

СИЛА МОРСКИХ ГЛУБИН

ДОКТОР МОРЕ

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ?

ТАБЛЕТКИ ЭНЕРГОБАЛАНС ОТ ДОКТОРА МОРЕ ПОМОГУТ ВОССТАНОВИТЬ СИЛЫ



Общий упадок сил? Синдром хронической усталости? Нет энергии? Быстрая утомляемость? Кажется бы, только проснулись, а уже устали?

Таблетки ЭНЕРГОБАЛАНС ОТ ДОКТОРА МОРЕ помогут быстро восстановить силы, придадут энергию, работоспособность, повысят умственные возможности.

В ЧЕМ СИЛА ТАБЛЕТОК ЭНЕРГОБАЛАНС?
Таблетки Энергобаланс созданы на основе вытяжки из молок лососевых рыб. Они характеризуются высоким содержанием фрагментированной дезоксирибонуклеиновой кислоты. Вещество усваивается в первую очередь поврежденными клетками организма, избирательно накапливается в местах этих клеток и тканей, выступая в качестве материала для их регенерации и восстановления.

ТАБЛЕТКИ ЭНЕРГОБАЛАНС:

- ускорят выздоровление в послеоперационный и посттравматический периоды
- улучшат метаболизм.

обеспечат снабжение энергией клетки организма

- улучшат концентрацию внимания
- повысят работоспособность

ТАБЛЕТКИ ЭНЕРГОБАЛАНС СПОСОБНЫ:

- повышать сопротивляемость организма
- облегчать процессы обучения
- улучшать сон, общее самочувствие
- снижать уровень тревожности

Таблетки Энергобаланс не содержат глютен, лактозу, консерванты, красители, ароматизаторы.

Возможна индивидуальная непереносимость компонентов препарата.

Отпускается без рецепта врача.
Состав: Экстракт из молок лососевых рыб, крахмал, глюкоза, аскорбиновая кислота-антиоксидант. Пищевая ценность на 100 г: Белки 2 г, углеводы 65г.
Рекомендация по применению: взрослым по 1 таб. 2-3 раз в день во время еды.

Противопоказание: индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью, детский возраст до 14 лет. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Производитель: ООО «ФармОушен Лаб», 692856, Россия, Приморский край, г. Партизанск, ул. Кулузова, д.60. Дистрибутор и представитель уполномоченный на принятие претензий в Республике Казахстан ТОО «Нео Вер», г. Алматы, Самал консултырлану с с. врачом. – 133160. Телефон: +7 (706) 641 55 29, Email: info@neover.kz

ОТСАНИРУЙТЕ QR-КОД КАМЕРОЙ НА ТЕЛЕФОНЕ, ЧТОБЫ НАЙТИ НАС В МАГАЗИНЕ НА KASPI.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



талал

№ 48 (1351) от 6.12.2023

ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Уральск. Издаётся с 1997 г.



ТАЙСКИЙ МАССАЖ СТОП – ОТ УСТАЛОСТИ И БОЛЕЗНЕЙ!

Подолог Медицинского центра АО Талап Людмила Голубева проводит тайский королевский массаж стоп и голеней.

СТР.3

СДЕЛАЙТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ КОМФОРТНЕЕ!

Аптека №30 АО Талап специализируется на ортопедических товарах и медицинской технике. Сегодня аптека предлагает уральцам новинки – массажеры, компактные тренажеры и другие товары, которые помогут сохранять здоровье.

СТР.3

ВИТАМИН В3 – ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ СЕРДЦА И СОСУДОВ

Этот витамин влияет на многие процессы, которые протекают в организме: повышает физическую активность, защищает ЦНС и сердечную мышцу, укрепляет стенки сосудов.

СТР.4

ДЕТОКС – УКРЕПЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА

Ежедневно каждый человек подвергается воздействию токсинов, являющихся неизбежной частью жизни.

СТР.5

ХОРОШО ЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ?

НАКОНЕЦ-ТО ГУЛ В УШАХ ИСЧЕЗ!

72-летний бывший инженер Жак живет со своей женой в Камарге, на юге Франции. В 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...

ФАКТЫ О ТОНЕ

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

Рутин и аскорутин из гречихи укрепляют капилляры. 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 организме электрические импульсы. Электролиты нужны организму, как топливо для автомобиля.

Принимайте по 2 таблетки Тоне каждое утро как минимум 2-3 месяца, чтобы поддержать баланс электролитов и микроциркуляцию в капиллярах слухового органа.

ДОЛГОЖДАННАЯ ТИШИНА
«Теперь я могу наслаждаться тишиной, – говорит Жак, – тем особым умиротворением, которое приходит, когда я сижу на берегу озера или гуляю в лесу. Та чудесная тишина, которую нарушает только щебетание птиц, плеск рыбы в воде или шелест листьев у верхушек деревьев. Тоне определенно заслуживает доверия!»

НЕ ОСЛАБЛЕН ЛИ ВАШ СЛУХ? ДА НЕТ

- 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 себя неловко.

Если вы положительно ответили хотя бы на три из приведенных утверждений - ваш слух может быть ослаблен.

ПРОДАЕТСЯ В АПТЕКАХ И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ

kaspi.kz

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС
+7 771 993 00 87
WWW.NEWNORDIC.KZ

НАШИ ИНСТАГРАМ: @newnordic.kz

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.



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 в АО Талап позволяет людям пользоваться услугами, не выходя из дома!

СКАЧАЙ МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП И ПОЛЬЗУЙСЯ НА ЗДОРОВЬЕ!

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 в мобильном приложении

СКАЧАТЬ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП МОЖНО В APP STORE И GOOGLE PLAY ПО ЗАПРОСУ «ТАЛАП»



ОЛЖАМЕН ОРАЛ!

№39

дәріхана

Меңкеұлы көш., 77

КӨТЕРМЕ БАҒАЛАР ДӘРІХАНАСЫ

8 7112 240 351

Гос.лицензия 0570018801 от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Аккред. ЗКО.



Полиция – для женщин

В ближайшее время во всех городах Казахстана будут открыты женские полицейские участки. Об этом сообщил председатель Мажлиса РК Ерлан Кошанов на международной конференции Диалога женщин стран Центральной Азии.

Спикер мажлиса РК отметил, что в Казахстане за последние два года вдвое увеличена штатная численность инспекторов по защите женщин от насилия.

– Порой женщину может понять только женщина. Поэтому мы ввели специализацию следователей-женщин по расследованию насильственных преступлений в отношении женщин и несовершеннолетних, – сообщил Ерлан Кошанов. По его словам, в состав следственно-оперативных групп по республике включено 280 следователей-женщин.

– Впервые в Казахстане, в пилотном режиме, создан женский полицейский участок, в котором работают исключительно женщины. Теперь пострадавшие женщины свободно могут прийти в такой участок со своей проблемой и попросить защиты. В ближайшее время этот опыт будет масштабирован по всей стране, – сказал спикер Мажлиса РК.

Кроме того, Ерлан Кошанов заявил о необходимости бороться не только с последствиями, но и предотвращать саму возможность возникновения насилия: «Нужна правильно выстроенная идеологическая работа. Искженное представление о полном доминировании в семье мужчин должно уйти в прошлое. Надо со школьной скамьи вселять в умы подрастающего поколения правильные ценности. Формировать правовую культуру среди населения. Проявлять нетерпимость к любым проявлениям бытового вандализма. Строго придерживаться, как говорит наш Президент, диктатуры закона и порядка».

ПРОБЛЕМА СТАНОВИТСЯ НЕРАЗРЕШИМОЙ

Жители улицы Женис в поселке Подстепное Западно-Казахстанской области 20 лет ждуть ремонта дороги. В акимате подготовили смету и проект для строительства, но финансирования пока нет.

По улице Женис в поселке Подстепное в непогоду не могут проехать машины скорой помощи, а дети не идут в школу. Жители не раз обращались к властям с требованием отремонтировать дорогу, но результата нет. Местные жители рассказывают, что в школу могут попасть только те дети, чьи родители привозят на внедорожниках. В прошлом году летом смета на эту улицу была готова и прошла экспертизу. Но деньги так и не выделяются. Глиняная жижа на улице Женис появляется даже летом после небольшого дождя. Сельчане попытались исправить ситуацию самостоятельно, вываливали на дорогу строительный мусор, но и это не помогает.

Заместитель акима Теректинского района Амангельды Туғубаев объяснил, что проектно-сметная документация готова, проект рассчитан на три улицы. Бюджетную заявку уже написали: «Если они нас поддержат, то на следующий год обьявят конкурс. Подрядчик, который выиграет, будет ремонтировать сразу три улицы. Нужно около 360 миллионов тенге. Общая протяженность дороги – 2,4 километра».

РАЗВИВАЯ СЕЛО

Аким области Нариман Турегалиев с рабочим визитом побывал в Чингирлауском районе, где посетил ряд социальных объектов и провел встречи с населением.

В Чингирлауском районе глава региона посетил ИП «Аруман», где выращивают огурцы. За сезон теплицы приносят 4–5 тонн продукции. В текущем году, в рамках программы «Ауыл аманаты», предприниматель получил кредит – более 8 млн тенге для расширения ассортимента овощей.

В сельском округе Аңысай аким области ознакомился с работой производственного кооператива «CHINGIRLAUMILK», который выращивает 47 голов племенного крупного рогатого скота. В ближайшем будущем планируется объединить личные подсобные хозяйства и довести поголовье скота до 300 голов. Глава региона положительно оценил работу данного кооператива и поручил акиму Чингирлауского района Мурату Умиралиеву оказать необходимую поддержку фермерам.

– Глава государства Касым-Жомарт Кемелевич Токаев в своем Послании народу Казахстана подчеркнул, что необходимо развивать экономику путем формирования промышленной основы. Сегодня этот показатель в области достиг 60%. В этом году разработана программа развития каждого села на 2024–2028 годы, работы будут проводиться во всех 413 населенных пунктах области. Сейчас в рамках программы «Ауыл аманаты» многие переезжают из города в село. С



текущего года мы начали закупку пустующих домов в селах. Приобретено 178 таких квартир, в следующем году это число удвоится. Также будут строить дома для очередников. Для желающих работать создаются все необходимые условия. Акимы районов должны оказать поддержку молодым предпринимателям желающим начать собственное дело, – подчеркнул глава региона.

ДЛЯ МАЛОМОБИЛЬНЫХ ГРАЖДАН

Международный аэропорт Уральска ввел в эксплуатацию спецтехнику для обслуживания маломобильных граждан

Международный аэропорт Уральска совершенствует инклюзивную среду терминала. Для комфортной и безопасной транспортировки маломобильных пассажиров аэропорт приобрел амбулифт – специализированный подъемник. Грузоподъемность его кабины составляет 1 тонну. Платформа амбулифта способна поднять пассажиров на высоту до 8 м, что позволяет доставлять их на любые типы воздушных судов. Сопровождать маломобильных пассажиров будет бригада из 3 специалистов.

Воспользоваться амбулифтом можно без дополнительной заявки. В аэропорту работает специальная служба сопровождения, для вызова агента которой достаточно обратиться на стойку информации по прибытию в аэровокзал. Специалист поможет пройти регистрацию и проведет в зону вылета, откуда амбулифт доставит пассажира на борт самолета.



Обратиться за информацией об обслуживании пассажиров с ограниченными возможностями можно по телефонам: +7 (7112) 93–96–75, +7 (7112) 93–96–77.

САЙГАКОВ ПЕРЕСЧИТАЮТ ЗАНОВО

Приказом Министерства экологии и природных ресурсов от 28 ноября 2023 года внесены изменения в Инструкцию по проведению учета видов животных на территории Республики Казахстан.

В частности, в Инструкцию по проведению учета видов животных добавлены сайгаки. Предусматривается, что их учет необходимо проводить с 20 марта по 1 мая (весенний), а также с 1 сентября по 30 ноября (осенний). Всего в этом списке 39 видов животных, включая лосей, фазанов, куропаток, сурков, снежных барсов, архаров, рысей, зацев, белок и т.д.

Приказ вводится в действие с 11 декабря 2023 года. Ранее сообщалось, что в Казахстане определили сроки охоты на сайгаков – с 1 октября по 15 ноября, независимо от половозрастного состава и места обитания.

В связи с резким увеличением численности популяции сайгаков в нескольких регионах, приведшей к конкуренции с домашними животными из-за кормов и водопоев, заходу сайгаков на сельскохозяйственные посевы, возникла необходимость регулирования чрезмерно возросшей численности сайгаков.



СДЕЛАЙТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ КОМФОРТНЕЕ!

Аптека №90, находящаяся на улице им.Ихсанова, специализируется на ортопедических товарах и медицинской технике. Сегодня аптека предлагает уральцам новинки – массажеры, компактные тренажеры и другие товары, которые помогут сохранить здоровье.

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ МАССАЖЕР для ног НЕГА

Домашний массажер – прекрасная возможность получить массаж, не выходя из дома. Эта процедура полезна всем членам семьи, а особенно тем, кто на работе вынужден долго стоять. Валики прорабатывают все активные точки на стопах, мягкое сжатие усиливает кровообращение.



Конструкция массажера создана с учетом анатомического строения стопы человека, а также в соответствии с расположением акупунктурных точек. Массажер можно использовать для массажа стоп, икр, ладоней, предплечий. При создании массажера соединены принципы традиционной медицины, новейшие научные исследования и достижения в области электроники. Массажные ролики действуют на акупунктурные точки, стимулируя микроциркуляцию крови, а боковые валики создают глубокую компрессию, что

помогает снять напряжение, расслабить мышцы, уменьшить отечность.

ЭТИ ВЕЛОТРАНАЖЕРЫ НЕ ЗАНИМАЮТ МНОГО МЕСТА!

Если вам некогда посещать тренажерный зал, приобрести для дома мини-велотренажер – механический или электронный.

– Тренажеры можно устанавливать в разных местах комнаты. С их помощью тренируют ноги и руки. Во время тренировки задействуются различные мышцы тела. «Физическая особенно нагрузка важна для тех, у кого «сидячая» работа, – говорит провизор Ирина Будилова (на фото). – Если не заниматься спортом, со временем растет вес, возникает предрасположенность к сахарному диабету. Движение поможет справиться с этими проблемами. Обычно после работы женщины не идут в секции: нужно скорее домой, приготовить ужин, накормить родных. На помощь приходит домашний тренажер. Если каждый день крутить педали по 10–15 минут, это укрепит мышцы и дыхательную систему. После физической нагрузки появляется больше энергии, и можно переделать немало дел».



БАЛАНСИРОВОЧНЫЙ ДИСК – для правильной осанки

Балансировочный диск – это простой и компактный тренажер для развития координации и укрепления опорно-двигательного аппарата. Использовать диск можно в тре-



нажерном зале, дома и даже в офисе.

Балансировочный диск представляет из себя круглую, наполненную воздухом подушку. Одна из сторон ее гладкая, а вторая сторона имеет небольшие резиновые шипы. «Это отличный подарок для офисных работников, – отмечает Ирина Будилова. – Сидя на этом диске, вы проработаете мышцы спины. Улучшится состояние позвоночника, уйдут застойные явления. Используя балансировочный диск, вы тренируете вестибулярный аппарат, повышаете тонус мышц, выравниваете осанку и худеете!».

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



В КАЧЕСТВЕ ЛЕЧЕБНОГО СРЕДСТВА МАССАЖ СТУПНЕЙ ПРИНОСИТ ПОЛЬЗУ ПРИ:

- сбоях в работе пищеварительной системы;
- респираторных заболеваниях;
- проблемах с опорно-двигательным аппаратом;
- мышечном перенапряжении;
- отеках;
- плоскостопии;
- артрите, артрозе;
- стрессе;
- нарушении сна, тревожности;
- хронической усталости.

ТАЙСКИЙ МАССАЖ СТОП – ОТ УСТАЛОСТИ И БОЛЕЗНЕЙ!

Подолог Медицинского центра АО Талап Людмила Голубева проводит тайский королевский массаж стоп и голеней. Технику она освоила в Школе массажа Валерия Красавина (Самара).

– Здоровые ноги – важное условие хорошего самочувствия, – говорит Людмила Николаевна. – Мои пациенты часто говорят, что после обработки ногтей и ступней чувствуют легкость движения, у них повышается настроение. Конечно, наши ноги испытывают большие нагрузки, поэтому требуют внимания и ухода. Поэтому я решила пойти дальше: освоить популярную и востребованную технику тайского королевского массажа. Интересно, что первоначально такая техника появилась в древнем Китае, она совершенствуется более 3000 лет. Опытным путем доказано, что регулярные сеансы массажа предотвращают и помогают в лечении многих заболеваний: мигрени, астмы, органов дыхания, си-

нуситов, почечных проблем, запоров... Техника, признанная во всем мире, по сути, является механизмом, который запускает скрытые резервы организма, направляет их на устранение проблемы и самовосстановление.

На ступнях много так называемых акупунктурных точек, которые являются своеобразными проекциями на внутренние органы. Массаж поверхности ступней стимулирует работу этих органов, улучшает циркуляцию жидкостей в организме. Массаж ступней делается при помощи особой деревянной палочки, с применением ароматного масла. После сеанса пациенты говорят об удивительном расслаблении и успокаивающем эффекте.

ГОС.ЛИЦЕНЗИЯ №00184DL ОТ 28.06.2007ГОДА
ВЫДАНА УПРАВЛЕНИЕМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЗКО. АКЦИМАТ ЗКО

ФАВОРИТ

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

**ЛУЧШИЙ ПОДАРОК
К НОВОМУ ГОДУ –
СЕРТИФИКАТ
НА УХОДОВЫЕ ПРОЦЕДУРЫ!**

**ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ
НА ЗДОРОВЬЕ!**
10000 * 11 391

**ПОДАРИТЕ МАМЕ, БАБУШКЕ
ИЛИ ПОДРУГЕ ОБРАБОТКУ СТОП
У ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПОДОЛОГА:**

- Медицинский аппаратный педикюр
- Тайский массаж стоп
- Гигиенический аппаратный педикюр
- Установку титановой нити – при вросшем ногте

**ПРИОБРАТИТЕ СЕРТИФИКАТЫ
У АДМИНИСТРАТОРОВ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА ФАВОРИТ!**

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 28.06.2007 года
Выдана Управлением Здравоохранения ЭКО, Акимат ЭКО

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

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ
**ПРОГРАММЫ
ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

Стационарный подбор!
программа **RELAX** **23 800**
УДОВОЛЬСТВИЕ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

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

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДИН 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 28.06.2007 года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

 **В аптеке №22 АО ТАЛАП НА ПР. АБУЛХАИР ХАНА, 153**
и в аптеке №30 АО ТАЛАП НА ИХСАНОВА, 44/2

ПРОКАТ
КОЛЯСКОК, ХОДУНКОВ И КОСТЫЛЕЙ



Гос. лицензия №00184DL от 28.06.2007 года 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 Айсаталиевна - врач офтальмолог
- Ташкенбаев Бахтияр Шарықтаевич – 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



Витамин В3 – для поддержки сердца и сосудов

Витамин В3, или ниацин, влияет на многие процессы, которые протекают в организме: повышает умственную активность, защищает ЦНС и сердечную мышцу, укрепляет стенки сосудов.

Витамин В3 нужен для нормализации артериального давления, применяется в медицинской сфере для лечения различных психических расстройств. Вещество также применяется в косметологии, так как укрепляет и восстанавливает волосы и кожу. Его также называют «никотиновая кислота». По своей структуре причисляется к группе водорастворимых соединений. Этот микроэлемент не способен накапливаться в организме.

ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ НИАЦИНА НА ОРГАНИЗМ:

- нормализует работу ЖКТ;
- снижает уровень сахара и холестерина;
- стимулирует работу поджелудочной железы и печени;
- благотворно влияет на нервную систему.

Никотиновая кислота самостоятельно синтезируется в организме человека из аминокислоты – триптофана. Но этого количества, как правило, недостаточно, чтобы покрыть всю потребность.

При сбалансированном питании витамин В3 поступает в организм в нужном количестве с пищей.

ПРОДУКТЫ, БОГАТЫЕ НИАЦИНОМ:

- красное мясо, птица, индейка, говяжья печень;
- лосось, нерка, тунец;
- бурый и белый рис;
- цельнозерновой хлеб;
- арахис, семена подсолнечника и тыквы;
- банан, изюм, яблоки.

Группы риска

Низкий уровень ниацина может возникнуть в любом возрасте. Острая нехватка встречается крайне редко. В группе риска находятся люди, злоупотребляющие спиртными

ми напитками, больные СПИДом, страдающие циррозом печени или нарушениями со стороны желудочно-кишечного тракта.

В группу риска входят лица, придерживающиеся диеты, когда в рационе отсутствуют продукты, насыщенные рибофлавином и железом. Без этих элементов В3 не трансформируется в ниацин. Недостаток также возникает у пациентов, принимающих препараты от туберкулеза.

УХОДОВЫЕ СРЕДСТВА С НИАЦИНОМ

Для ухода за лицом и руками используется производное никотиновой кислоты – ниацинамид. Он улучшает синтез белка кератина, который отвечает за защиту эпителиальных клеток, присутствует в волосах и ногтях. Никотиновая кислота стимулирует рост волос, придает им эластичность и уменьшает ломкость.

ПРОИЗВОДИТЕЛИ ВЫПУСКАЮТ КРЕМЫ И МАСКИ С ЭТИМ ВЕЩЕСТВОМ ДЛЯ:

- лечения угревой болезни, ниацинамид уменьшает секрецию сальных желез;
- устранения пигментации на коже рук, за счет воздействия кислоты цвет кожи становится ровным;
- ухода за стареющей и вялой кожей: улучшается питание клеточных структур, вырабатывается коллаген, полезный для эластичности кожи;
- защиты от солнечных лучей.

Средства с никотиновой кислотой регенерируют клетки кожи, увлажняют, разглаживают кожные покровы, оказывают омолаживающее воздействие.

Приобретайте в аптеках АО Талап витаминные комплексы и будьте здоровы!

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

ДЕТОКС ОРГАНИЗМА И УКРЕПЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА

Ежедневно каждый человек подвергается воздействию токсинов, являющихся неизбежной частью жизни. Уже известно насколько могут быть опасны предметы домашнего обихода, и что происходит с организмом при ежедневном воздействии токсичных веществ.

Мощные средства, специально обработанные пищевые продукты, лекарства – все это содержит больше или меньше токсинов, тяжелых металлов, микробов и химических веществ, которые накапливаются в организме и вызывают процессы, ухудшающие здоровье человека. Если волосы теряют блеск, выпадают или ломаются, кожа начинает шелушиться, под глазами появляются отеки и темные круги – это верный признак присутствия токсинов в организме.

КАК ВЫВЕСТИ ТОКСИНЫ ИЗ ОРГАНИЗМА

Правильная детоксикация подразумевает комплекс мероприятий, в которые входит контроль за продуктами питания, распорядком дня, обменными процессами и меры, принимаемые для выведения ядовитых веществ из организма.

ДЛЯ УДАЛЕНИЯ ТОКСИНОВ ДОСТАТОЧНО СЛЕДУЮЩИХ МЕР:

- пить более 2 литров жидкости в день (первые блюда также можно учитывать);
- употреблять продукты, богатые клетчаткой (свежие фрукты, овощи, бобовые);
- уменьшить потребление соли, которая поглощает жидкости и препятствует метаболизму;
- обратить внимание на смузи (коктейли из витаминов и клетчатки);
- обогатить рацион белым мясом и крупами, макаронами лучше исключить;
- сделать акцент на физическую активность, увеличивающую процесс потоотделения (шейпинг, пилатес, йога, комплексы зарядки, пешие прогулки) и физиотерапию (банные процедуры, криосауна).

СТРАТЕГИИ ДЕТОКСА ОРГАНИЗМА И УСИЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА

ДЕТОКС ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

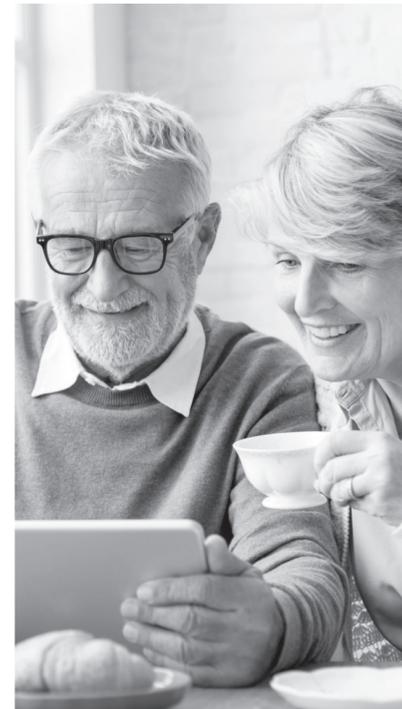
Пищевые продукты, которые способствуют чистке печени и желчного пузыря: сельдерей, свекла, топинамбур, чеснок, куркума, ферментированные продукты. Большую пользу принесет свежевыжатый сок моркови.

РЕЦЕПТ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ:
смешать по 1 столовой ложке оливкового масла и сока лимона. Регулярно выпивать утром на голодный желудок.

ДЕТОКС ПОЧЕК

Компоненты, которые справляются с очищением почек: имбирь, витамин В6, петрушка, клюква, черника, ананас.

Рецепт для очищения почек:
Взять стакан теплой воды, добавить 1 ст. ложку сока лимона, 1 ч. ложку яблочного уксуса, четверть ч. ложки магнезии. Лучше всего выпивать в вечернее время за 1 час до отхода ко сну.



ДЕТОКС КИШЕЧНИКА

Нормальным считается опорожнение кишечника по меньшей мере 1 раз в сутки. Наиболее эффективны очищающие продукты для толстого кишечника – свежие овощи.

ДРУГИЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ДЕТОКСИКАЦИИ КИШЕЧНИКА:

- питьевая вода (до 2 л в день), кефир, чеснок, укроп, яблоки,
- сливы. Время от времени можно применять древесный уголь, который имеет свойство связывать и выводить токсичные вещества из организма.

Регулярное очищение организма необходимо. Особенно если вы злоупотребляете сладкими газированными напитками, трансжирами и фастфудом. Кроме продуктов, богатых клетчаткой, кисломолочных продуктов, а также ферментированных овощей и фруктов, врачи рекомендуют включать в рацион чернослив и овсянку.

Очистить организм от токсинов раз и навсегда невозможно. Единственное верное решение – профилактика. Рекомендуется принимать витамины и пищевые добавки, стимулирующие обменные процессы. В аптеках АО Талап есть специальные БАДы, которые способствуют очищению печени, почек и других органов и систем.

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

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

 **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 №00184DL от 28.06.2007 года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

 **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 Поликлинике АО Талап по адресу ул. А.Хусаинова, 58.

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 50 07 95

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

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

ПРОЙДИТЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ В НОВОЙ СОЛЯНОЙ ШАХТЕ!

Соляная шахта полезна при:

- хронических заболеваниях легочной системы;
- аллергических проявлениях;
- заболеваниях кожи (дерматозах);
- патологии сердца и сосудов;
- хронической усталости, тревожности, депрессии;
- гормональных нарушениях (при сахарном диабете, болезнях щитовидной железы);
- в восстановительном периоде после острых респираторных вирусных болезней, гриппа.

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДИН 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)

 **НАКАПЛИВАЙТЕ ЛОТОСЫ!**

ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАКОПИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОЙ В ХИМЧИСТКЕ ЛОТОС!

С 1 сентября 2022 г. 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 приема – частично оплатить услуги из расчета 1 ЛОТОС = 250 тенге.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 235 075

