



- Широкий ассортимент товаров
- по самым лучшим ценам! • Продукты социального значения
- **ул. К. Жумагалиева, 16Б** (дом Карева, угол пр. н. назарбас
- п. Мичурино, ул. Магистральная, 1А
- **ул. Есенжанова, 34** (ост. нефтебазај
- ı. Деркул, ул. С.Лазо, <mark>14</mark>А





НАКОНЕЦ-ТО ГУЛ В УШАХ ИСЧЕЗ!

72-летний бывший инженер Жак живет со Принимаю таблетки Тоне своей женой в Камарге, на юге Франции. В «Я пью Тоне уже несколько месяцев и очень течение многих лет Жак работал в строительной отрасли, где никогда не стихает шум. Со временем он почувствовал, что у него ухудшился слух и появился гул в ушах...

Узнал о таблетках Тоне

Изменения слуха я заметил 15 лет тому назад. Я «Теперь я могу наслаждаться тишиной, —

Однажды я прочитал в журнале о таблетках для слуха Тоне и подумал о том, что эти таблетки могут быть тем, что мне нужно, поэтому решил их попробовать».

ФАКТЫ О ТОНЕ

Тоне содержит экстракты гречихи, черники, корня альпинии, шишек хмеля, гинкго билоба, а также ниацин, калий и магний.

Магний помогает поддерживать нормальный электролитный баланс, а экстракт листьев гинкго билоба улучшает периферическое кровообращение, что особенно важно для хорошего слуха. Электролиты – это различные соли и минералы, которые создают в орга-

низме электрические импульсы. Следовательно, они также важны для нормального слуха. Электролиты нужны организму, как топливо для автомобиля.





счастлив, потому что чувствую, что мой слух нормализовался, а гул в ушах исчез. Я доверяю таблеткам Тоне и пью их каждый день. Мои друзья, которым я их рекомендовал, тоже довольны».

Долгожданная тишина

ощутил, что начал хуже слышать, меня начал говорит Жак, - тем особым умиротворением, утомлять гул в ушах. Очень часто я чувствовал которое приходит, когда я сижу на берегу озера себя так, словно находился в центре большого или гуляю в лесу. Та чудесная тишина, которую мегаполиса, где никогда не утихает шум. Я жил нарушает только щебетание птиц, плеск рыбы в с этой проблемой много лет, и никто не мог мне воде или шелест листьев у верхушек деревьев. **Тоне** определенно заслуживает доверия!».



НЕ ОСЛАБЛЕН ЛИ ВАШ СЛУХ? • Часто трудно понять слова собеседника. Во время разговора часто переспрашиваю • Некоторые звуки раздражают или навязчивы. • Звенит в ушах, иногда кружится голова. • Избегаю разговоров с окружающими, так как чувствую Если вы положительно ответили хотя бы на три из приведенн утверждений - ваш слух может быть ослаблен.

РАДИО О'КЕЙ

РАБОТА

НА РАДИО

Менеджер по рекламе (полная занятость)

8 771 202 10 06

3 777 505 02 78

Ведущий эфира русской службы

(неполный рабочий день)

ПРОДАЁТСЯ В АПТЕКАХ И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ















тет 2 таблетки в день, запивать стаканом воды, во время еды. **Противопоказания:** лицам моложе 14 лет, а также лицам, имеющим индивидуальную непереносимость к компонентам продукта, п беременности, кормлении грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. **Изгото витель:** New Nordic Healthbrands AB, Södra Förstadsgatan 3, SE - 211 43, Malmö, Швец Адрес производства: Propharma A/S, Skarremosevej 11-14, DK-3230 Blistrup, Graested, Дания. Представитель, уполномоченный на принятие претензий в Республике Казахстан: Филиал ЗАО New Nordic (Нью Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, Шарипова, 90, оф. 308/4. СоГР. BY.70.06.01.003.



Собственник, издатель АО «Талап» Свидетельство о регистрации №10362-Г выдано Министерством культуры и информации. Комитетом информации и архивов РК от 28.08.2009г.

Гл. редактор: С. Добряев

Опубликованные материалы не всегда отражают точку зрения редакции. Материалы, помеченные ® публикуются на коммерческой основе. Перепечатка материалов разрешается только со ссылкой на автора и газету «Талап». За содержание и достоверность рекламы ответственность несут рекламодатели. ся по адресу: ул. Ескалиева. 126.

Адрес редакции: 090000, Уральск,

Сайт: www.talap.com E-mail: gazeta_talap@mail.ru Частные объявления и реклама прини

Газета набрана и свёрстана 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 на 1000 тенге и более. Тираж: 2 100 экземпляров.

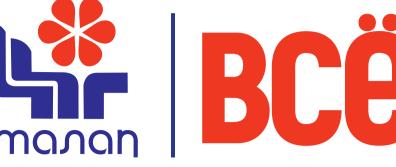


talap.com talap.clinic



© @talap.ao @talap.apteka





АКВААЭРОБИКА

– ПОДАРОК ДЛЯ

стр. 3

организма!

Профессиональный тренер,

воде, опираясь на известные

методики аквааэробики.

фитнес-инструктор Илья

Журавлёв разработал программы занятий на ВСЁЗДОРОВЬЯ!

Областной еженедельник

Nº 49 (1301) 14.12.2022

ЛЕЧЕНИЕ ГЕМОРРОЯ – БЕЗ РЕЦИДИВА!

Для хирургов-проктологов Медицинского центра АО Талап приобретен беспроводный допплер – операционный комплекс TRILOGY HAL-RAR. Дезартеризация позволяет полностью устранить любые симптомы геморроя и исключает рецидивы.

стр.3

ПАРАЗИТЫ – ВНУТРИ НАС?

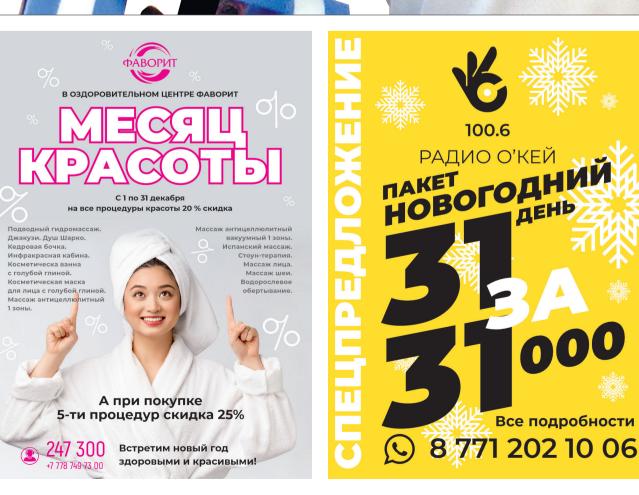
Паразиты наносят колоссальный ущерб здоровью человека. Это и интоксикация, и аллергические реакции, и другие заболевания.

стр. 4

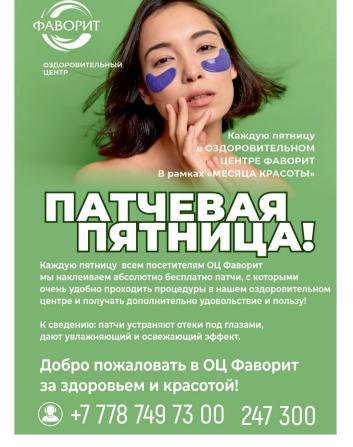
Боль в коленях ТЕРПЕТЬ НЕЛЬЗЯ!

Если у вас болят колени – это повод для беспокойства. Боль сигнализирует о начавшемся заболевании. И в дальнейшем, без надлежащего лечения, заболевание будет только прогрессировать.









КВИ: эпидемии HET, HO **ГОТОВНОСТЬ** СОХРАНЯЕТСЯ

Заместитель руководителя Департамента санитарного контроля ЗКО Нурлыбек Мустаев рассказал об эпидемиологической ситуации по сезонным инфекциям.

По словам Нурлыбека Мустаева, с начала эпидсезона в областной инфекционной больнице получили лечение РЛІК 527 человек, из них 412 дети.

Для пациентов с КВИ по области функционируют 6 инфекционных стационаров на 253 койки, из них 24 койки реанимационные.

В резерве имеются 2 184 коек.

– На сегодня в инфекционном стационаре нет пациентов с диагнозом «коронавирусная инфекция». 33 пациента получают амбулаторное лечение. При поликлиниках для наблюдения амбулаторных больных работают 42 мобильные бригады, в резерве 93, – рассказал руководитель Департамента санитарного контроля

Также он объяснил, что симптомы нового штамма «Цербер» не сильно отличаются от уже знакомого нам омикрона. Может быть повышенная температура, суставные боли, небольшой насморк, слабость, у некоторых отмечаются кишечные растройства. Штамм отличается повышенной

Эффективным способом профилактики и тяжелых исходов является вакцинация против сезонного гриппа и КВИ.

В данное время 300 801 человек получили I компонент вакцины от КВИ, что составляет 72,3% от плана. Вторым компонентом вакцированы 292 964 человек.

Первичную вакцинацию вакциной «Комирнати» компании Pfizer получили 18 055 человек, из них 461 беременных, 5 088 кормящих женщин, 6 292 подростков.

Дополнительно получено 4680 доз вакцина «Комирнати» компании Pfizer для вакцинации населения от 12 лет и старше.

Президент принял акима ЗКО

8 декабря Касым–Жомарт Токаев встретился с акимами нескольких областей Казахстана, которые отчитались об экономической ситуации в своих регионах.

паве государства был представлен доклад о реализа-■ ции основных показателей социально-экономического развития Западно-Казахстанской области. Аким региона Нариман Турегалиев рассказал о ходе реализации инвестиционных проектов и Дорожной карты занятости.

По итогам встреч Глава государства поручил новым руководителям областей продолжить работу по дальнейшему развитию регионов и повышению благосостояния населения. Также была отмечена важность обеспечения модернизации сел путем всесторонней поддержки и развития агропромышленного комплекса, обновления инфраструктуры и улучшения транспортно-логистической отрасли.

По приезду в ЗКО Нариман Торегалиев встретился с генеральным директором компании «КПО Б.В» Джанкарло Рую.



I №49 I 1301 I 14 лекабря 2022 г

В ходе встречи были озвучены производственные итоги Карачаганакского нефтегазоконденсатного месторождения, обсуждены планы развития месторождения на 2023 год.

Глава государства провел РАСШИРЕННОЕ ЗАСЕДАНИЕ ПРАВИТЕЛЬСТВА

В своем выступлении Президент РК Касым-Жомарт Токаев подвел итоги социально-экономического развития страны за этот год и наметил ключевые задачи на предстоящий период.

поддержку гражданами проводимого государством курса. щем, а здесь и сейчас. Мы должны оправдать доверие наро-

государства обозначил решение вопросов жилищно-ком- ра которых требует срочной модернизации. По предваримунального хозяйства. Он отметил, что бытовые вопротельным данным, на эти цели потребуется изыскать около сы, которые должны решаться на уровне сел и городов, 90 миллиардов тенге.

🗖 а 11 месяцев текущего года рост экономики замед- 🛮 вышли на уровень Правительства, так как различные ЧП — **5**лился с 4,6% до 2,7%. Инфляция достигла истори- в этой сфере стали обыденным явлением. Череда аварий в

ственности собственников и общей эффективности отрасли. В качестве одного из приоритетных направлений Глава Комиссией определены 19 проблемных ТЭЦ, инфраструкту-

ческих максимумов за последние 14 лет, составив 19,6%. Петропавловске, Темиртау, Экибастузе, Караганде, Актобе Прошедшие президентские выборы продемонстрировали не привела к должной реакции со стороны акимов. При Администрации Президента создана Комиссия, кото-Народ ждет реальных перемен, причем не в далеком буду-

Аквааэробика – подарок для организма!

Марина Семёнова

Профессиональный тренер, фитнес–инструктор Илья Журавлёв разработал программы занятий на воде, опираясь на известные методики аквааэробики.

– В группы подбираются люди разных возрастов, а цели у них общие: подтянуть мышцы, убрать лишний вес и поправить здоровье, – говорит Илья Аркадьевич. – Их можно быстро достигнуть с помощью аквааэробики.

В первую очередь, аквааэробика необходима для тех, у кого есть лишний вес. Обычный фитнес в таком случае утомителен, так как идет большая нагрузка на колени и позвоночник. Люди быстро утомляются, и при нашем ритме жизни постоянные занятия выдержать сложно. В воде же человек чувствует себя легче, так как вода выталкивает и человек не ощущает своего веса.

ТРАТИМ КАЛОРИИ!

— Аквааэробика – прекрасная возможность развить мышцы, не подвергая организм перегрузкам, – гохочется попробовать себя в новом фитнес-направлении, выбирайте аквааэробику!

Некоторые недооценивают водные занятия, считают их слишком лёгкими. Но это не так. За одну тренировку можно потратить около 300-600 калорий в зависимости от интенсивности занятий, метаболизма и индивидуальных особенностей.

мы куда-то исчезнут. Вода снимает стресс, и физическая ся мышцы рук, «Новички с непривычки устают, а потом при-

Похудеть просто необходимо, а ограничивать порции невозможно! С этой проблемой сталкивается большинство женщин. Взять себя в руки и с позитивом идти по пути здорового образа жизни поможет аквааэробика! В оздоровительном центре Фаворит идут групповые занятия для детей и взрослых.



НЕКОТОРЫЕ НЕДООЦЕНИВАЮТ ВОД ЗАНЯТИЯ, СЧИТАЮТ ИХ СЛИШКОМ ЛЁГКИМИ. Но это не так. За одну ТРЕНИРОВКУ МОЖНО потратить около 300–600 КАЛОРИЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕНСИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ, МЕТАБОЛИЗМА и индивидуальных ОСОБЕННОСТЕЙ.

нагрузка при этом в радость. – говорит участница группы выкают к новому виду физической активности. Если после ворит Илья Аркадьевич. – Если тренировки в зале надоели и Нелли Петровна. – Я занималась аквааэробикой еще до пандемии, а сейчас возобновила занятия. За месяц сбросила 4 дит, в отличие от обычного фитнеса на воздухе», – замечакилограмма. У нас подобралась хорошая команда. Понимаем друг друга, шутим, делимся своими новостями. После бассейна идем в сауну, закаливаемся. Я советую уральцам использовать возможность заниматься аквааэробикой!

С АКВАГАНТЕЛЯМИ И НУДЛСАМИ

Млья Журавлев начинает занятие с разминки. Он стоит на краю бассейна, показывает упражнения, а группа **— Т**юдям всегда сложно начать какое-то дело, но когда вы соберетесь и придёте в бассейн, все пробленамного тяжелее, и от этой нагрузки хорошо прокачивают-

Илья Журавлев продолжает набор в детские группы. Начинаются водные занятия с беременными. Для женщин, ждущих ребенка, физическая активность необходима. В движении организм насыщается кислородом, а это хорошая профилактика гипоксии плода. Плавание - профилактика отёков, болей в спине, вызванных нагрузкой на позвоночник.

Записывайтесь на аквааэробику по телефонам: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00

АБСУРДНАЯ ИСТОРИЯ, В КОТОРОЙ все понятно

Современный театр – это место, где собираются люди, чтобы вместе подышать, погоревать и посмеяться. Много ли таких мест? – задается вопросом режиссер Семен Филиппов. Его спектакль «Сережа очень тупой» по пьесе Д.Данилова поставлен в жанре абсурда. Премьера, состоявшаяся 10 декабря, вызвала яркий эмоциональный отклик у зрителей и артистов.

Современная драматургия отличается от классической типом конфликта. По словам Семена Филиппова, в пьесах современных авторов конфликт нередко отсутствует, и это требует творческого поиска. Как понять авторский замысел и воплотить его на сцене?

С первых минут мы узнаем в пьесе современную жизнь: молодой мужчина приходит домой с работы, ставит в духовку курицу. Он предвкушает тихий семейный вечер. Но планы сломаны, в квартиру явились незнакомцы, которые называют себя курьерами из Службы доставки. Трое мужчин принесли посылку, но они никуда не уходят. Кто это? Воры, бандиты? Странностью своего поведения они настолько напугали главного героя, что тот впадает в истерику и даже прощается с жизнью. Зритель разделяет чувства Сергея (Иван Кочубей). Курьеры (Виталий Котельников, Юрий Недопекин, Владислав Здоров) вызывают дискомфорт, они навязчивы и демонстративны. Актеры блестяще справились со своей задачей. Их реплики, жесты загадочны и непонятны, но все трое представляют собой слаженную команду. Ответ на вопрос о целях этих странных посланцев начинает проявляться не сразу. Зрители понимают, что это некий посыл к современным людям, которые за повседневной суетой и собственным эгоизмом теряют что-то важное в жизни.



Главный режиссер театра Оксана Михайловна Малуша имеет свое мнение о курьерах:

– Перед нами три странника, три ангела, которые принес-

ли добрую весть Аврааму о рождении ребенка. Библейский человек принял странников с почестями, весть о сыне подарила ему счастье. А мы рады неожиданным гостям? Ангелы приносят ребенка, но он нам не нужен...

Семен Филиппов десять лет жил в Москве, вместе с однокурсниками он создал театр «Труппа Рупор». Работал также в Центре им. Мейерхольда, в театрах Тюмени, Ярославля, Челябинска:

– Каждый театр, в котором я ставил пьесы, не похож на лругой. Уральский театр им. Островского стоит на классическом репертуаре. Поэтому в процессе репетиций нам с актерами было непросто понять друг друга. Спектакль родился в спорах. Для меня важно, чтобы зритель пытался сам ухватиться за нить конфликта. Чтобы люди посмотрели на свою жизнь со стороны и, возможно, задумались бы над своими важными вопросами...

– Я не вмешивалась в творческий процесс, но переживала: состоится ли спектакль, сработаются ли актеры с режиссером в достаточно короткий срок? - говорит Оксана Малуша. - Сейчас мы видим, что риск был оправдан. Благодарю за работу режиссёра и актёров, художника Максима Будаева. Я рада, что в нашем репертуаре появилась пьеса с другой режиссерской лексикой!

Подготовила Марина Семёнова

Инновационная методика лечения геморроя!

Для хирургов-проктологов Медицинского центра АО Талап приобретен беспроводной допплер-операционный комплекс TRILOGY HAL-RAR. Дезартеризация позволяет полностью устранить любые симптомы геморроя и исключает рецидивы.

Марина Семёнова

— **М**ы получили новейший аппарат третьего поколения, таких в нашем регионе еще нет, – говорит хирург Азамат Илекеев. - С его помощью производится дезартеризация, то есть прошивание сосудов, питающих геморроидальный узел. На втором этапе операции узел фиксируется, таким образом убирается пролапс. Операция проходит под спинальным наркозом. Метод Hal rar является новым инновационным способом лечения геморроя без рецидивов заболевания в дальнейшем.

Хирурги Азамат Алпамысович Илекеев и Асель Сабыровна Сакипкереева имеют большой опыт лечения геморроя. В своей работе используют лазерные методики. Дезартеризация стала новым этапом профессионального роста.

Сейчас операции по дезартеризации геморроя в МЦ АО Талап поставлены на поток.

Мастер-класс для врачей Медицинского центра АО Талап провела кандидат медицинских наук, доцент Роза Тулегеновна Сарсенова (Астана).

- Методику дезартеризации я использую в своей практике с 2017 года. Её основной целью является устранение самой



причины образования геморроя. Операции проходят успешно. Решиливов у пациентов не наблюдаю. – говорит Роза Тулегеновна. – После операции обезболивающие препараты используются минимально. Состояние покоя нужно обеспечить в течение недели. Если у человека нет больших физических нагрузок, через неделю можно выходить на работу.

Пациент имеет возможность вернуться к нормальному образу жизни и к трудовой деятельности уже через несколько дней после врачебного вмешательства. В Медицинском центре АО Талап созданы все условия для мастер-класса. Я благодарю своих коллег за их профессиональный интерес и теплое общение!

ОСНОВНЫМИ ПРЕИМУЩЕСТВАМИ ОПЕРАЦИИ являются:

- минимальный период проведения (20–30 минут)
- полное отсутствие болезненных ощущений
- быстрая ликвидация неприятных симптомов
- отсутствие каких-либо рубцов и разреза
- быстрое заживление большая результативность и эффективность

На консультацию к проктологу записывайтесь по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Уп

В Медицинском центре

ВЕДЕТ ПРИЁМ ДЕТСКИЙ НЕВРОЛОГ,

НУРГУЛЬ НАРИМАНОВНА ДЖУНУСОВА

ПЛАНОВЫЙ ОСМОТР ДЕТЕЙ КАЖДЫЕ ТРИ МЕСЯЦА ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ — ДО ГОДА.

Обращайтесь к врачу, если заметите у ребенка неврологические нарушения:

- дрожащий подбородок
- беспокойный сон, сопровождаемый плачем • частое и обильное срыгивание
- ухудшение сна
- ночной энурез нарушения речи
- частые головные боли

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00



В Медицинском центре

ГИНЕКОЛОГ-ХИРУРГ

ГУЛЬНУР НУРЖАНОВНА ШАЛКАРОВА

проводит интимную пластику

Доктор не первый год занимается эстетической гинекологией. В ноябре она прошла курс повышения квалификации в Турции

- Показания для вагинопластики:
- Опущение стенок влагалища • Недержание мочи
- Многократные или трудные роды с растяжением и разрывами
- Возрастные изменения, связанные с потерей тону-
- са и эластичности тканей • Потеря чувствительности при половом контакте Эстетическая гинекология помогает сделать интим-

ную жизнь женщины более комфортной и яркой! ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00



В Оздоровительном центре Фаворит на Оракбаева, 18

ВЕЛЕТ ПРИЕМ ФИЗИОТЕРАПЕВТ-РЕАБИЛИТОЛОГ

АЙБЕК АЛИБЕКОВИЧ **НУРЕКЕШОВ**

Врач помогает восстановить здоровье с помощью проверенных и эффективных методик: ультразвук, лечебный массаж, магнитотерапия, электрофорез, лечебная физкультура, лазеротерапия.

• Разработка индивидуальной программы физиопроцедур для восстановления после бронхо-легочных заболеваний, инсульта

• Разработка программы реабилитации при хронических заболеваниях опорно-двигательного аппарата: артрите, артрозе, остеохондрозе.

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00



НОВЫЕ ПУНКТЫ химчистки лотос ждут вас

тд атриум 1 этаж, РЯДОМ С МАГ. «INTERTOP»

ТД ЖЕНИС (6-й мкр.)

ТЕЛ.: 235 075, +7 776 923 50 75



Паразиты – внутри нас?

Паразиты наносят колоссальный ущерб здоровью как животных, так и человека. Различные виды паразитов могут жить под кожей, в сердце, в легких, в печени, в кишечнике, даже в глазном яблоке. Локализуясь в тех или иных органах, они воздействуют как местно, так и на организм в целом. Это и интоксикация, и аллергические реакции, и другие заболевания.

щих воспитательные и образовательные учреждения.

ЗАРАЗИТЬСЯ ПАРАЗИТАМИ возможно различными способами:

- При непосредственном контакте с зараженным челове-
- Из-за употребления плохо обработанных мяса, птицы,
- Через воду, почву, песок (в том числе во время плавания в открытом водоеме)

Дети подвержены риску заражения гораздо сильнее, чем взрослые, за счет более слабого иммунитета.

ПРИЗНАКИ НАЛИЧИЯ ПАРАЗИТОВ В ОРГАНИЗМЕ

- Потеря веса, которая не сопровождается очевидными
- причинами. . Анемия, слабость.

нервной системы.

- Обострение хронических недомоганий. Признаки аллергии – зуд, высыпания, ринит
- При появлении кишечных паразитов проявляется расстройство желудочно-кишечного тракта – рвота, боли в области живота, понос или запор. При заражении паразитами происходит интоксикация и сопутствующее ей ослабление

организма – головокружение, тошнота, мигрень, угнетение

БОЛЬШОЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ ПОЛУЧИЛИ ПАРАЗИТЫ — ПРОСТЕЙШИЕ, ПОРАЖАЮЩИЕ РАЗНЫЕ ОРГАНЫ И ТКАНИ:

 Лямблии – организмы, которые поражают тонкий кишечник и приводят к расстройству перистальтики. Заболевание часто протекает бессимптомно Трихомонады и хламидии – простейшие, вызывающие

воспаление мочеполовой системы

Особенно пагубно воздействие гельминтов на организм ребенка. Заражение яйцами глистов возможно с того возраста, когда ребенок «выходит» за пределы детской кроватки, особенно при непосредственном контакте с землей, песком, через загрязненные предметы, при контакте с животными. У инвазированных гельминтами детей развиваются неврологические расстройства. Они становятся капризными, воз-

о данным ВОЗ, в мире насчитывается более 4,5 млрд человек, болеющих паразитозами. В Европе паразитары возникновение или усиление проявлений аллергического ными инвазиями поражен каждый третий житель. Ежегодно диатеза, кишечного дисбактериоза. У детей, поражённых гельминтозами заболевает не менее 20 % детей, посещаю- паразитами, часто развивается белковая и витаминная недостаточность, приводящая к задержке физического, психомоторного и речевого развития.

Как выявить ОПАСНЫХ ПАРАЗИТОВ

амостоятельно определить и вылечить опасных жиль-**U**цов чаще всего нельзя. Тем более что они могут существовать в комплексе и, вытравив одних, вы лишь освободите место для других. Если вы подозреваете у себя или у ребенка паразитарное заболевание, обратитесь к врачу. Доктор назначит биохимический анализ крови по нескольким самым распространенным маркерам. При обнаружении паразитов назначается лечение, рекомендации врача нужно соблюдать неукоснительно.

при комплексном лечении паразитарного заболевания терапевты АО Талап назначают БАД Тройчатку Эвалар. «Тройчатка Эвалар» состоит из экстрактов трех трав: цветков календулы, чабреца, тмина. По мнению специалистов, именно эти три травяные горечи уничтожают гельминтов, а самое главное, они уничтожают их потомство – яйца. «Тройчатка Эвалар» улучшает функциональное состояние желудочно-кишечного тракта при паразитарных инвазиях.

Подготовила Марина Семёнова

COFP RU.16.01.98.003.E.000129.03.17 ot 07.03.2017



ВНИМАНИЕ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!

Боль в коленях терпеть не нужно!

Если у вас болят колени – это повод для беспокойства. При этом не имеет значения, сколько вам лет. Боль сигнализирует о начавшемся заболевании. И в дальнейшем, без надлежащего лечения, заболевание будет только прогрессировать.

Гогда у нас начинают болеть колени, это можно рассма-Птривать как своеобразный сигнал нашего организма о том, что с ним не все в порядке. Многие думают, что стоит выпить пару таблеток, перестать посещать спортивный зал, избегать ходьбы по лестнице, и проблема решится сама по себе. Может быть, поначалу боли отступят. Но не стоит доверять этому затишью – если не предпринять более серьёзных мер, болезненные ощущения вновь дадут о себе знать.

КАК НАЧИНАЕТСЯ APTP03

\Lambda ртроз – это заболевание суставов дегенеративно-дис **Т**трофического характера с постепенным разрушением хрящевой и разрастанием костной ткани. Процесс сопровождается деформацией, нарушением суставной функции и болями. Причины развития суставного дегенеративно-дистрофического процесса многообразны. Артроз - это заболевание, начинающееся постепенно на фоне врожденных особенностей строения соединительной ткани, а также длительного микротравмирования, перенесенных острых суставных повреждений и заболеваний.

Под действием всех перечисленных причин начинают постепенно разрушаться клетки хряща, покрывающего суставные поверхности костей. Хрящ сначала истончается, теряет свою эластичность, а затем растрескивается. Подхрящевая костная ткань начинает тереться о такую же полуразрушенную костную поверхность на другой стороне сочленения и разрушаться. Реакцией костной ткани на такой процесс является ее разрастание, особенно по краям сустава, что приводит к ограничению подвижности и суставной деформации. Процесс длительный, поначалу он никак себя не проявляет, так как хрящевая ткань не содержит нервных окончаний, поэтому болевых ощущений на ранних стадиях у больных нет.

В группе риска по артрозу – женщины после 50 лет, мужчины после 40 лет, а также люди, занимающиеся тяжелым физическим трудом, профессиями, связанными с длительным пребыванием в положении стоя, спортсмены.

Для профилактики СУСТАВНЫХ

Сбалансируйте свой рацион. Даже если питание хряща ■ уже нарушено, дистрофический процесс в суставе мож- эластичной. но сдерживать при помощи полезной пищи. Ешьте больше хрящей, желе, холодца. Ежедневно потребляйте овощи и молочные продукты. Сократите количество сладких фруктов, крахмала и полуфабрикатов.

🚗 Следите за массой тела. Опорно-двигательная система человека построена по принципу перераспределения нагрузки между мелкими и крупными суставами, поэтому избыточный вес особенно сказывается на состоянии основных сочленений. Например, коленный сустав «ощущает» кажлый лишний килограмм как пять.

■ Поддерживайте водно-солевой баланс. Из-за обезво-■ живания организма сердечно-сосудистая система не может нормально справляться с транспортировкой питательных веществ. Нутриенты хуже поступают в «периферийные» ткани – и в первую очередь страдают хрящи. Ведь они лишены капилляров и питаются только за счет синовиальной жидкости. Чем ее меньше – тем менее эластичен хрящ, и тем более он уязвим.

Откажитесь от вредных привычек. Они заставляют пе-**4** • чень, почки и сердце работать «на износ». Кофе, алкоголь, сигареты обезвоживают организм, нарушают обмен веществ, делают кости хрупкими и снижают иммунитет.

 Ведите активный образ жизни. Для профилактики су-🔵 ●ставов не нужны изнурительные тренировки – достаточно ежедневной зарядки и периодических разминок. Они улучшают питание тканей и кровообращение, а также сохраняют мышцы в тонусе, которые являются дополнительной страховкой для суставов.

ВНИМАНИЕ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!

В ГРУППЕ РИСКА ПО АРТРОЗУ – ЖЕНЩИНЫ ПОСЛЕ 50 ЛЕТ, МУЖЧИНЫ ПОСЛЕ 40 ЛЕТ, А ТАКЖЕ ЛЮДИ, ЗАНИМАЮЩИЕСЯ ТЯЖЕЛЫМ ФИЗИЧЕСКИМ трудом, профессиями, СВЯЗАННЫМИ С ДЛИТЕЛЬНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ в положении стоя, СПОРТСМЕНЫ.

комплексном лечении суставных заболеваний врачи на-**Р**значают БАДы. Фармацевты в аптеках АО Талап рекомендуют обратить внимание на Геленк Нарунг – профилактическое средство для предотвращения прогрессирования дегенеративных процессов в суставах.

Геленк Нарунг близок к биологическому составу сухожилий, хрящей, связок и позволяет в короткие сроки обеспечить регенерацию хрящевой поверхности менисков, укрепление суставно-связочного аппарата позвоночника и других хрящевых поверхностей крупных и мелких суставов.

Геленк Нарунг (гидролизат коллагена) содержит ценные аминокислоты, способствующие восстановлению и укреплению ткани, что важно после травм и в послеоперационный

Синтез коллагена в организме зависит от достаточного количества витамина С, поэтому надо обратить внимание на своевременный прием витаминов.

Геленк Нарунг полезен людям, испытывающим большие физические нагрузки. Одновременно с исчезновением болей при приеме Геленк Нарунг укрепляются ногти и зубы, увеличивается толщина волос, кожа становится более гладкой и

Подготовила Марина Семенова

COFP RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 OT 12.01.15 ГЕЛЕНК НАРУНГ ВИШНЯ 600 ГР (НОВ) COFP.RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 ot 12.01.15



Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Уп

В Медицинском центре

ВЕДЕТ ПРИЕМ ПЕДИАТР

МАДИНА НИКОЛАЕВНА КАБАЕВА

- рекомендации по кормлению, режиму дня
- наблюдение за здоровьем ребенка своевременная диагностика болезней

профилактика детских заболеваний

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00

В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ»

ПРЕДЛАГАЕМ НОВУЮ УСЛУГУ

ТЕЙПИРОВАНИЕ

Тейпирование – способ лечения растяжения мышц, связок и травм суставов при помощи клейких лент

- Заболевания коленных и плечевых суставов
- Ушибах и растяжениях

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00

В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ»

ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ

ДЕЛЬФИНЁНОК

Закаливание и укрепление организма. Тренирует деятельность сердечно-сосудистой, ды-

хательной и нервной систем Создает основу для всестороннего физического развития.

ПУСТЬ ВАШ РЕБЕНОК РАСТЕТ ЗДОРОВЫМ

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00

В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18 ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА ЗАНЯТИЯ

Улучшает сон и апптетит.

АКВААЭРОБИКОЙ

Эффективное снижение лишнего веса. Упругая и подтянутая кожа живота, бедер. Отсутствие ударной нагрузки на позвоночник и суставы. Снятие стресса.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00



ОБЪЯВЛЕНИЯ В ГАЗЕТЕ «ТАЛАП»

В КАЖДОМ НОМЕРЕ НА 10 СТРАНИЦЕ ПУБЛИКУЕТСЯ «КУПОН БЕСПЛАТНОГО ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ»

Отметив рубрикатор и написав текст объявления, вы можете оставить купон во всех аптеках сети АО Талап. Объявление будет размещено 1 раз в текущем номере газеты «Талап». Крайний день приема купо-

нов в аптечной сети АО Талап для публикации в текущий номер – пятница до 18:00.

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

В АО ТАЛАП **ТРЕБУЮТСЯ**

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

ское; наличие сертификата специалиста.

- Медсестра хирургического кабинета.
- Воспитатель.
- Фармацевт
- Продавец оптики. Администратор клиники.
- Бухгалтер-ревизор. Менеджер по приходу
- Менеджер по рекламе
- Ведущий радио эфира (русский язык). Водитель на легковой автомобиль.
- Водитель на спец.технику «Мусоровоз»
- Слесарь механик. Оформитель веночной продукции
- в Ритуальную службу.
- Санитарка, техничка.
- Экспедитор.
- Рабочий. Рабочий-копщик.

ул.Ескалиева, 126, кабинет №18 Тел.: 50 35 99 (доб. 118); 50 76 59 E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP.COM



ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА! по субботам

В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ПРОСПЕКТЕ Н.НАЗАРБАЕВА, 206

проводится приём УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

• Работает кабинет УЗИ, процедурный, рентген, лаборатория, физиокабинет.

ВРЕМЯ ПРИЕМА С 9.00 ДО 13.00

ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА! по субботам и воскресеньям

В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

РАБОТАЮТ ДНЕВНОЙ СТАЦИОНАР И ОТДЕЛЕНИЕ ФИЗИОЛЕЧЕНИЯ

ВРЕМЯ ПРИЕМА С 9.00 ДО 13.00

СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00

ГОС.ЛИЦЕНЗИЯ №00184DL ОТ 28.06.2007гОДА ВЫДАНА УПРАВЛЕНИЕМ В АО ТАЛАП **ТРЕБУЕТСЯ**

> СЛЕСАРЬ — МЕХАНИК С ОПЫТОМ РАБОТ ПО РЕМОНТУ ЭЛЕКТРООБОРУДОВАНИЯ.

Компания гарантирует:

- Полную занятость и стабильность
- Систему дополнительных социальных льгот Возможность карьерного роста.

Контактные телефоны:

50-35-99 (доб. 118); 50-76-59 E-MAIL: EVKOLESINA ÁTALAP.COM

УСЛУГИ

• PEMOHT 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 (3137)



«КОНКУРС КРАСОТЫ СРЕДИ ВЕШАЛОК для одежды»

До 20 декабря принеси вешалку в любой из приемных пунктов химчистки Лотос – и получи 5 % скидку на любую услугу и сберегательную книжку. А если твоя вешалка яркая, креативная, необычная, эксклюзивная и ОООчень красивая, то она станет экспонатом нашего музея вешалок.

Владельцы 5-ти самых красивых вешалок получат подарки:

За 1 место – бесплатная чистка пальто За 2 место – бесплатная чистка куртки (любой наполнитель) За 3 место – 20% скидка на чистку

любого излелия За 4 место – скидка 10% на чистку ковра За 5 место – чистка подушки

ПОДРОБНО О КОНКУРСЕ, МУЗЕЕ, СБЕРЕГАТЕЛЬНОЙ КНИЖКЕ, АКЦИЯХ И УСЛУГАХ ХИМЧИСТКИ ЛОТОС вы всегда можете узнать по телефонам: 235 075, 8 776 923 50 75



ПРОДАВЕЦ

В АО ТАЛАП ТРЕБУЕТСЯ

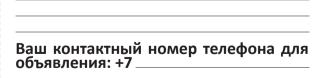
ОПТИКИ образование среднее специальное, предпочтитель-

- но медицинское; знание ПК, программы 1с:
- опыт работы в офтальмологии или в оптике; коммуникативные навыки.
 - ул.Ескалиева, 126, кабинет №18 Тел.: 50 35 99 (доб. 118); 50 76 59 E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP.COM



продам • куплю • меняю ОТДАМ • ЗНАКОМСТВА ищу работу

(Нужную рубрику подчеркнуть)



Текст объявления писать печатными (разборчиво) буквами. Купоны принимаютя 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».

НАКАПЛИВАЙТЕ лотосы! ЛотоС

воспользуйтесь НАКОПИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОИ В ХИМЧИСТКЕ ЛОТОС!

| №49 | 1301 | 14 декабря 2022 г.

• С 1 сентября наши клиенты получают накопительные книжки, на которых будут накапливаться бонусы

 – ЛОТОСЫ 5 тысяч тенге из суммы заказа = 1 ЛОТОСУ На накопленные ЛОТОСЫ вы можете – выбрать подарок из дополнительных продаж при пункте приёма – частично оплатить услуги из расчёта 1 ЛОТОС = 250 тенге.

> Заводите накопительные книжки и экономьте на чистке вещей!

> > Справки по тел.: 235 075



Организация гарантирует: Полную занятость

• Стабильность

Предусмотрены дополнительные социальные льготы

Контактные телефоны: 50-35-99 (доб. 118); 50-76-59 ОБРАЩАТЬСЯ: УЛ. ЁСКАЛИЕВА, 126; КАБИНЕТ 18

ХАБАРЛАНДЫРУ

• «Теміржол жондеу» - «СпецСтройМонтаж» ЖШС филиалы «Коршаған ортаны корғау» бөліміне «Батыс Қазақстан облысы Жәнібек ауданы Күйгенкөл және Ұзынкөл ауылдық округтерінің аумағында қайта жаңартылатын Республикалық маңызы бар «Казталовка-Жәнібек - РФ шекарасы» автомобиль жолының «95 км - 138 км» учаскесінде уақытша айналма автомобиль жолын салу және жол-курылыс материалдарын сактауға арналған аландар кезінде бузылған жерлерді рекультивациялау» жумыс жобасы аясында коғамдық талқылау нысанында тындаулар өткізеді. Тапсырыс беруші:»Теміржол жондеу» - «СпецСтройМонтаж» ЖШС филиалы, БҚО, Жәнібек ауданы, Жәнібек ауылы, Халиуллин көшесі, 1/2

E'mail:ssm_uralsk@mail.ru, тел: 8 (71135) 22236 Жоба бойынша кужаттама ecoportal.kz бірыңғай экологиялық порталда орналастырылған. Қоғамдық талкылау формасында өтетін қоғамдық тыңдаулар 22.12.2022 ж. және 28.12.2022 ж. аралығында өтеді. Әзірлеуші: «Азаматтарға арналған үкімет» Мемлекеттік корпорациясы» коммерциялык емес Акционерлік қоғамының Батыс Қазақстан облысы бойынша филиалы Орал каласы, Жамбыл көшесі, 81 н.п. 2, тел./факс: 8(7112) 28-02-59 E'mail: zko kensenao@gov4c.kz

ОБЪЯВЛЕНИЕ

• Филиал ТОО «Теміржол жөндеу» -«СпецСтройМонтаж» проводит общественные слушания в форме публичных обсуждений к разделу «Охрана окружающей среды» по Рабочему проекту: «Рекультивация земель, нарушаемых при строительстве временной объездной автодороги и площадок хранения дорожно-строительных материалов на участке капитального ремонта автомобильной дороги республиканского значения Казталовка - Жанибек - граница РФ «95-138км» на территории Куйгенкольского и Узкнкольского аульных округов Жанибекского района Западно-Казахстанской области». Инициатор:Филиал ТОО «Теміржол жендеу» -«СпецСтройМонтаж», РК, ЗКО, Жанибекский район,

с. Жанибек, ул. Халиуллина 1/2 Email: ssm_uralsk@mail.ru, тел: 8 (71135) 22236 Документация размещена на едином экологическом

портале ecoportal.kz. Общественные слушания в форме публичных обсуждений состоятся в период с 22.12. 2022 г. по 28.12.2022 г.

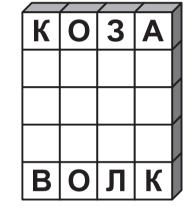
Разработчик: Филиал некоммерческого акционерного общества «Государственная корпорация «Правительство для граждан» по Западно-Казахстанской области г. Уральск, ул. Жамбыла, 81 н.п.2,тел./факс: 8(7112) 28-02-59 E'mail: zko_kensenao@gov4c.kz

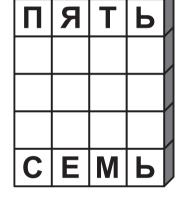
из мухи в слона

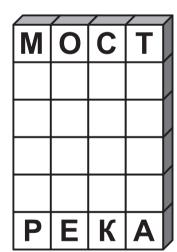
| №49 | 1301 | 14 декабря 2022 г. |

• Превратите одно слово в другое используя цепочку вспомогательных слов, каждое из которых отличается от предыдущего ровно на одну букву.





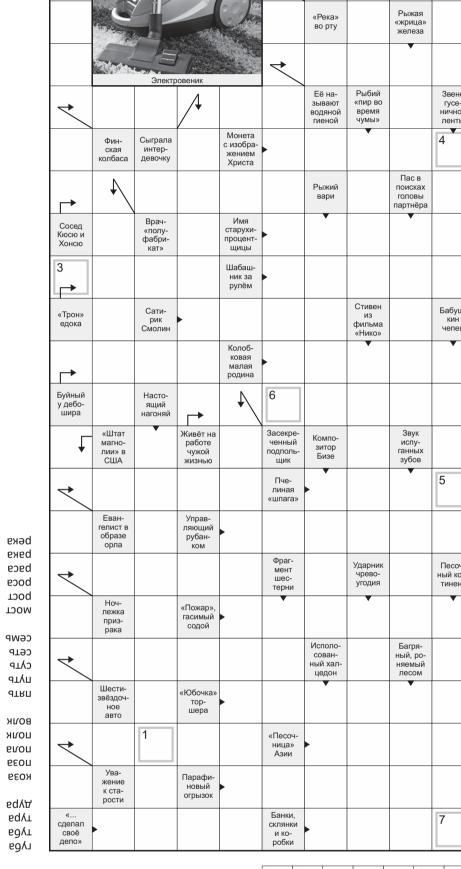




магнитосфера спокойная

магнитная буря

магнитосфера возбужденная



Ключевое слово

G1 - слабая буря (уровень G1)

G2 - средняя буря (уровень G2) G3 - сильная буря (уровень G3)

G4 - очень сильная буря (уровень G4)

G5 - экстремально сильная буря (уровень G5)

ПРОГНОЗ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 13 НОЯБРЯ 2022 Г. ПО 8 ЯНВАРЯ 2023 Г.

│ ИГРОТЕКА. ГОРОСКОП

OBEH ется реализовать

Захочется действовать реши тельно, проявлять инициативу в делах, браться за решение всех задач сразу. Будет много необычных идей, которые захо Однако важно не торопиться. Добиться успеха помогут только хорошо обдуманные поступки Потребуется некоторое время на то, чтобы разобраться в ситуации, взвесить все за и против Не поддавайтесь давленик со стороны, не следуйте всем



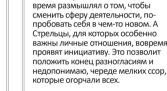
У ТЕЛЕЦ

сложнее, чем обычно. На этой неде ле вы будете особенно чувствитель ными. Любые мелкие происшествия могут казаться серьезными. чьи-то необдуманные слова порой будут больно ранить. Это будет особенно заметно в первые дни недели. Старайтесь в это время не принимать серьезных решений – это касается и работы, и личных отношений, и других областей жи: ни. Дайте себе немного времени: вскоре многое станет на свои места ения останутся в прошлом, на смену им придет определенность

Подходящее время для того, чтобы проявить инициативу в работе, взяться за совершенно новое дело. У вас будет шанс успешно завершить дела, которые

прежде казались почти безна-дежными. Помните: действовать в одиночку совсем не обязательно, ведь рядом есть люди, готовые поддержать ваши идеи, помочь в осуществлении задуманного Общие заботы вас очень сблизят, и вы наверняка подружитесь с теми, с кем прежде поддерживали чисто

вашей работы, будут обсуждаться удастся найти верный тон, непринужденно поговорить с людьми. бы заручиться. Не исключено, что вы получите предложения о соничестве. Можно не спешить ответом: спокойно все обдумайте, вас подождут. Проблем в личных отношениях эта неделя не принесет. Ладить с близкими вам будет даже проще, чем раньше, да и общение с новыми знанокажется приятным.



Не поддавайтесь на провокации не позволяйте окружающим вывести вас из равновесия. Вы будете особенно восприимчивь к чувствам других людей, можете азиться» чужой тревожно стью, раздражительностью или подозрительностью. Понадобится мыслях. Очень благоприятной будет неделя для творческих

и запутанным то, что прежде представлялось вам совершенно ясным. Именно поэтому в первые дни недели будет особенно много олнений и тревог. Может огорчить то, что ваши переживания не всегда понятны близким. К сожанию, в первой половине недели едва ли удастся откровенно и спокойно поговорить обо всем. Но наступит, и вы почувствуете, что отношения налаживаются. Середина

недели принесет ответы на какие-

щим будут полезны ваши дипло-матические таланты. Именно вы поможете договориться тем, кто прежде не находил общего языка, ловко уладите конфликты, найдете влиятельных союзников. Интуиция подскажет, какой информацией стоит делиться с окружающим, а какую лучше пока сохранить в тай не. Будет возможность получить массу полезных навыков. Вы мгно венно запомните все, что может пригодится в работе, проаналинего правильные выводы.

вы сосредоточитесь на решении финансовых вопросов. Тут не возникнет сложностей, зато будет шан заключить удачные сделки, найти новый источник доходов, сделать выгодные покупки. Если в последнее время вы размышляли о том, чтобы найти новую работу, сейчас можно предпринять какие-то шаги в этом направлении. Звезды будут особенно благосклонны именно к Водолеям, которые стремятся

ДЕВА

Эта неделя сложится очень хорошо нарушить обычный ход событий Экспериментируйте, ищите новые пути к цели. Вашим смелым начинаниям будет сопутствовать удача. Полезно будет проявлять инициативу и в работе, и в личны отношениях. Вы удивитесь тому, сколько людей будет готово от-кликнуться на ваши предложен поддержать необычные идеи, в чем-то пойти навстречу. Вероятны встречи, которые сыграют важную роль в вашей жизни.



задуманное, хотя и не совсем так, как планировали раньше.

настроитесь на деловой лад, будете готовы потрудиться, чтобы добиться своего. Стоит быть осторожнее в евать ваше доверие и симпатию, но не все будут делать это из лучших побуждений. Поэтому не спешите делиться секретами.



СТРЕЛЕЦ • 23.11 • 21.12



Настройтесь на философский лад,

гуманитарных дисциплин

Водолей :21.01 Будет неплохо, если на этой неделе На этой неделе и вам, и окружаю

> получать большее вознаграждение за свои труды, а не к тем, кого интересуют новые обязанности.





в начале недели. Это время, когда вас будут занимать вопросы, мало интересующие других. Поэтому и найти ответы едва ли кто-то поможет. Но вы и сами отличн справитесь, пусть и не сразу. Могу неожиданно пригодиться знания, полученные давным-давно. Окажутся полезными и идеи. которые раньше не удавалось реализовать. Сейчас вы снова к ним вернетесь – и вскоре осуществите

Нужно будет о многом подумать



етам, которые будут давать



Если вы сосредоточитесь на работе, то не только справитесь с решением конкретных задач, но и добьетесь определенного карьерного роста. Интересные возможности могут появиться у тех, кто в последнее время размышлял о том, чтобы



ΚΟ3ΕΡΟΓ :22.12 20.01

то серьезные вопросы.

ЛЕВ