

СВИДЕТЕЛЬСТВО О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ: №ИУ 77.99.88.003.Е.006350.05.15 от 14.05.2015г.

УБЕРЕЧЬСЯ ОТ БАКТЕРИЙ И ВИРУСОВ МОЖНО СИЛАМИ ВРОЖДЕННОГО ИММУНИТЕТА

Крепкий иммунитет – залог здоровья и возможность миновать период вирусных сезонных болезней. Мед, лимон, чеснок и другие народные средства не убивают вирус, но могут укрепить силы организма. Наука предлагает новые средства, которые эффективны благодаря уникальным природным компонентам. Это иммуномодулятор **ИММУНОСТИМУЛ**, который создан на основе морепродуктов. Ученые прошлого столетия изучали свойства даров моря Дальнего Востока. Их разработки нашли свое отражение в капсулах **ИММУНОСТИМУЛА**. В состав его входят:

- «Умная» дезоксирибонуклеиновая кислота (ДНК), которая действует только на поврежденные клетки. Благодаря ей, повышается сопротивляемость организма и восстанавливается жизненный тонус.
- Пептиды нервной ткани дальневосточных кальмаров. Они поглощают патогенные микроорганизмы.
- Фукоидан, уникальное вещество, добываемое из водорослей. Оно выводит вредные вещества и укрепляет иммунную систему. Благодаря комплексу этих уникальных биологических активных веществ, **ИММУНОСТИМУЛ** обладает общеукрепляющим, тонизирующим, противовоспалительным и противовирусным действием, являясь практически природным «морским» иммуномодулятором.



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

Состав 1-й капсулы: порошок морской капусты (ламинарии), гидролизат ферментативный моллюсков рыб «Альгири» (экстракт морской водоросли), гидролизат ферментативный ганглиев кальмара, оболочка капсулы.

Рекомендации по применению: взрослым по 1 капсуле 1 раза в день во время еды.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью.

**ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ РЕКОМЕНДУЕТСЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ.**

Производитель:
ООО «ФармОушен Лаб.»,
692856, Россия, Приморский край, г. Партизанск, ул. Кутузова, д.60.
Дистрибьютор в Республике Казахстан: ТОО «Нео Вер», г. Алматы, ул. Тимирязева 42 к15/6.



Отсканируйте QR-код камерой на телефоне, чтобы найти нас в магазине на Kaspi.kz

Материал подготовил Ковалев Николай Николаевич. Доктор биологических наук, старший научный сотрудник, профессор кафедры «Биохимия, микробиология и биотехнология школы естественных наук ДВФУ (ШЕН ДВФУ)»; Член диссертационного совета по биотехнологии Биолого-почвенного института ДВО РАН.

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

ПОМОЩЬ ВАШИМ ГЛАЗАМ ИЗ ШВЕЦИИ!

КАК ПРЕКРАСНО ИМЕТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ!

Некоторое время назад Ингвар понял, насколько важно хорошее зрение для качества жизни, поэтому решил позаботиться и улучшить его. Близкий родственник посоветовал попробовать оригинальный шведский препарат для глаз и зрения Блю Берри. Ингвар, энергичный, обаятельный, целеустремленный мужчина, всю жизнь много работал, но при этом всегда уделял внимание семье, друзьям и увлечениям в свободное время, поэтому хорошо видеть для него всегда было очень важно. Когда Ингвар вышел на пенсию, он открыл для себя таблетки Блю Берри.

ПОДДЕРЖАНИЕ ФОРМЫ

Ингвар достиг сегодня почтенного возраста – 82 года, но все еще обладает острым зрением и не планирует сбавлять темп жизни. «У меня все еще много энергии, поэтому я хочу оставаться в хорошей форме, – для этого у меня есть свой способ», – с энтузиазмом говорит он.

ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ ВАЖНО

Ингвар имеет ученые степени в области инженерии и управления бизнесом. Но и сейчас, будучи пенсионером, он попадает в различные ситуации, где крайне важно хорошее зрение – много читает, путешествует,

катается на лыжах, проводит время с семьей.

ПОРЕКОМЕНДОВАЛИ БЛЮ БЕРРИ

После того как Ингвар вышел на пенсию, родственник посоветовал ему попробовать о своем зрении и порекомендовал таблетки Блю Берри. «Ухаживать за глазами и поддерживать хорошее зрение важно на протяжении всей жизни, а пожилым людям это просто необходимо. Из полученных рекомендаций и советов я понял, что скандинавское качество Блю Берри очень высоко», – продолжает Ингвар.

ДОВОЛЕН ИЗ ГОДА В ГОД

Ингвар начал принимать таблетки Блю Берри уже давно и до сих пор не жалеет об этом. «Я не планирую прекращать принимать их, потому что для меня важно хорошее зрение. Я очень доволен Блю Берри и рекомендую его всем своим друзьям, которые ищут эффективные таблетки специально для зрения», – смеясь, говорит Ингвар.

Вы можете выбрать один из продуктов Блю Берри: только растительные таблетки Блю Берри Айбрайт или растительные таблетки с витаминами Блю Берри Ай Стресс.

ВОТ ПОЧЕМУ БЛЮ БЕРРИ ТАК ХОРОШО!

Таблетки для глаз Блю Берри созданы скандинавской компанией New Nordic. Блю Берри – это уникальная скандинавская фитотерапевтическая формула биологически активных веществ для ваших глаз и хорошего зрения с экстрактом шведской черники. Блю Берри уменьшает раздражение, усталость и слезоточивость глаз, укрепляет стенки капилляров сетчатки, улучшает кровообращение тканей глаз. Принимая Блю Берри, вы каждый день получаете лютеин, который организм самостоятельно не вырабатывает, а также ценный экстракт ягод дикорастущей черники, которая произрастает в северной части Европы.

Отпускается без рецепта. Состав Блю Берри Айбрайт: экстракт черники, экстракт очина, экстракт шиповника, экстракт виноградных косточек. Рекомендации по применению: лицам старше 18 лет – по 2 таблетки в день во время еды. Противопоказания: не рекомендуется лицам моложе 18 лет, а также лицам, имеющим индивидуальную непереносимость к компонентам продукта, беременным и кормящим грудью женщинам. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Изготовитель: New Nordic HealthBands AB, Södra Fosteralmlan 3, SE - 214 43, Малин, Швеция. Адрес производства: Lejonvägen 4B, Varmland 16, 892 21, Калпа, Швеция. Представитель уполномоченный на принятие претензий в РК: филиал ЗАО «New Nordic» (Нью Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, ул. Шереметьева 90, оф. 308/4, ССРП БУ 7006 01 003, R.004022-10.20 от 14.10.2020г., выдано Республиканским центром гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья. БАД, не является лекарством.



ПРОДАЕТСЯ В АПТЕКАХ И
ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС
+77719930087
WWW.NEWNORDIC.KZ
НАШ ИНСТАГРАМ: @newnordic.kz

Адрес редакции: 090000, Уральск, ул. Ескалиева, 126

Сайт: www.talapa.com

E-mail: gazeta_talapa@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 на 1000 тенге и более. Тираж: 1 950 экземпляров.

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

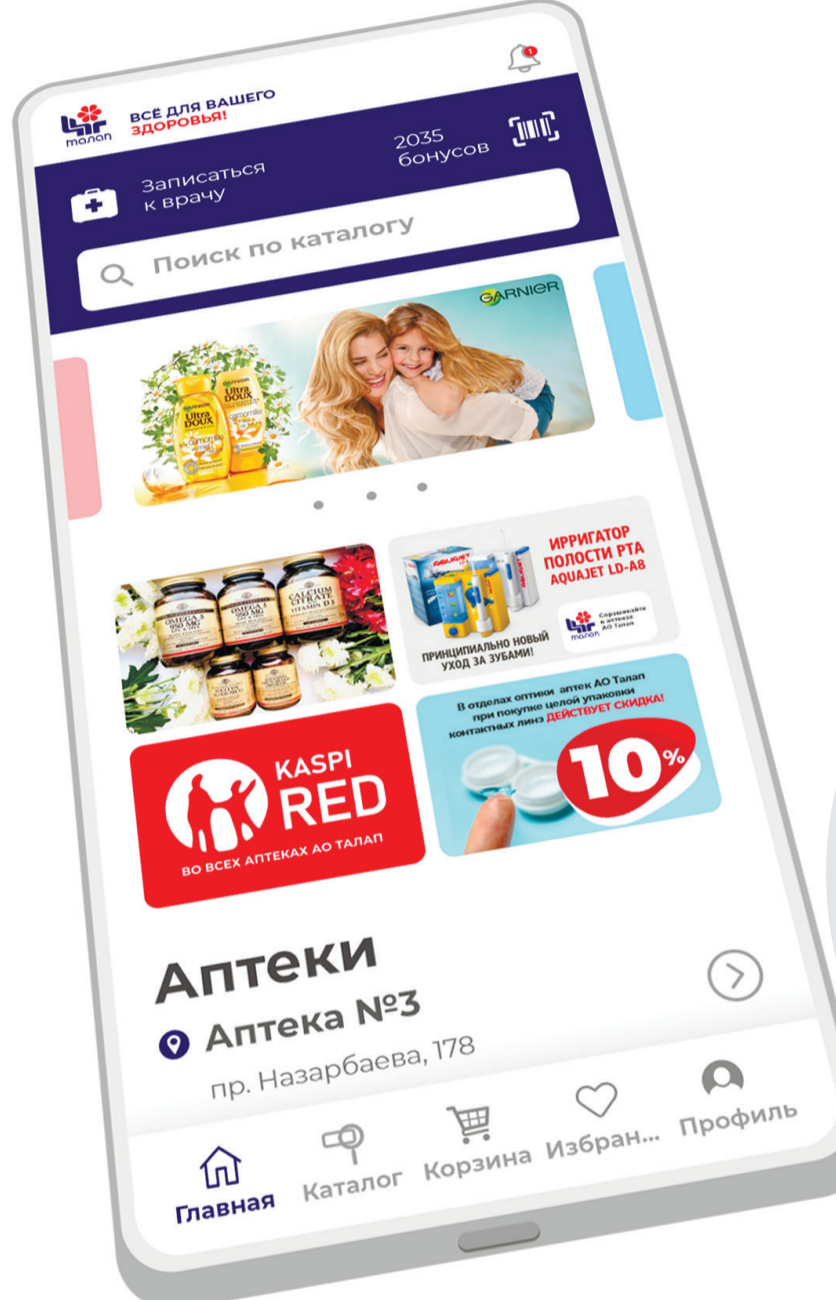
АО Талап

talapa

№ 35 (1338) от 6.09.2023

ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Уральск. Издаётся с 1997 г.



ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП – В ВАШЕМ СМАРТФОНЕ!

АО Талап всегда идет в ногу со временем и является лидером в продвижении услуг в цифровом формате. Оперативность и легкий доступ к информации – главные составляющие современной жизни. Цифровизация позволяет людям пользоваться услугами, не выходя из дома!

- Скачайте приложение Талап, и вы получите возможность быстро и просто:**
- заказать лекарства с доставкой на дом;
 - записаться на прием к врачу или на диагностику в клинику АО Талап;
 - узнать о бонусах и скидках;
 - посмотреть наличие и цены на весь ассортимент АО Талап;
 - ознакомиться с инструкцией по применению;
 - ваша бонусная карта теперь мобильном приложении.

СКАЧАЙТЕ МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП И ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НА ЗДОРОВЬЕ!



**МРТ
КТ
УЗИ**

Цифровой
РЕНТГЕН

ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

**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.

ХИМЧИСТКА

СЕТЬ
ХИМЧИСТОК
АО ТАЛАП

ЛОТОС

мкр. Строителей, 19 | Иксанова, 44/2
Жангир хана, 13 | 6 мкрн. ТД Женис | ТД Атриум

8 776 923 50 75 | 23 50 75

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 разреша-
ется только со ссылкой на автора и газету
«Талап». За содержание и достоверность ре-
кламы ответственность несут рекламодатели.

Лицензия №0109404, от 26.06.2007 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

Лицензия №0109404, от 26.06.2007 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

Лицензия №0109404, от 26.06.2007 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

НОВЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КУРС СТРАНЫ

Президент Казахстана Касым-Жомарт Токаев 1 сентября 2023 года выступил с Посланием народу, которое в этом году посвящено новому экономическому курсу страны.

В своем Послании президент обозначил контуры экономических реформ и подчеркнул, что нужно реализовать ряд судьбоносных для страны проектов, сделать упор на обрабатывающую промышленность, продолжить диверсификацию.



Президент говорил о формировании прочного промышленного каркаса страны, обеспечении экономической самодостаточности. Он указывает на то, что нужно ускорить обрабатывающие сектора промышленности, ставить кластеры высокого уровня в металлообработке, углекислоте, нефтегазе. Президент ставит задачу создания 15 конкретных проектов и указывает, что в их осуществлении должны быть использованы внутри-страновые ценности. То есть нужно использовать весь тот человеческий, экономический, природный ресурсы, которыми обладает страна. «Казахстан не должен импортировать электроэнергию, быть зависимым от соседних стран», – сказал Президент, говоря об энергетической безопасности страны. Также Токаев объявил о национальном референдуме, где будет решаться вопрос строительства АЭС. Правительство разрабатывает план, в котором будут указаны проблемы с обеспечением граждан теплом зимой и пути их решения.

По проблеме с нехваткой газа – будет развиваться газоперебатывающая отрасль, в планах строительство новых заводов.

В Послании уделено внимание энергетической независимости, планируется полный отказ от импорта электроэнергии. В ближайшие пять лет будут введены новые мощности объемом как минимум 14 гигаватт. Правительством подготовлен новый закон о госзакупках. Он должен способствовать рациональному и подотчетному использованию бюджетных средств.

Будут усилены экономические меры по поддержке отечественных производителей в целом и среднего бизнеса в частности. Кооперацию личных подсобных хозяйств будут стимулировать экономически.

Вопрос с дефицитом воды будет решаться комплексно, главная мера – экономия воды, так как сейчас потери составляют до 40%. Будет создано Министерство водных ресурсов и ирригации.

С 1 января 2024 года минимальная зарплата будет повышена до 85 тысяч тенге. Данная мера позитивно отразится на благосостоянии около 1 миллиона 800 тысяч граждан, включая 350 тысяч бюджетников.

ЗЕМЛИ – ДЛЯ СЕЛЬХОЗПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ!

В области работают механизмы по целевому использованию сельскохозяйственных угодий. Неиспользуемые участки возвращают в собственность государства.

– ВЗКО 7897,9 тыс. га земель сельскохозяйственного назначения. В 2023 году полномочными органами в сфере земельных отношений города и районов ЗКО выявлены 310,9 тыс. га неиспользуемых земель, документация направлена для проведения проверок в Департамент по управлению земельными ресурсами области, – рассказал на брифинге руководитель Управления земельных отношений ЗКО Нуржан Макостов. – На сегодняшний день возвращены в собственность государства земельные участки площадью 112,7 тыс. га. По остав-

шимся 198,2 тыс. га земельным участкам департаментом проводится проверка. Для введения в оборот земель сельскохозяйственного назначения по области проводятся конкурсы. В 2023 году местными исполнительными органами районов проведено 35 конкурсов по 296 земельным участкам общей площадью 165,7 тыс. га, в результате чего новым хозяевам был передан 251 земельный участок общей площадью 146,1 тыс. га. Планируется провести 4 конкурса по 29 земельным участкам общей площадью 10,3 тыс. га.



С ДНЕМ ГОРОДА!

В сентябре уральцы традиционно отмечают День города. Праздничные мероприятия стартовали 1 сентября.

– В этом году запланировано около 40 мероприятий – это концерты, ярмарки, фестивали и спортивные состязания. Они будут проходить во всех районах города, – говорит заместитель акима Уральска Мирболат Нуржанов.

Праздник начался с традиционного вечера классической музыки «Орал–Опера», который прошел в центре искусств «Атамекен».

2 сентября в КАЗИТУ состоялся специальный проект «Білімділер додасы», который широко известен в нашей области.

3 сентября на стадионе «Ақжайық» любители футбола побывали на праздничной игре «Матч звезд». В командах «Орал» «Назар аудар» играли госслужащие, депутаты маслихата, журналисты, лучшие работники сферы образования, спорта, культуры и известные резиденты КВН.

С 4 по 8 сентября в спортивном клубе «Орал» проходят традиционный 14-й турнир по волейболу среди подростков «Достық-Дружба» на приз акима города. В спортивном мероприятии участвуют команды из Российской Федерации – Новокуйбышевска, Оренбурга и Самары, Уфы, а также казахстанские спортсмены из Шымкента, Павлодара, Актобе, Атырау, Актау и местные команды.

6 сентября в ЗКУ имени М. Утемисова проходит региональная научно-практическая конференция «История города: от городища Жайык до Уральска».

Основные мероприятия запланированы на 8 сентября.

Цикл мероприятий начнется в 9:00 в сквере Жубана Молдағалиева с композиции, посвященной «Дню города» в исполнении оркестра и ансамблей детской художественной школы.

В 10:00 на Арбате по улице Д.Нурпеисова состоится выставка производителей продуктов питания «Сапалы өнім –2023». В этот же день на Арбате пройдет ярмарка ремесленников «Ақжайық – город мастеров», которая продлится до 10 сентября. Кроме того, 8 сентября перед зданием областной филармонии имени Г.Курмангалиева пройдет симпозиум городских художников.

С 15:00 в городе состоятся церемонии открытия новых скверов и благоустроенных дворов.

В 20:00 на Площади Первого Президента состоится праздничный гала-концерт с участием звезд казахстанской эстрады Ауге, Ильхан и Kalifaniya, а также местных артистов и творческих коллективов. Праздничный концерт завершится салютом.

10 сентября в большом зале партии «AMANAT» пройдет бизнес-форум «Лидерство в жизни и бизнесе», организаторами которого выступает Совет деловых женщин. Спикеры форума – известные бизнес-тренеры Радислав Гандапас, Лаззат Рамазанова, Раймбек Баталов и Гульбану Майгарина.



С МЕЖДУНАРОДНЫМ ДНЕМ ФИЗИОТЕРАПЕВТА!

Физиотерапевты помогают миллионам людей вернуть утраченное здоровье или укрепить пошатнувшееся. Неожиданная травма или хроническое заболевание, отклонения в развитии ребенка или ограничения, связанные с пожилым возрастом, – все это повод обратиться к физиотерапевту. 8 сентября во многих странах мира отмечается День физиотерапевта.



Эта дата в медицинском календаре особенно почитается в АО Талап, одним из подразделений которого уже 30 лет является Оздоровительный центр Фаворит. За эти годы лечение здесь получили тысячи уральцев, у сотрудников накопилось множество благодарственных отзывов.

– Уникальность этой специальности открылась мне не сразу, – говорит врач-физиотерапевт ОЦ Фаворит Людмила Константиновна Усик – Я много лет проработала терапевтом, и в своей практике в основном применяла различные методики лечения пациентов с помощью лекарств. А потом на собственном опыте увидела, как благотворно влияет физиотерапия на лечение многих заболеваний. И вот уже 24 года отдаю свою любимую профессию!

Так, в острой стадии пневмонии, бронхита, остеохондроза хорошо помогает УВЧ – ультравысокочастотные токи. Врач назначает эти процедуры, когда нормализуется температура. УВЧ имеет противовоспалительное действие, в резуль-

тате болезнь протекает легче. А после воспалительных заболеваний необходима рассасывающая терапия – это магнит, лазер, ультразвук...

Физиотерапия помогает существенно снизить лекарственную нагрузку. Особенно важно это для детей. У нас в ОЦ Фаворит есть прекрасные детские программы «Неболейка» для укрепления иммунитета, которые включают в себя комплекс процедур: соляную шахту, реабок, глинолечение, промывание миндалин.

Санаторий одного дня

– Жизнь современного человека сложна. Гиподинамия и постоянные стрессы заставляют мышцы находиться в круглосуточном напряжении, – продолжает Людмила Константиновна. – Постепенно из-за этого возникает ощущение дискомфорта, формируется болевой синдром. Именно физиотерапевты способны снять

возникающее напряжение и тем самым уберечь организм от неприятных заболеваний. Санаторий одного дня – это возможность расслабиться и оздоровиться. Наши пациенты выбирают день, чтобы забыть о заботах. Гидромассаж и водорослевое обертывание – это прекрасный релакс. После таких процедур не стоит бежать по делам. Люди отдыхают в вилле, пьют фиточай, заказывают диетический обед. Потом получают новый комплекс процедур. После такого дня они с новыми силами включаются в работу!

Как специалист, я на собственной практике вижу, что физиотерапевтические методики работают с большим эффектом – во многих, даже сложных случаях. Не жалею времени, чтобы рассказать своим пациентам об их преимуществах. Поздравляю врачей-физиотерапевтов с профессиональным праздником! Всех нас объединяет одно желание – чтобы люди больше обращались к физиотерапии для исцеления и поддержания здоровья!

ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ ОБЛЕГЧАЮТ ЖИЗНЬ!

В аптеке №30 АО Талап, которая находится на ул. Ихсанова, 44, представлен широкий выбор ортопедических товаров – для взрослых и детей. Некоторые из этих медицинских изделий рекомендуют носить врач, а другие полезно использовать здоровым людям – для профилактики заболеваний.

Для здоровья детей

– В наше время у детей очень много проблем с опорно-двигательным аппаратом, – говорит провизор-информатор Алтеичной сети АО Талап Ирина Владимировна Будилова. – Однако в раннем возрасте такие заболевания поддаются лечению. При плоскостопии увеличивается нагрузка на позвоночник. Если его не лечить, возможно развитие сколиоза. Детское плоскостопие корректируется с помощью специальных стелек, которые выполнены из гипоаллергенных материалов. С такими стельками удобно: нога не потеет, не скользит. В аптеке №30 имеется широкий выбор таких изделий разных размеров.

Детский массажный коврик используется для профилактики плоскостопия, а также с его помощью укрепляется иммунитет ребенка – ведь на стопах находятся активные точки, которые отвечают за здоровье внутренних органов.

Бандаж для лечения пупочной грыжи рекомендует надевать на ребенка врач. Это хороший способ борьбы с таким детским недугом.

Легкая походка

– Стопа – наша опора, и от того, насколько она себя комфортно чувствует, зависит наше самочувствие, – продолжает Ирина Будилова. – В неудобной обуви болят ноги, и человек очень быстро устает. Эту проблему можно решить с помощью специальных изделий-вкладышей, которые препятствуют деформации пальцев ног. Особенно они необходимы при ношении обуви с высоким каблуком. С их помощью можно избежать натирания, травмирования. Силиконовые подушечки незаметны в легкой обуви. Мы рекомендуем такие изделия тем, кто в течение рабочего дня долго стоит, а также тем, у кого отекают ноги, имеется вальгусная деформация стопы. Продавец-консультант Мира Мурзашева помогает посетителям аптеки определиться с выбором ортопедических изделий.

Аппаратная терапия

– Этот прибор широко использовался лет 20–30 назад, но сегодня врачи его оценили заново, – продолжает провизор. – Прогревание с помощью синей лампы помогает при ячмене, начинающемся обострении фурункулеза. Сухим теплом можно прогревать ноги. Паровлажный ингалятор «Ромашка» используется и как паровая ванна для лица. Кожа разглаживается, после этой процедуры она хорошо очищается.

Лечебный текстиль

В аптеке №30 можно выбрать бюстгалтер для кормящей мамы, а также трусики-бандаж для профилактики растяжек, которые можно носить беременным. Широкий ассортимент лечебного белья – для людей, страдающих варикозным расширением вен. Это чулки, носки, колготки. Для мужчин имеются спортивные гольфы и носки, в которых удобно тренироваться. Носки для поддержки голеностопного сустава необходимы людям с привычным вывихом.



В нашей аптеке также представлены специальные ортопедические изделия для шеи – бандажи, которые врач назначает при кривошее. Есть бандажи для легкой и более жесткой фиксации.

Также для младенца можно приобрести ортопедическую подушку – это не только уютно, но и сохранение здоровой осанки.

Специальные трусики после обрезания – актуальный товар, помогающий сохранять комфорт и гигиену, защищает от инфекции.

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

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

ВЕДЕТ ПРИЕМ
ГИНЕКОЛОГ–ХИРУРГ

**ГУЛЬНУР НУРЖАНОВНА
ШАЛКАРОВА**

ПРОВОДИТ ИНТИМНУЮ ПЛАСТИКУ

Показания:

- Опущение стенок влагалища
- Недержание мочи
- Многократные или трудные роды с растяжением и разрывами
- Возрастные изменения, связанные с потерей тонуса и эластичности тканей
- Потеря чувствительности при половом контакте

Эстетическая гинекология помогает сделать интимную жизнь женщины более комфортной и яркой!

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**

ВЕДЕТ ПРИЕМ
ВРАЧ–ДЕРМАТОЛОГ

**НАТЕЛА АЛЕКСАНДРОВНА
ХИЗРИЕВА**

- Прием детей от 0 до 18 лет
- Прием взрослых
- Лечение угревой сыпи, различных видов дерматита, экземы, чесотки и других заболеваний
- Удаление папиллом, бородавок методом криодеструкции.

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**

ВЕДЕТ ПРИЕМ ВРАЧ–ХИРУРГ
**ЖАСКАЙРАТ
АМАНГЕЛЬДИЕВИЧ
НУРУШЕВ**

- Помощь при переломах, растяжениях, вывихах
- Лечение суставных заболеваний
- Амбулаторные операции: удаление атером, Оперативное лечение фурункулов, вросшего ногтя.

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. Акимат ЭКО.

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

ОЦ ФАВОРИТ ПРЕДЛАГАЕТ

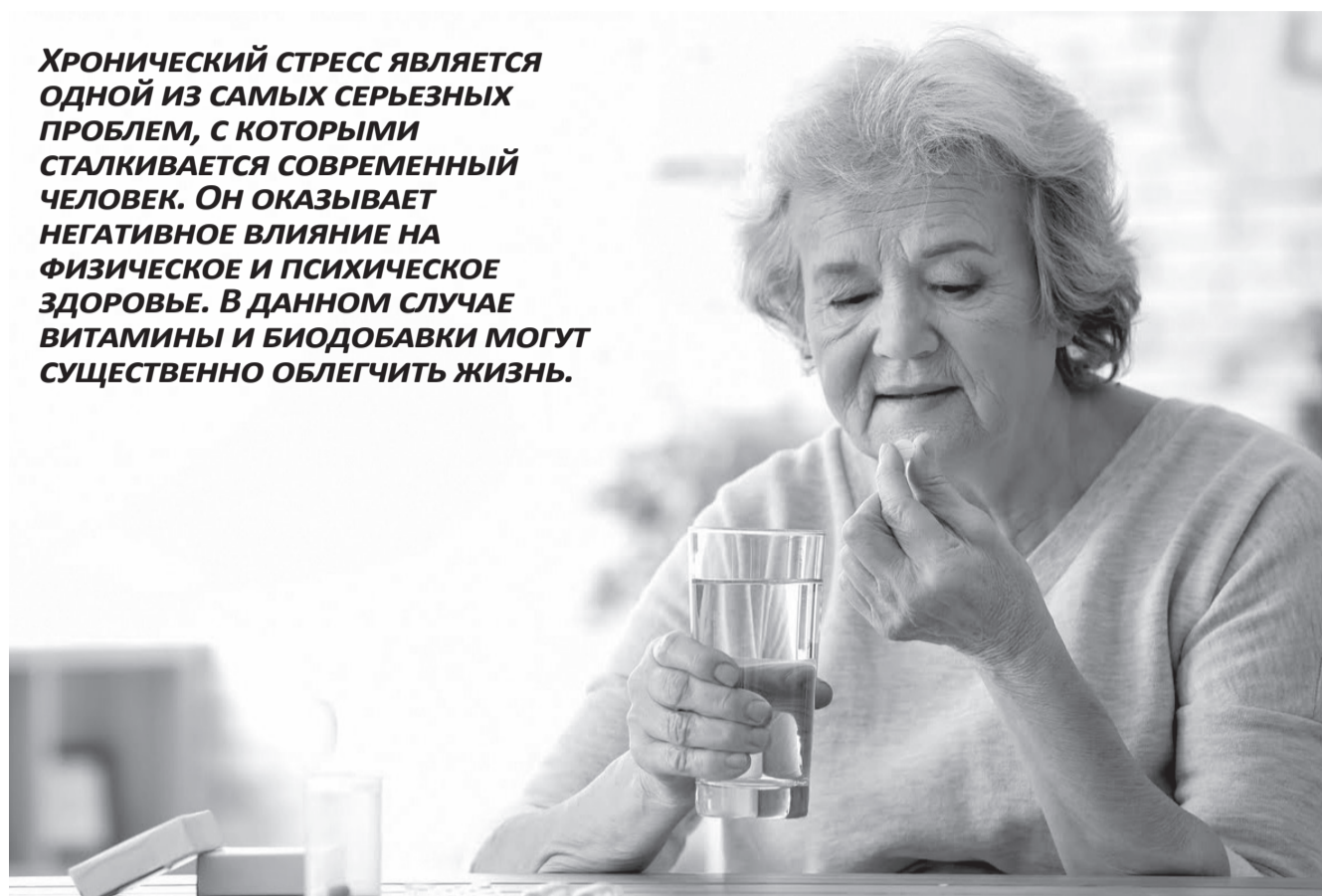
**ГИДРОКОЛОНОТЕРАПИЯ –
УНИКАЛЬНАЯ ПРОЦЕДУРА
ОЧИСТКИ КИШЕЧНИКА**

Полезна при расстройствах кишечника, избыточном весе, проблемах с кожей, синдроме хронической усталости, аллергических заболеваниях.

После курса гидроколонотерапии:

- нормализуется работа ЖКТ
- улучшается цвет лица
- ощущается прилив сил.

справки по тел.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)



**ХРОНИЧЕСКИЙ СТРЕСС ЯВЛЯЕТСЯ
ОДНОЙ ИЗ САМЫХ СЕРЬЕЗНЫХ
ПРОБЛЕМ, С КОТОРЫМИ
СТАЛКИВАЕТСЯ СОВРЕМЕННЫЙ
ЧЕЛОВЕК. ОН ОКАЗЫВАЕТ
НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ НА
ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ. В ДАННОМ СЛУЧАЕ
ВИТАМИНЫ И БИОДОБАВКИ МОГУТ
СУЩЕСТВЕННО ОБЛЕГЧИТЬ ЖИЗНЬ.**

СО СТРЕССОМ ПОМОГУТ СПРАВИТЬСЯ ВИТАМИНЫ

Вопрос, проведенном Американской психологической ассоциацией, выяснилось: значительное число людей считает, что они недостаточно пытаются управлять уровнем стресса. Некоторые сообщили о передании или выборе нездоровой пищи в ответ на стресс, а 46% опрошенных сказали, что они бодрствуют ночью, потому что их уровень стресса слишком высок.

Во время острой реакции на стресс тело претерпевает химические изменения, которые позволяют вам убежать от хищников или убить добычу. Это известно как реакция «беги или сражайся». К сожалению, некоторые из тех спасительных химических реакций также могут проявиться как реакция на социальные угрозы – конфликт с коллегой или страх перед публичными выступлениями. Другими словами, бывают случаи, когда организму сложно отключить реакцию на стресс. Но химическими реакциями гораздо легче управлять, чем сложными психологическими переживаниями. Нужно воспользоваться этой возможностью!

КАКИЕ ВИТАМИНЫ ВЫБРАТЬ?

Ученые выяснили, что оптимизация уровня омега-3, витамина D и магния может помочь снять стресс и положительно повлиять на здоровье мозга. Если вы решили принимать добавку с витамином D3, не забудьте о магнии и витамине K2, чтобы снизить риск развития атеросклероза. Поддержание оптимального уровня магния снижает риск возникновения тревожности и дефицита витамина D.

ВИТАМИН D ИЗБАВЛЯЕТ ОТ ТРЕВОГИ

Витамин D, также известный как витамин солнечного света, действительно является гормоном, который вырабатывается организмом после воздействия солнечных лучей. Он играет важную роль в развитии некоторых заболеваний. Дефицит в детском возрасте может увеличить риск высокого кровяного давления и развития гипертонии. Он также влияет на другие ежедневные проблемы, включая настроение и эмоциональное здоровье.

МАГНИЙ РЕГУЛИРУЕТ РАБОТУ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Магний является четвертым наиболее распространенным минералом, он играет важную роль в здоровье клеток. Его дефицит может иметь широкий спектр последствий, включая запоры, мышечные спазмы, мигрени и высокое кровяное давление.

Достаточное количество магния может снизить риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, а также может лучше спать. Исследователи обнаружили, что дефицит магния связан с переживанием субъективной тревоги, и добавки могут помочь опосредовать эти симптомы.

Как и в случае с витамином D, многие люди испытывают дефицит магния и часто не знают о нем. По некоторым статистическим данным, число может достигать 75%. К сожалению, организм потребляет больше магния, когда мы находимся в состоянии стресса, поэтому дефицит может создать порочный круг.

Можно противостоять этому, употребляя в пищу продукты, богатые магнием, такие как бразильские орехи, кешью, темную зелень, авокадо и семена. В особенно стрессовое время года стоит использовать возможность употребления добавок, так как многие почвы истощены, и в продуктах недостаточно витаминов и микроэлементов.

НЕЙРОПРОТЕКТОРНОЕ ДЕЙСТВИЕ ОМЕГА-3

Организм нуждается в жире из продуктов питания, чтобы поддерживать здоровье кожи, волос и нервной системы. Жир помогает поглощать определенные витамины и поддерживает тепло. Без здорового жира организм не будет работать должным образом. Витамин D, витамин K-2, магний и омега-3 работают вместе. Без сбалансированного потребления витаминов, минералов, жиров и других питательных веществ в вашем организме нет необходимых инструментов для функционирования, и это может привести к болезням. Витамин K работает вместе с витамином D и магнием, влияя на здоровье костей и сердца. Хотя он не является неотъемлемой частью повышения вашего настроения, если вы принимаете добавку с витамином D3, необходимо добавить витамин K2. Витамин D помогает улучшить развитие костей, усиливая усвоение кальция, в то время как K2 направляет кальций в скелет, предотвращая его отложение в артериях.

**В аптеках АО Талап широкий выбор БАДов
и витаминов от известных производителей.
Наши фармацевты помогут вам выбрать
подходящий комплекс!**

ВНИМАНИЕ! Имеются противопоказания! Перед применением проконсультируйтесь с лечащим врачом!

ОСТАНОВИМ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ СТАРЕНИЕ ПЕЧЕНИ!

В новых исследованиях обнаружилось, что если человек страдает ожирением, его печень может стареть быстрее, чем остальные органы, провоцируя риск хронических заболеваний.

Ожирение и повреждение печени вызывает фруктоза – в избыточных количествах. В отличие от глюкозы, которую можно использовать практически в каждой клетке, фруктоза может метаболизироваться только печенью, потому что она является единственным органом, у которого есть транспортер для этого. Так как почти вся фруктоза попадает в печень, она в итоге заполняет и повреждает печень так же, как и алкоголь и другие токсины. Фактически, фруктоза практически идентична алкоголю в отношении метаболического хаоса, который она вызывает.

ФРУКТОЗА ЯВЛЯЕТСЯ ВЕДУЩЕЙ ПРИЧИНОЙ ЭПИДЕМИИ ОЖИРЕНИЯ

Фруктоза не только повреждает печень, это также ведущая причина эпидемии ожирения как у взрослых, так и у детей. Доктор Ричард Джонсон является руководителем нефрологии в Университете Колорадо и активно участвует в клинических исследованиях.

Его гипотеза заключается в том, что ожирение в первую очередь обусловлено потреблением слишком большого количества рафинированного сахара, особенно фруктозы, а не потреблением слишком большого количества калорий и недостаточной физической нагрузкой. Его исследования также показывают, что фруктоза вызывает метаболический синдром.

КАКОЕ КОЛИЧЕСТВО ФРУКТОЗЫ МОЖНО ЕСТЬ, НЕ ОПАСАЯСЯ ЗА ЗДОРОВЬЕ?

Людям, страдающим избыточным весом, диабетом, гипертонической болезнью или принимающим статинные препараты, было бы разумно ограничить потребление фруктозы примерно до 15-25 г фруктозы в день из всех источников.

Относительно здоровым людям с нормальным весом также будет полезно сократить потребление фруктозы, содержащейся в кондитерских изделиях. Фрукты также содержат фруктозу, но в них множество полезных питательных веществ и антиоксидантов. Некоторые фрукты, такие как лимоны и лаймы, содержат минимальное количество фруктозы и поэтому безопасны. Грейпфрут, киви и ягоды также имеют относительно низкое содержание фруктозы и высокий уровень питательных веществ. Но фруктовые соки, сухофрукты и некоторые фрукты, богатые фруктозой, например, груши, красные яблоки и сливы, следует есть в небольших количествах.

ЛУЧШИЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ПЕЧЕНИ

Если у вас избыточный вес или вы страдаете ожирением, в дополнение к похудению, вы можете сосредоточиться на том, чтобы включить в свой рацион больше продуктов, защищающих печень. Сначала нужно убедиться, что вы пьете достаточно воды, которая поможет вывести из вашего организма токсины и отходы.

Ферментированные продукты, такие как квашеная капуста, обеспечивают организм полезными бактериями, которые помогают пищеварению и обеспечивают поддержку детоксикации. Обнаружено, что ферментированная капуста помогает организму разрушать пестициды.

Крестоцветные овощи (брокколи, капуста, цветная капуста) помогают печени нейтрализовать токсины, включая химические вещества, пестициды, лекарства и канцерогены.

Темно-зеленые листовые овощи (брюссельская капуста, капуста и зелень) содержат большое количество серы, которая также помогает печени с детоксикацией.

Различные виды морских водорослей и бурых водорослей поддерживают детоксикацию, и могут помочь предотвратить поглощение тяжелых металлов и других токсинов окружающей среды.



Проростки злаков содержат высокий уровень ферментов, которые служат катализаторами важных функций организма.

Чеснок, лук, лук-шалот и лук-порей богаты серой, их употребление имеет важное значение для детоксикации печени. Яйца – высококачественный источник белка, который включает в себя все восемь незаменимых аминокислот. Холин в яичных желтках также помогает защитить вашу печень от токсинов.

Авокадо содержит здоровые мононенасыщенные жиры, олеиновую кислоту и глутатион, что важно для здоровья печени.

Высококачественное оливковое масло содержит противовоспалительные соединения, которые помогают печени уменьшать окислительный стресс – его следует употреблять без термической обработки.

Семена льна, семена конопли и семена чиа содержат растительные омега-3 жиры для борьбы с воспалительными процессами.

Многие травы помогают детоксикации и функции печени: имбирь, тмин, кориандр, кардамон, кайенский перец, корица, фенхель и куркума (куркумин).

Спирулина: Сине-зеленые водоросли являются мощным детоксикатором. Исследования на животных предполагают, что спирулина может также защитить вашу печень, возможно, в результате ее высоких антиоксидантных свойств и ее способности синтезировать или выделять оксид азота.

В аптеках АО Талап имеются БАДы с ценным морским продуктом – спирулиной. Эти водоросли богаты витаминами и микроэлементами. БАД выводит токсины, стимулирует иммунитет, оказывает противовоспалительный эффект.

ВНИМАНИЕ! Имеются противопоказания! Перед применением проконсультируйтесь с лечащим врачом!

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

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

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ

**ПРОГРАММЫ
ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

программа
RELAX

УДОВОЛЬСТВИЕ
НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

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

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. Акимат ЭКО.

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

ЛАЗЕР ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!

**ПРОЙДИТЕ
КУРС ЛЕЧЕНИЯ
ВЛОК –
ВНУТРИВЕННОЕ ЛАЗЕРНОЕ
ОБЛУЧЕНИЕ КРОВИ**

ВЛОК полезен при:

- гастрите, язве желудка
- кожных заболеваниях
- заболеваниях сердечно-сосудистой системы
- хронических заболеваниях бронхо-легочной системы

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.

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ
ГОРОДА И ОБЛАСТИ!**

Городская Многопрофильная больница АО Талап информирует о размещении объемов предоставления медицинских услуг в рамках Обязательного Социального Медицинского Страхования на 2023 год в форме стационарной и стационароразмещающей медицинской помощи взрослому населению на следующие виды услуг:

- предоставление стационарной и стационароразмещающей медицинской помощи пациентам офтальмологического профиля.
- предоставление стационарной медицинской помощи пациентам хирургического профиля.
- предоставление стационарной медицинской помощи пациентам гинекологического профиля.

**Оперативное и консервативное
лечение проводят врачи:**

- Крячко Эдуард Юрьевич - врач офтальмолог
- Сураева Лариса Васильевна - врач офтальмолог
- Латипова Айнура Айсалиевна - врач офтальмолог
- Ташкенбаев Бактияр Шарыпатович – врач хирург
- Сидоров Александр Владимирович – врач хирург
- Илекеев Азамат Алпамысович – врач хирург
- Шалкарова Гульнур Нуржановна – врач акушер-гинеколог

НАШ АДРЕС: ЭКО г.Уральск, ул.Е.ОРАКБАЕВА, 18
КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ: 8 (7112) 247-300, 21-39-06

