

Статистика показывает: 50–60% населения страдают от заболеваний органов пищеварительной системы. В крупных городах эта цифра увеличивается порой до 90%! Это связано с разными факторами, среди которых первоочередную роль играют неправильное питание, качество продуктов, вредные привычки, а также стрессы.

– Для того чтобы сохранить здоровье ЖКТ, есть простые правила: трехразовое питание, полноценный отдых, здоровый сон не менее 7 часов. Сократить до минимума газированные напитки, соусы, фастфуд, снеки, в которых содержится много сахара, – говорит гастроэнтеролог Медицинского центра АО Талап Анна Михайловна Рябова. – В рационе должны быть овощи, богатые клетчаткой; достаточное количество жидкости. Для здоровья пищеварительной системы важно движение: ходьба, плавание, велосипед. Рекомендуется избегать переедания, а отдать предпочтение меньшему количеству принимаемой пищи при большем количестве её приёмов. То есть придерживаться принципа «меньше, но чаще».

– Если человек пришел к врачам с жалобами на дискомфорт в желудке, какие обследования ему назначают?

– Здесь подход индивидуальный. Кому–то достаточно биохимического анализа крови. Но чаще всего нужны УЗИ органов брюшной полости, фиброгастроскопия. Как правило, к нам приходят с хроническими формами гастрита. В большинстве случаев причиной является бактерия хеликобактер пилори. Такая инфекция передается при общем использовании посуды, поцелуях. Как правило, если у человека выявляется эта бактерия, то и у всех членов его семьи она тоже присутствует. В АО Талап хеликобактер можно выявить с помощью уреазного дыхательного теста, анализа крови, при ФГДС–исследовании. Если тест положительный, нельзя заниматься самолечением. Врач назначит препараты и дозировки в соответствии с состоянием здоровья. По медицинскому протоколу, хеликобактер лечится в течение 14 дней, несколькими разными антибиотиками.

При хроническом гастрите необходимо постоянно придерживаться здорового образа жизни, и по мере необходимости обращаться к врачу, проходить обследования и курсы лечения. Любое заболевание гораздо легче лечить в начальной стадии!

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Аймак ЭКО

**Оздоровительный центр «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ

**ПРОГРАММЫ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

Отличный подарок!

программа

**RELAX**

УДОВОЛЬСТВИЕ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

23 800

10 839 | 19 771 731 05 | 213 397

**В ПРОГРАММАХ – КОМПЛЕКС ПРОЦЕДУР, КОТОРЫЕ СНИМУТ СТРЕСС И ХРОНИЧЕСКУЮ УСТАЛОСТЬ, УКРЕПЯТ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ, ВОССТАНОВЯТ ЭНЕРГИЮ И ЖИЗНЕННЫЙ ТОНУС!**

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00. СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00. СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**МРТ, КТ, УЗИ**

**ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Аймак ЭКО

**В ОЦ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ФИТНЕС ДЛЯ ЛИЦА**

КОМПЛЕКСНЫЙ МАССАЖ ЛИЦА ПОВЫШАЕТ ТОНУС КОЖИ, УЛУЧШАЕТ КРОВОТОК В ТКАНЯХ, СНИМАЕТ ОТЕКИ И ПОДТЯГИВАЕТ ОВАЛ ЛИЦА.

- **Face fitness:** массаж воротниковой зоны, головы и пластический Face fitness – 10 200 тг.
- **New face:** скрабирование, маска, массаж лица Кюбидо – 6 000 тг.
- **Beauty plus:** массаж воротниковой зоны, головы, массаж лица Кюбидо и массаж лица по Жаке – 13 700 тг.
- **Lifting эффект:** массаж воротниковой зоны, головы, массаж лица Скульптурный, массаж лица по Жаке, маска – 15 200 тг.
- **«Недельное преображение»** Программа на 5 дней: все перечисленные виды массажа лица, массаж шеи и головы – 23 700 тг.

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00. СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00. СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)

®



ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ SOLGAR.KZ



## ПОЛЬЗА ЦИНКА



INSTAGRAM SOLGAR.KZ

Большинству из нас знакомы такие минералы, как кальций, магний, калий, но как насчет цинка?

**Цинк – это микроэлемент, то есть он требуется организму в совсем небольших количествах, но при этом он необходим для осуществления жизненно важных биохимических реакций в более чем 300 ферментах.**

Какую же функцию выполняет этот минерал и что нужно знать о цинке, как выбрать подходящую форму БАДа с цинком?

### ДЛЯ ЧЕГО ЦИНК НУЖЕН ОРГАНИЗМУ?

Цинк необходим для многих функций организма. Он играет важную роль в формировании цепочек ДНК, росте клеток, построении белков и поддержании иммунной си-

стемы. Поскольку цинк участвует в обеспечении роста и размножения клеток, в период быстрого роста, например, в детстве, подростковом возрасте и во время беременности, важно получить достаточное количество цинка.

### ЦИНК И ИММУНИТЕТ

Цинк играет важную роль во многих аспектах иммунной системы. Он способствует росту и функционированию клеток иммунной системы, включая Т- и В-клетки, которые помогают организму защищаться от чужеродных веществ (антигенов). Цинк является антиоксидантом, способствует повышению сопротивляемости организма к инфекциям.

### ЦИНК И ЗДОРОВЬЕ КОЖИ

Цинк регулирует деятельность сальных желез, справля-

ется с жирным блеском и воспалениями на коже; препятствует выпадению волос. Организму цинк необходим для синтеза нового коллагена. Коллаген – это структурный белок, который является основой здоровой и сияющей кожи. Здоровая кожа усиливает иммунитет, поскольку кожа служит первой линией защиты организма

### ПРОДУКТЫ, БОГАТЫЕ ЦИНКОМ

Многие продукты содержат цинк. Мясо, птица и морепродукты являются его лучшими источниками. Его также можно найти и в некоторых растительных продуктах, таких как бобовые и цельные злаки. Однако эти продукты также содержат соединения, которые могут образовывать связь с этим минералом, снижая его усвояемость. При нехватке цинка в рационе, прием БАДов – простой и эффективный способ его получить

**ПИКОЛИНАТ ЦИНКА... ХЕЛАТ ЦИНКА... ЦИТРАТ ЦИНКА В ЧЕМ РАЗЛИЧИЕ? Существует множество форм этого микроэлемента, и какая из них подходит именно вам, не всегда понятно. Какая разница между хелатом цинка, пиколинатом цинка и цитратом цинка?**



### ХЕЛАТ ЦИНКА

Аминокислотные хелаты помогают повысить растворимость и делают усвоение оптимальным, а также щадят желудок. Solgar предлагает хелатный цинк, который связан с аминокислотой глицин.

Хелат цинка благотворно влияет на здоровье кожи, может выполнять функцию антиоксиданта и поддерживает здоровье иммунной системы. Хелатная форма обеспечивает его оптимальное усвоение.



### ПИКОЛИНАТ ЦИНКА

Пиколинат цинка получают при связывании цинка с органической кислотой – пиколиновой кислотой. Пиколиновая кислота является метаболитом аминокислоты триптофан, которая естественным образом образуется в организме. Пиколинат цинка – это биодоступная форма цинка.

Пиколинат цинка содержит 22 мг цинка с пиколиновой кислотой.



### ФЛАВО ЦИНК

Флаво-цинк представлен в виде органической формы цинка (цитрат и глюконат) с высокой степенью биодоступности.

Продукт «Флаво-цинк» представлен в пастилках для рассасывания с приятным лимонным вкусом.

Данная форма выпуска цинка в пастилках позволяет получить местный антибактериальный эффект в полости рта.

От поддержки иммунитета до здоровья кожи – цинк играет важную роль во многих функциях организма. Такие продукты питания, как моллюски, говядина, мясо птицы, бобовые и цельные злаки, являются отличными источниками цинка, а с помощью добавок, содержащих цинк, можно с легкостью получить всю пользу этого минерала.

**Если у Вас остались вопросы по продукту – специалисты Solgar с удовольствием проконсультируют Вас в будние дни, с 09:00 до 18:00 по телефону: +7 (727) 311 14 44**

ПРОДУКЦИЯ биологически активная добавка к пище Хелат цинка №RU.77.99.11.003.R.001079.04.20 от 29.04.2020  
ПРОДУКЦИЯ биологически активная добавка к пище Пастилочки флаво-цинк-№RU.77.99.11.003.E.003114.09.19 от 02.09.2019  
ПРОДУКЦИЯ биологически активная добавка к пище Пиколинат цинка-№RU.77.99.11.003.E.002741.08.19 от 05.08.2019

**ВНИМАНИЕ! ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!**

# РАЗГОНЯЕМ ОБМЕН ВЕЩЕСТВ!

*После сорока лет происходит постепенное уменьшение мышечной массы и нередко отмечается нехватка витамина D. Это приводит к замедлению метаболизма, что негативно сказывается на внешнем виде и работоспособности.*

Первопричина лишнего веса – неправильный обмен веществ в организме. Необходимо выявить причину замедленного метаболизма.

### ПРИЧИНЫ ЗАМЕДЛЕНИЯ МЕТАБОЛИЗМА:

- малоподвижный образ жизни;
- неправильное питание, частое употребление фастфуда и алкогольных напитков;
- генетическая предрасположенность к полноте;
- нарушения в работе эндокринной системы, гормональные сбои.

Способы разгона обмена веществ на дому простые: правильное питание, занятия спортом, здоровый сон, насыщение организма необходимыми витаминами.

Чтобы помочь организму и ускорить обмен веществ, можно подобрать специальные БАДы. В них содержатся витамины и микроэлементы, которые участвуют в метаболизме глюкозы, улучшают процесс сжигания жиров, уменьшают тягу к сладкому.

В аптеках АО Талап имеются БАДы, улучшающие метаболизм. Обратитесь к фармацевту, специалист подберет нужное средство!



Гос.лицензия №0013401 от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗКО.

## НАЛИЧИЕ ВАКАНСИЙ В АО ТАЛАП

Врачи всех специализаций: образование высшее, медицинское; наличие сертификата специалиста, наличие специализации, стаж работы не менее 3-х лет.

- Мануальный терапевт;
- Врач невролог детский;
- Врач хирург детский;
- Врач сосудистый хирург;
- Врач гинеколог;
- Врач лучевой диагностики;
- Врач педиатр;
- Врач дерматолог;
- Врач уролог;
- Медсестра ПИТ;
- Медсестра общей практики;
- Медсестра хирургического кабинета;
- Медстатист;
- Фельдшер-лаборант;
- Акушерка;
- Инструктор аквааэробики;
- Фармацевт;
- Менеджер коммерческого отдела;
- Администратор клиники;
- Продавец-консультант в Аптечную сеть;
- Категорийный менеджер по лекарственным средствам;
- Фармацевт интернет аптеки;
- Техник-оптик;
- Электромеханик по ремонту и обслуживанию медицинского оборудования; Электромонтажник по ремонту и обслуживанию ОПС и сплит систем;
- Электромонтер;
- Штукатур-маляр;
- Ведущий радио эфира (русский язык);
- Водитель на спецтехнику «МИКСЕР», «МУСОРОВОЗ»
- Помощник воспитателя;
- Санитарка, техника;
- Рабочий;

Телефоны для справок: 50-07-95; 50-76-59  
(КОЛЕСИНА Елена Владимировна)

E-MAIL: E.KOLESIINA@TALAP.COM УЛ. ЕСКАЛИВА, 126; КАБ.118

## Детское молочко для детей старше года

- Развитие мозга
- Поддержка иммунитета
- Комфортное пищеварение



nutrilak.com

@nutrilak\_

@nutrilak\_kz

Для питания детей раннего возраста предпочтительнее грудное вскармливание. Перед введением смеси (или продукта) необходима консультация специалиста. Товар сертифицирован.

### УСЛУГИ

- РЕМОНТ телевизоров, холодильников, морозильников, стиральных и посудомоечных машин, кондиционеров, автокондиционеров, водонагревателей, бойлеров, титанов, СВЧ микроволновок, электр.оборудования, вытяжек, мясорубок, миксеров, блендеров, мультиварок, компьютеров, ноутбуков, планшетов, заправка и обслуживание. Большой опыт работы, оригинальные запчасти всех марок.
- Тел.: 8-747-604-77-48

### ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДАСТ

- УАЗ 396255-330 г/н цв.белая ночь
- Бетоносмеситель МЕТЕМ - для изготовления кирпичей полистирол
- Установка по фасовке сыпучих материалов
- Погрузчик Амкадор
- Контейнер 40-тонник

Телефоны для справок: +7 705 621 60 92; +7 747 536 72 46; +7 776 212 77 93

### СДАЮТСЯ В АРЕНДУ

- Отдельно стоящее здание 611,8 кв.м в центре города по ул. Хусаинова, 58. (остановка Ахмедьяр Батыра).
- Отдельно стоящее здание 900 кв.м в центре города по улице Ихсанова, 44/2. (напротив сш №21).

ВСЕ ЦЕНТРАЛИЗОВАННОЕ, ИМЕЕТСЯ БОЛЬШАЯ ПАРКОВКА, ПОЖАРНО-ОХРАННАЯ СИГНАЛИЗАЦИЯ.

Тел. для справок: 8 705 621 6092, 8 702 007 2214

### СДАЕТСЯ В АРЕНДУ

- МАНИПУЛЯТОР С ВОДИТЕЛЕМ, кузов 6 метров длина, грузоподъемность 6 тонн. Стоимость аренды 12 000 тг. в час.
- Телефон: 8 747 536 72 46

### КУПОН ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ

ДЛЯ БЕСПЛАТНОГО РАЗМЕЩЕНИЯ В ГАЗЕТЕ «ТАЛАП»

**ПРОДАМ • КУПЛЮ • МЕНЯЮ ОТДАМ • ИЩУ РАБОТУ**  
(Нужную рубрику подчеркнуть)

Ваш контактный номер телефона для объявления: +7

Текст объявления писать печатными (разборчиво) буквами. Купоны принимаются во всех аптеках сети АО Талап. Крайний день приема купонов в аптечной сети АО Талап для публикации в текущий номер – пятница до 18:00. Объявление будет размещено 1 раз в текущем номере газеты «Талап».

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58**

### КОЛОНОСКОПИЯ НА АППАРАТЕ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ OCEMPLUS - ДЕЛИКАТНО И ПРОФЕССИОНАЛЬНО!

- Точная диагностика
- Удаление полипов
- Биопсия

**ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОВОДИТ ВРАЧ-ЭНДОСКОПИСТ ДАМИР МУРАТОВИЧ СЕРГАЛИЕВ (СТАЖИРОВАЛСЯ В ЯПОНИИ).**

Запись по телефону: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)

**ПУНКТЫ ХИМЧИСТКИ ЛОТОС ЖДУТ ВАС**

**ХУСАИНОВА, 58 ТД АТРИУМ 1 ЭТАЖ, РЯДОМ С МАГ. «INTERTOP» ТД ЖЕНИС (6-Й МКР.)**

Тел.: 235 075, +7 776 923 50 75

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

### ПРИГЛАШАЕМ ПЕНСИОНЕРОВ УРАЛЬСКА В ШКОЛУ ДОЛГОЛЕТИЯ АО ТАЛАП!

НА ЗАНЯТИЯХ ВЫ УЗНАЕТЕ, КАК НА ДОЛГИЕ ГОДЫ МОЖНО СОХРАНИТЬ БОДРОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ. В ПРОГРАММЕ - ЧАЕПИТИЕ С ЛЕКАРСТВЕННЫМИ ТРАВАМИ И ВЫСТАВКА СОВРЕМЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ ПРИБОРОВ И БАДОВ.

Занятия проводятся **БЕСПЛАТНО** – по понедельникам, в Медицинском центре АО Талап по адресу ул. Оракбаева, 18.

Записывайтесь по телефону 50 07 95

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

### ШКОЛА БУДУЩИХ МАМ В АО ТАЛАП ОБЪЯВЛЯЕТ НАБОР В НОВУЮ ГРУППУ!

ПРИГЛАШАЕМ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН – ОТ 20-Й НЕДЕЛИ.

На занятиях вы узнаете об изменениях в женском организме во время беременности, научитесь правильно проходить роды. В программе – беседы с эндокринологом, педиатром и другими специалистами.

**ПРОЕКТ СОЦИАЛЬНЫЙ, ЗАНЯТИЯ ПРОВОДЯТСЯ БЕСПЛАТНО!**

Записывайтесь по телефону 8 747 463 47 39 (пишите сообщения в WhatsApp)

Гос.лицензия №6570186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО, Алматы ЗКО.

### ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58

**ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ**  
Индивидуальный подход к ребенку. Лечение и удаление зубов без стресса и боли. Ортодонтическое лечение с помощью трейнеров и пластинок, установка брекет-систем.

**ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ**  
Безболезненное лечение зубов; восстановление разрушенных зубов фотополимерами; лечение пародонтоза ультразвуковым аппаратом «Вектор».

**ХИРУРГИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ**  
Проведение амбулаторных операций: удаление зубов, иссечение уздечки языка, иссечение «капюшона»

**ДЕНТАЛЬНАЯ ИМПЛАНТАЦИЯ**  
Ортопедическая стоматология: металлокерамика; безметалловая керамика. Простые металлические протезы, протезы из драгметалла и пластмассы. Биогельное протезирование с замковым креплением. Съёмные протезы - акриловые и нейлоновые.

**CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП**  
+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300

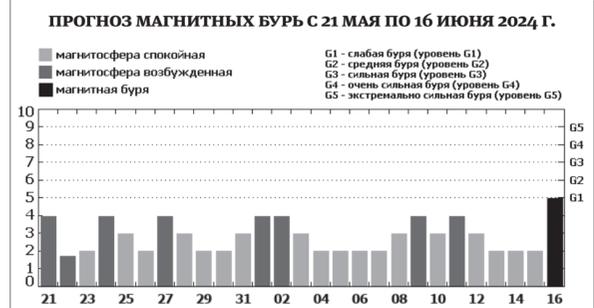
	Валюта со звездочками	Итальянская золотая монета	Медведь-гора в Крыму							
Цель киднеп-пинга					Город в Мурманской области			Созерцательная школа буддизма		
Метеосар		Небесный инкогнито	Опера Рахманинова							
			Пришелец	Черпак экскаватора			Юбка-коротыш			
		Птица розового цвета	Джордж Буль как ученый				Натаскивание на плацу			
Десять чарок	Гавайская девочка (мульт.)		Кто верит в нереальное?						Полковое звание в кавалерии	Злодеяние беглого кассира
		Кто спел про Ямайку?	Рутинка туалетного бачка			Фильм «Дьявол носит ...»		Слова к лезгинке		
Певичка Фицджеральд	Захаров		Хочмач с красным носом	Штирлиц по своей сути					Умный извлекает из ошибок	Индец
		Ищеева			Река, что литаает Балхаш	Камедь, пока она не застыла	Пуля в отличие от губы			
Вуд-пеккер	Военный альянс		Цвет животного				В сказе его царь Петр женил			
		Современный Карфаген				Милосердие				
«Крик» тормозов	Сарай для снопов		Собачий хопод (разг.)					Текстильных дел мастер		

?	1	?	2	?	3	?	4	5	6	?	7	?	8	?	9	?	10
11				?		?			?	12							
?		?			?	13				?		?			?		
14				15	?				?	16							
?		?		?	17					?		?			?		
18	?	19	?	20	?		?		?	?	21	?	22	?	23	?	
24								?	25	?	26						
	?	?		?	?		?	27			?	?		?	?		
28					?	29	?		?		?	30					
	?	?		?	?		?		?		?	?		?	?		
32					?		?		?		?	33					
	?	?		?	?		?		?		?	?		?	?		

### КРОССВОРД

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:**  
4. Нервный «грунт» стресса. 11. Основание для принятия решения суверенным человеком. 12. «Шоу» для мамы и папы. 13. «Окоп» для театральных прожекторов. 14. Глупый обитатель жирного тела. 16. Пропитанное письмо. 17. Загрebuющий трактор. 24. Природная пакость, отменяющая вылет в аэропорту. 26. При помощи этого сплособа папа Карло сделал себе сына. 27. «Верхняя планка» экспорта. 28. Средний из кинотройки. 30. Похлёбка за решёткой. 31. Ходячая ворона. 32. Дока по зверюгам. 33. «Кругооборот» чертёжника. 34. Завсегдатая оптики.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:**  
1. Мера, не подходящая для измерения России. 2. Замыкающая в строю греческого алфавита. 3. Место, расположенное «в стороне от других». 5. Опухшие блины. 6. Знак препинания, стремящийся докопаться до истины. 7. «Кастинг» в мире животных. 8. «Универсальный солдат» чёрно-белых полей. 9. «Коллаж» из кадров новой серии. 10. Ветряной «взрыв». 15. Большая или малая потребность. 16. Знойная женщина для поэта. 18. Манеры псевдоаристократов. 19. «Министр культуры» среди олимпийских богов. 20. Менделеевская шестёрка. 21. Валенки по-индейски. 22. Работа в режиме цейтнота. 23. «Длинный» орешек. 25. Светило пленительного счастья. 26. Деревянные «шторки» окна. 29. Дневной перекус бизнесменов.



И	В	С	А	Ю	Д	А	Г
Е	В	К	У	П	Э	Л	К
З	О	Н	Д	Т	К	Б	М
Ш	Т	О	Ф	Л	О	Г	И
Э	Л	А	О	С	М	В	Н
Д	Л	М	А	К	А	Ш	И
В	У	Д	И	Е	Л	Е	Н
В	И	З	Г	Т	У	Н	И
М	О	В	И	Н	Д	У	Б
Т	К	А	К	А	С	А	А

Индикация: 25. Звезда. 26. Станция. 29. Ланч. 19. Апокалипсис. 20. Удод. 21. Москва. 23. Анан. 10. Плутон. 15. Нунда. 16. Нептун. 18. Сатурн. 3. Отшель. 5. Океан. 6. Вопрос. 7. Отбор. 8. Ферзь. 9. Цирк. 24. Океан. По вертикали: 1. Армия. 2. Омега. 28. Ваня. 30. Ваня. 31. Развал. 32. Звонор. 33. Бурьянец. 24. Нептун. 26. Странник. 27. Квота. 17. Рампа. 13. Пляшка. 16. Морзянка. 12. ОТВЕТЫ: По горизонтали: 4. Почва. 11. Примета. 12. Злодеяние. 13. Кавалерия. 14. Мухомор. 16. Письмо. 17. Трактор. 24. Пакость. 26. Картофель. 27. Пластилин. 28. Кинотройка. 30. Похлёбка. 31. Ворона. 32. Дока. 33. Кругооборот. 34. Оптика.