

Свидетельство о государственной регистрации: №НУ77.99.88.003.Е.006366.05.15 от 14.05.2015.

# МОРСКАЯ РЕВОЛЮЦИЯ В ЛЕЧЕНИИ БОЛЕЗНЕЙ СУСТАВОВ



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

хрящевой ткани морских организмов, возвращает полноценную жизнь суставам!

Приостановить разрушение сустава, улучшить его состояние можно с помощью хондропротекторов. Они восстанавливают хрящ, делают его прочнее, увеличивают подвижность сустава.

Российские ученые открыли, что противовоспалительная активность компонентов хрящевой ткани морских гидробионтов во много раз выше, чем у хондропротекторов предыдущего поколения.

Морской хондропротектор **АРТРОФИШ**, полученный из

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

**ПРЕИМУЩЕСТВА МОРСКОГО ХОНДРОПРОТЕКТОРА:**

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

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



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

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

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

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

**ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ.**

Производитель: ООО «ФармОушен Лаб», 692356, Россия, Приморский край, г. Партизанск, ул. Кузцова, д.60. Дистрибьютор и представитель уполномоченный на принятие претензий в Республике Казахстан ТОО «Нео Вер», г. Алматы, Самал – 1,31,60.



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



№ 44 (1347) от 8.11.2023



ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Уральск. Издаётся с 1997 г.



## ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ – ПРОРЫВ В МЕДИЦИНЕ XXI ВЕКА

8 ноября свой профессиональный праздник отмечают врачи-рентгенологи. В этот день в 1895 году Вильгельм Конрад Рентген открыл рентгеновские лучи.

стр.3

## СОЛЯНАЯ КОМНАТА – ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

В оздоровительном центре Фаворит прошла реконструкция соляной шахты. Пребывание в этой комнате, насыщенной соляными парами, не только оздоравливает, но и повышает настроение.

стр.3

## МАСЛО ЧЕРНОГО ТМИНА ПОПРАВИТ ЗДОРОВЬЕ

Семена и масло черного тмина испокон веков используются в традиционной медицине разных народов мира.

стр.4

## В КАЗАХСТАНЕ РАЗРЕШАТ ОХОТУ НА САЙГАКОВ

Министерство экологии и природных ресурсов подготовило изменения в Правила выдачи разрешений на пользование животным миром.

стр.2

Звон в ушах, плохо слышите?

# НАКОНЕЦ-ТО ЗВОН В УШАХ ИСЧЕЗ И Я СНОВА МОГУ НАСЛАЖДАТЬСЯ ТИШИНОЙ!

Вы тоже слышите шум и звон в ушах, даже если находитесь в тихой обстановке? Джони Геллер живет в шведском городе Мальмё и рассказывает свою историю. «До пенсии я много лет проработал в шумной обстановке. Но несколько лет назад заметил, что слух ухудшился. Мне казалось, что я слышал шум даже в тишине. Для меня это было сильным потрясением. Раньше я просто забывал защищать свои уши во время работы. Но сейчас я принимаю таблетки **Тоне** и очень счастлив, что теперь наконец звон в ушах исчез и могу наслаждаться покоем», - говорит Джони.

### ОТКРЫЛ ТАБЛЕТКИ ТОНЕ

«Ослабевший слух и посторонний шум в ушах очень раздражали, так как мешали нормально общаться с семьей, друзьями, слушать радио или смотреть телевизор. Шум не позволял отдохнуть или сосредоточиться, хотя я живу в тихом живописном месте. Однажды прочел статью о скандинавском препарате **Тоне** и решил попробовать его. Через некоторое время я заметил, что звон в ушах и раздражающие посторонние шумы гораздо меньше мешают жить полной жизнью и радоваться ей», - продолжает Джони.

### ИЗМЕНЕНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ВОЗРАСТОМ

Связанное с возрастом ослабление слуха называется пресбиакузией (лат. presbyacu-

sia). Частые жалобы: трудно понять, когда говорят тихо, и звон в ушах. Люди нередко свыкаются с изменением слуха, однако их очень утомляет звон в ушах и в голове. Звон становится более интенсивным, если человек нервничает, вечером, в тихой обстановке. Он может ощущаться и ночью. Такие люди часто страдают от беспокойства, смущения, чувства незащищенности и печали, сниженной социальной активности. У многих существуют проблемы со слухом, и большинство из них старается скрыть это. Ведь не секрет, что никому не нравятся насмешки людей из-за того, что ты не все слышишь, о чем говорят. По этой причине большинство людей отрицают проблему и утверждают, что у них все, как обычно.

НЕ ОСЛАБЛЕН ЛИ ВАШ СЛУХ? ДА НЕТ

- Часто трудно понять слова собеседника.
- Во время разговора часто переспрашиваю.
- Некоторые звуки раздражают или навязчивы.
- Звонит 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.

### ФАКТЫ О ТОНЕ



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

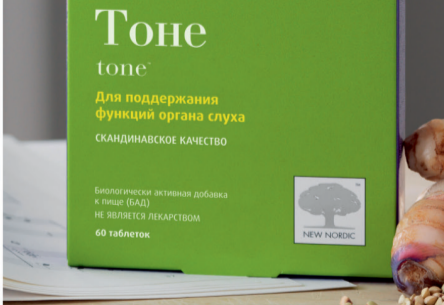
Магний помогает поддерживать нормальный электролитный баланс, а экстракт листьев гинкго билоба улучшает периферическое кровообращение, что особенно важно для хорошего слуха.

Электролиты – это различные соли и минералы, которые создают в организме электрические импульсы. Следовательно, они также важны для нормального слуха. Электролиты нужны организму, как топливо для автомобиля.

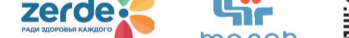
Отпускается без рецепта. Состав: экстракты гинкго билоба, гречихи, черники, хмеля, альпийки, калий, магний, ниацин, витамин С.

Рекомендации по применению: для взрослых и детей старше 14 лет 2 таблетки в день, заливая стаканом воды, во время еды.

Противопоказания: лицам моложе 14 лет, а также лицам, имеющим индивидуальную непереносимость к компонентам продукта, при беременности, кормлении грудью. Период применения рекомендуется проконсультироваться с врачом. Источники: New Nordic Healthlands AB, Södra Fågelsången 3, SE - 211 43, Malmö, Швеция. Адрес производства: Profilabs A/S, Skærbjergvej 11-14, DK-2230 Bldrup, Glostrup, Дания. Представитель, уполномоченный на принятие претензий в РК: Филвал ЗАО New Nordic (Нью Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, Шығысқа, 80, оф. 309А, ССРРТУ 07.08.01.003, R.005 215.12.20, от 30.12.2020 г. выдано ГУ «Республиканским центром патента, эпидемиологии и общественного здоровья». БАД, не является лекарством.



ПРОДАЕТСЯ В АПТЕКАХ И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС

**+7771930087**

**WWW.NEWNORDIC.KZ**

НАШ ИНСТАГРАМ: @newnordic.kz



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.

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

Газета набрана и сверстана в издательском центре АО «Талап»: г.Уральск, ул. Ескалиева, 126. Претензии по качеству печати принимаются только со ссылкой на автора и газету «Талап». 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



ДОСТУПНО в Google Play

ЗАГРУЗИТЕ в App Store

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

Согласием 85701808L от 12.07.2017 года выдана Уполномоченным здравоохранения ЗКО. Акционер ЗКО.

АПТЕКА №39 на Монкеулы, 77

**АПТЕКА ОПТОВЫХ ЦЕН!**

В НАШЕЙ АПТЕКЕ ОПТОВЫЕ ЦЕНЫ НА ВСЁ!

## УТВЕРЖДЕН НАЦПРОЕКТ «ДОСТУПНЫЙ ИНТЕРНЕТ»

**Премьер–министр РК Алихан Смаилов подписал постановление об утверждении Нацпроекта «Доступный интернет».**

Как сообщили в пресс–службе главы правительства, цель проекта – обеспечение населения широкополосным доступом ко Всемирной сети со скоростью не менее 100 Мбит/с. Проект охватывает период с 2024 по 2027 годы. На его реализацию будет использовано более 1,5 трлн тенге. Основной акцент будет сделан на строительстве разветвленной сети волоконно–оптических линий связи на селе. Планируется монтаж соответствующих линий связи более чем в 3 тыс. сел. Интернет будет доведен до 400 тыс. домохозяйств.

В рамках проекта запланировано строительство цифровой инфраструктуры для покрытия мобильным интернетом республиканских и основных областных автодорог. В частности, планируется установка 487 антенно–мачтовых сооружений. Это позволит охватить мобильным интернетом 17 тыс. км автодорог.

До конца 2025 года планируется внедрить технологию 5G во всех городах республиканского значения и областных центрах. В рамках этой работы инвестиции оператора связи составят около 300 млрд тенге.



## В КАЗАХСТАНЕ РАЗРЕШАТ ОХОТУ НА САЙГАКОВ

**Министерство экологии и природных ресурсов подготовило изменения в Правила выдачи разрешений на пользование животным миром.**

В перечень добавлена выдача разрешений на любительскую (спорттивную) охоту на сайгаков, за исключением дериватов (рогов), на территории закрепленных охотничьих хозяйств. Она осуществляется согласно выделенной квоты. Заявка на проведение любительской охоты на сайгаков на территории закрепленных охотничьих хозяйств подается в местный исполнительный орган.

Разрешение на любительскую охоту на сайгаков выдается по утвержденной форме, в которой предусмотрена охота на одну особь самца сайгака. Лимит на проведение промысловой охоты на сайгаков на территории резервного фонда устанавливается на основании биологического обоснования.

Заявка на проведение промысловой охоты на сайгаков на территории резервного фонда охотничьих угодий также подается в местный исполнительный орган. После производства охоты егерь осуществляет маркировку рогов и конечности туши сайгака.

Документ размещен на сайте Открытые НПА для публичного обсуждения до 20 ноября.

Согласно научному заключению, 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.

## В СФЕРУ АПК – НАУЧНЫЙ ПОДХОД

**На круглом столе под председательством акима области Наримана Турегалиева был поднят один из злободневных вопросов – необходимость интеграции науки и производства в агропромышленном комплексе.**

В заседании приняли участие фермеры региона, ученые–практики, ветераны сельскохозяйственной отрасли, сотрудники компетентных ведомств. Глава региона, открывая заседание, отметил, что в настоящее время наблюдается отрыв агропромышленного комплекса от науки.

– Сельскохозяйственная наука должна подняться на ка-

чественно иной уровень – стать комплексной. Нужен симбиоз ученых и фермеров. Научные разработки ученых, к сожалению, остаются на стадии рекомендаций, а ведь они должны претворяться в жизнь и использоваться на практике. Поэтому предлагаю создать две рабочие группы по этим двум отраслям и разработать научно обоснованную программу по развитию растениеводства и животноводства, – сказал Нариман Турегалиев. В ходе заседания был выбран состав групп, куда вошли опытные фермеры, ученые и ветераны отрасли. Рабочие группы должны будут выстроить алгоритм программы и отчитаться главе региона о проделанной работе уже через месяц.

## В ЗКО ОТКРЫТЫ ДВА СПОРТЗАЛА

**Физкультурно–оздоровительные комплексы построены в селах Тайпак и Чапаево Акжайыкского района. На их открытии присутствовал аким ЗКО Нариман Турегалиев.**

Проекты были реализованы в рамках программы «100 физкультурно–оздоровительных комплексов», озвученной в Послании Президента страны Касым–Жомарта Токаева – за счет средств, выделенных компанией «КПО б.в.». Здание физкультурно–оздоровительного комплекса в селе Тайпак рассчитано на 160 мест. Оно оснащено спортивным, борцовским, тренажерным залами, душевой и гардеробом. В селе смогут динамично развиваться такие виды спорта, как қазақ күресі, вольная борьба, дзюдо, волейбол, баскетбол и мини–футбол. Комплекс предоставляет широкие возможности для проведения соревнований различного уровня, вовлечения широких масс в спорт, эффективной организации досуга молодежи.

### ФОК В ЧАПАЕВО

Строительство спортзала в райцентре Акжайыкского района на 320 мест началось в 2020 году. На первом этаже здания расположены зал для игровых видов спорта, комната тяжелой атлетики и боксерский ринг, места для инвалидов–колясочников, а на втором этаже – раздевалка с душевыми комнатами, зал борьбы и комната для игры в шашки, шахматы и тоғызқұмалақ. – В комплексе имеются все условия для занятий спортом населения, и он доступен для каждого жителя. Государство всегда уделяет внимание укреплению здоровья населения. Уверен, что благодаря новому комплексу в



«Новом Казахстане» появятся достойные спортсмены, – сказал Н. Турегалиев.

Ленту на открытии физкультурно–оздоровительного комплекса разрезали глава региона Нариман Турегалиев и серебряный призер Азиатских игр, чемпион РК по боксу Даниял Сабит.

– В рамках исполнения поручения Главы государства в области введено в эксплуатацию 11 физкультурно–оздоровительных комплексов. Теперь юные спортсмены смогут тренироваться в спортивном комплексе, совершенствовать свое профессиональное мастерство, добиваться высоких результатов на соревнованиях и защищать честь страны на международных аренах, – сказал Нариман Турегалиев.

## ЗАПЛАНИРОВАНА РЕКОНСТРУКЦИЯ ТЕПЛОЦЕНТРАЛИ

**Теплоэлектроцентральный город Уральска находится в красной зоне, в соответствии с регионами республиканских рисков. Общий износ ее – 88%.**

– Для решения этой проблемы, в целях модернизации теплоэлектроцентрали Уральска начаты четыре проекта по реконструкции турбоагрегата, градирни, распределительных устройств, а также строительство новой котельной по ул. Аул ученых поселка Зачаганск, – рассказал на брифинге руководитель управления энергетики и жилищно–коммунального хозяйства ЗКО Мирас Мулдак. – Градирня была запущена в мае 2023 года. В результате снизился объем использования технической воды из реки Урал для нужд теплоэлектроцентрали, а также прекратился обратный сброс теплообменных вод в реку Урал.

По словам руководителя ведомства, завершается строительство новой котельной по улице Аул ученых поселка Зачаганск. В результате стабильным теплом обеспечиваются 9 домов, 6 производственных предприятий, 1 социальный объект. Ввод турбины в эксплуатацию ожидается в 1 квартале 2024 года.

Были проведены технические осмотры зданий теплоэлек-

троцентрали, в результате которых установлено, что 11 из них находятся в аварийном состоянии. Сейчас разрабатывается проектно–сметная документация на реконструкцию и капитальный ремонт 5 производственных зданий теплоэлектроцентрали: газотурбинной установки, основного корпуса, комплектования тепловых сетей, мастерских механического ремонта, служебно–бытового корпуса. После получения положительного заключения государственной экспертизы проекта бюджетная заявка будет направлена в отраслевое министерство с целью выделения республиканских средств. Разработку проектно–сметной документации по 6 остальным зданиям планируется начать в 2024 году.

– В Уральске есть необходимость реконструкции тепломагистралей №2 и №5 общей протяженностью 5,6 км, – отметил Мирас Мулдак. – В настоящее время готовится ПСД. Кроме того, за счет собственных средств АО «Жайыктеплоэнерго» проведен капитальный ремонт котлоагрегатов №9, №2 и №4, турбоагрегата №3, 5,8 км тепловых сетей.

С 2024 по 2028 годы планируется реализовать 8 проектов на реконструкцию зданий и сооружений теплоэлектроцентрали на сумму 61 млрд. тенге.

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

## ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ. ПРОРЫВ В МЕДИЦИНЕ XXI ВЕКА

**8 ноября свой профессиональный праздник отмечают врачи–рентгенологи. В этот день в 1895 году Вильгельм Конрад Рентген открыл рентгеновские лучи. С этого момента начала развиваться рентгенология.**



Много лет рентген оставался самым распространенным, быстрым и доступным средством диагностики в мире. С течением времени радиология совершила большой скачок в развитии, появились новые методы, аппараты лучевой диагностики и терапии. Международный день радиологии и День рентгенолога был учрежден в 2012 году по инициативе мирового сообщества.

Рентгенолог – ответственная врачебная специальность, в которой высокие технологии тесно взаимосвязаны с квалификацией и опытом. От достоверной постановки диагноза зависит эффективность любого вида терапии, а значит, здоровье и жизнь пациента. Медицинский центр АО Талап оснащен современными аппаратами МРТ и КТ, рентгеновским аппаратом.

### Два исследования в одном

– Магнитно–резонансная томография – это метод исследования внутренних органов и тканей с помощью магнитного поля, – говорит врач–рентгенолог Эльнара Бауржановна Сабанова (на фото). – Такая методика максимально информативна при диагностике состояния мягких тканей: внутренних органов, в том числе головного мозга, а также сухожилий, связок и мышц, входящих в суставной аппарат. Это дорогостоящие исследования, но именно они дают ответы на все вопросы о состоянии здоровья людей. Для пациентов нашего центра работают программы – два исследова-

ния в одном. Это позволяет существенно сэкономить и в то же время предоставить наиболее полную клиническую картину. Головной мозг исследуется вместе с шейным отделом позвоночника, а позвоночник – вместе с суставом. В отдельных случаях МРТ может проводиться с использованием контрастного вещества. Это раствор, который вводится в вену на руке через катетер и на какое–то время делает сосуды изучаемого органа видимыми для томографа. На снимках врач видит поражения органов, разрывы фасций, мышечных волокон, вывихи, наросты. По результатам он может говорить о нарушении кровообращения или перенесенном инсульте.

КТ, или компьютерная томография, – это метод исследования с помощью рентгеновских лучей, используется при диагностике костей и легких. Что выбрать – рентген или КТ? Это врач решает в каждом случае индивидуально – какой именно метод станет наиболее информативен.

Врач может порекомендовать МРТ–скрининг при жалобах на боль неясной этиологии, нарушении репродуктивных функций и сложностях с зачатием ребенка, после травм или перед плановым хирургическим вмешательством.

– В отделении лучевой диагностики МЦ АО Талап установлено новейшее оборудование, которое обеспечивает четкое изображение, подтожила Эльнара Бауржановна. – Это важно для правильной диагностики. Я как рентгенолог делаю заключение, а потом эти данные передаются лечащему врачу, который назначает лечение и контролирует процесс.

## СОЛЯНАЯ КОМНАТА – ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

**В оздоровительном центре Фаворит прошла реконструкция соляной шахты. Сейчас пребывание в этой комнате, насыщенной соляными парами, не только оздоравливает, но и повышает настроение – детям и взрослым.**

В соляной комнате – особенный микроклимат. Температура, влажность, давление, насыщенность ионами – все эти показатели строго выверены. Воздух в соляных пещерах полностью стерилен. Поэтому размножение бактерий и других патогенных микроорганизмов в ней исключено. Галокамера насыщена мельчайшими частицами соли, распыленными в воздухе. Величина частичек составляет от 1 до 5 мкм. Благодаря такому размеру соль свободно проникает в дыхательные пути. Выдыхание паров соли улучшает общее самочувствие и повышает настроение. Уже после первого сеанса пациенты отмечают уменьшение усталости, снятие внутреннего напряжения. Благодаря высокой концентрации отрицательных ионов в воздухе соляной пещеры, обменные процессы протекают быстрее. Это приводит организм в тонус. Считается, что сеанс пребывания в соляной пещере равнозначен дню отдыха на морском побережье.

### СОЛЯНАЯ ШАХТА ПОЛЕЗНА ПРИ:

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

Еще одно полезное свойство галокамеры – повышение общего и местного иммунитета. Увеличивается устойчивость к патогенным микробам, повышается активность лимфоцитов.

Отрицательные ионы угнетают выработку медиаторов воспаления в слизистой оболочке дыхательных путей. Благодаря этому снижается интенсивность воспалительного процесса, уменьшается отек ткани, вырабатывается меньше слизи.

### СОЛЯНЫЕ ПЕЩЕРЫ В КОСМЕТОЛОГИИ

Активно используется лечение солью и в косметологической практике. Соляные пещеры помогают избавиться от угревой сыпи или акне. Пары подсушивают кожу, дезинфицируют ее. Этот эффект полезен при экземе, аллергической сыпи.

Галотерапия практически не имеет противопоказаний, она полезна и маленьким детям, и беременным, и пожилым людям. Соляная шахта прекрасно сочетается с другими процедурами, а в комплексе они усиливают оздоравливающий эффект. Соляная шахта включена детские программы «Неболейка», разработанную для укрепления иммунитета для часто болеющих малышей. Хороший эффект от галотерапии врачи наблюдают у взрослых, переболевших бронхитом и пневмонией, коронавирусной инфекцией. «Если вам по каким–то причинам необходимо пройти оздоровительные процедуры, включите в них соляную шахту. Времени это займет немного, а польза будет большая!» – советуют врачи–физиотерапевты.

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

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

ВЕДЕТ ПРИЕМ ДЕТСКИЙ НЕВРОЛОГ

**АЛИБЕК ГАПУРИНОВИЧ  
ЕСЕНДИЯРОВ**

Прием детей от 0 до 18 лет

- Наблюдение за здоровьем детей младшего возраста
- Оценка и при необходимости – коррекция нервно–психического развития детей
- Выявление и лечение патологий нервной системы

**Чем раньше обнаружата нарушения в развитии, тем легче они корректируются!**

**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 ЗКО.

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

ВЕДЕТ ПРИЕМ ВРАЧ УЗИ

**РАНИСА РАФХАТОВНА  
БАЛЫКОВА**

Проводится исследование внутренних органов:

- печени, поджелудочной железы, селезенки, почек
- Щитовидной, молочных желез
- Органов женской репродуктивной системы
- Простаты
- Мягких тканей
- Сосудов шеи и конечностей

**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 ЗКО. Акимат ЗКО

**ФАВОРИТ**

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

ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ  
ОПЫТНЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ПРОВОДЯТ  
**ЛЕЧЕБНУЮ  
ФИЗИКУЛЬТУРУ – ЛФК**

ЛФК врачи назначают при:

- Нарушениях осанки у детей
- Вальгусной, варусной деформации стоп
- Плоскостопии
- При восстановлении после переломов, растяжениях связок
- Особенно полезна гимнастика для пожилых – для профилактики обострений хронических заболеваний.

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

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

**ФАВОРИТ**

**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);
- патологий 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 БУДНИ С 8:00 ДО 19:00.  
Суббота с 9:00 до 14:00, воскресенье с 9:00 до 13:00.  
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
Выдана Управлением Здравоохранения ЗКО, Алматы ЗКО

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

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ

**ПРОГРАММЫ  
ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

Стрессы  
поздоровья!

программа  
**RELAX**

УДОВОЛЬСТВИЕ  
НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

23 800  
Копирование, продажа, распространение  
электронных копий, распространение  
дискретной копии и копии шифра  
запрещены. © 2023

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

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

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
Выдана Управлением Здравоохранения ЗКО, Алматы ЗКО

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

ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ  
С ПОМОЩЬЮ ГИДРОТЕРАПИИ!

УКРЕПИТЕ ИММУНИТЕТ  
И НЕРВНУЮ СИСТЕМУ ПОМОГУТ  
ЖЕМЧУЖНЫЕ  
И ХВОЙНЫЕ ВАННЫ

Лечебные ванны показаны в комплексном  
лечении остеохондроза, нарушения обмена  
веществ, восстановления после простудных  
заболеваний и травм, переутомления.

Релакс в жемчужной или хвойной ванне –  
лучший способ отдыха от напряженной работы!

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

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

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ  
ГОРОДА И ОБЛАСТИ!**

Городская Многопрофильная больница АО Талап  
информирует о размещении объемов предостав-  
ления медицинских услуг в рамках Обязательного  
Социального Медицинского Страхования на  
2023 год в форме стационарной и стациона-  
розамещающей медицинской помощи взросло-  
му населению на следующие виды услуг:

- предоставление стационарной и стационарозамещающей 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 Айсагалиевна - врач офтальмолог
- Ташкенбаев Бахтияр Шарыптаевич – врач хирург
- Сидоров Александр Владимирович - врач хирург
- Илекеев Азамат Алпамысович – врач хирург
- Шалкарлова Гульнур Нуржановна – врач акушер-гинеколог

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

# МАСЛО ЧЕРНОГО ТМИНА ПОПРАВИТ ЗДОРОВЬЕ

Семена и масло черного тмина ископан веков используются в традиционной медицине разных народов мира.

Настойка черного тмина традиционно использовалась для лечения несварения, потери аппетита, диареи, паразитарных инфекций и проблем с кожей. Семена применялись для поддержки иммунной системы, пищеварения, респираторных заболеваний, почек и печени и здоровья сердца. В Азии и на Ближнем Востоке они уже давно используются для лечения астмы, бронхита, ревматизма и других воспалительных заболеваний.

Наиболее распространенным активным химическим веществом в черном тмине является тимохинон, а также флавоноиды, антиоксиданты и жирные кислоты. Основные из них – это линолевая Омега-6, олеиновая Омега-9. Тминное масло содержит фосфолипиды, фитостеролы, витамины Е и D, А, С, В, фосфор, кальций и железо. Регулярное употребление этого масла улучшает работу мозга и центральной нервной системы. Оно способствует повышению физической и умственной трудоспособности.

## ДИАБЕТ 2 ТИПА

Ученые провели исследования, которые показали, что вещества, содержащиеся в масле черного тмина, улучшают толерантность к глюкозе почти так же эффективно, как лекарственные препараты. Было также доказано, что оно повышает эффективность антидиабетических препаратов.

## АСТМА

Тимохинон содействует уменьшению воспалительных процессов. Черный тмин действует как релаксант, уменьшает спазмы в гладких мышцах. Он проявляет антигистаминные свойства.

## УЛУЧШЕНИЕ ПАМЯТИ И СНИЖЕНИЕ СТРЕССА

Семена черного тмина ингибировали вызываемые стрессом биохимические изменения. Вещества, содержащиеся в этом растении, также позитивно влияют на память и когнитивные способности. В общей сложности масло из черного тмина имеет по меньшей мере 20 различных фармакологических действий: антидиабетическое, иммуномодулирующее, анальгетическое, антимикробное, противовоспалительное, спазмолитическое, бронхолитическое, гепатопротекторное, гастропротекторное, антиоксидантное.

Тминное масло может принести пользу в профилактике и в комплексе лечения атеросклероза, гипертонии, ишемической болезни, вегето-сосудистой дистонии, варикоза,

тромбофлебита, тромбоза. При разнообразных заболеваниях дыхательных путей продукт из черного тмина оказывает жаропонижающее и отхаркивающее действие.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В КОСМЕТОЛОГИИ

Масло черного тмина насыщает кожу полезными веществами, способствуя обновлению клеток. Кожа становится гладкой, увлажненной, мягкой и упругой. Тминное масло стимулирует выработку коллагена и улучшает эластичность. Его рекомендуют применять как при шелушении и сухости кожи, так и для улучшения состояния проблемной и жирной кожи.

Тминное масло превосходно увлажняет и питает волосы, придает им мягкость, гладкость, блеск, предупреждает их ломкость и сечение. Самый элементарный способ ухода за собой с помощью масла тмина – добавление нескольких капель в крема, шампуни, бальзамы, всевозможные маски для волос и кожи.

## ПРИМЕНЕНИЕ ЧЕРНОГО ТМИНА В КУЛИНАРИИ

Черный тмин можно купить как в виде цельных семян, так и масла, и оба полезны на кухне. Черный тмин дает блюду теплый, слегка горький вкус, который похож на смесь тимьяна, орегано и мускатного ореха. Семена также могут быть добавлены в запеканки, смузи и выпечку. Можно приготовить чай, залив семена горячей водой (около 1 столовой ложки) и заварив их в течение 10 минут.

**Смесь черного тмина, меда и чеснока – это мощный тоник от кашля и для повышения иммунитета, особенно во время сезона гриппа и простуды.**

Имейте в виду, что, как и все семена, черный тмин имеет высокое содержание полиненасыщенных жиров. Диетологи советуют ограничить ежедневное потребление до 1 – 2 столовых ложек.

**Приобретайте масло черного тмина в аптеках АО Талап. Весь товар в аптеках сертифицирован, налажен строгий контроль за соблюдением правил хранения и сроками годности.**



**РЕГУЛЯРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ЭТОГО  
МАСЛА УЛУЧШАЕТ РАБОТУ МОЗГА И  
ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ. ОНО  
СПОСОБСТВУЕТ ПОВЫШЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ  
И УМСТВЕННОЙ ТРУДОСПОСОБНОСТИ.**

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



# Если беспокоит изжога

Неприятное жжение в желудке после еды чувствовал почти каждый. По статистике, около 20% людей изжога беспокоит не менее чем раз в неделю.

Изжога – это ощущение дискомфорта или жара, жжения за грудиной, которое распространяется вверх от эпигастриальной области по ходу пищевода. У многих людей появление изжоги происходит периодически, обычно через час после еды, особенно, если пищи было много и она острая. Реже изжога возникает во время физической нагрузки, при наклоне тела или когда человек находится в горизонтальном положении.

## ГАСТРИТ, ХОЛЕЦИСТИТ ИЛИ СТЕНОКАРДИЯ?

Причиной возникновения изжоги может быть повышенная кислотность, повышение внутрибрюшного давления, гастрит или другие желудочные заболевания. Обычно изжога возникает при повышенной кислотности желудочного сока, но может наблюдаться и при пониженной кислотности. Может возникать и на нервной почве вскоре после еды. Нередко изжога беспокоит беременных, из-за смещения внутренних органов.

Изжога может быть проявлением заболеваний сердечно-сосудистой системы. Она характерна для стенокардии, а иногда возникает и при повышении артериального давления. Определить ее причину в таких случаях несложно. Если после приема сосудорасширяющих препаратов изжога проходит, нужно обратиться к кардиологу, который по результатам обследования назначит соответствующее лечение.

**Изжога у здоровых людей может быть проявлением повышенной чувствительности к определенным пищевым продуктам или при злоупотреблении острыми приправами, жирными продуктами, алкогольными напитками.**

## ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ИЗЖОГИ

Обычно, чтобы снять изжогу, достаточно выпить воды. Можно устранить ее приемом антацидов – веществ, которые нейтрализуют действие кислоты. Они обволакивают слизистую оболочку пищевода и защищают ее от воздействия желудочного сока.

Однако приступы изжоги могут повторяться достаточно часто. Поэтому лечение изжоги предусматривает соблюдение диеты, использование лекарств, а также здоровый образ жизни.

## СПРАВИТЬСЯ С ИЗЖОГОЙ ПОМОГУТ СЛЕДУЮЩИЕ СРЕДСТВА:

- выпить теплой минеральной воды, молока.
- Можно принять угольный порошок, питьевую соду (1/4 ч. л. с водой), мед, мятные капли в воде.

Следует отказаться от острой, жареной, жирной пищи, употребления алкоголя, шоколада, свежего хлеба. Придерживайтесь правильного режима питания: ешьте 5-6 раз в день небольшими порциями, не допуская переполнения желудка. Не спешите во время еды, тщательно пережевывайте каждый кусочек.

После еды нельзя сразу ложиться, погуляйте, постоит, в крайнем случае, посидите 30-40 минут.

## КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ИЗЖОГИ НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

- Поможет избавиться от изжоги обычный картофель. Его можно порезать на небольшие кусочки и жевать сырым.
- Эффективен также свежий сок картофеля, его следует принимать небольшими глотками до еды.
- Поможет также свежий сок моркови, пить по 0,5 стакана 1 раз в день.
- Можно использовать отвары и настои трав: мяты, тысячелистника, зверобоя, укропа, ромашки.

Эти средства помогают убрать симптомы, а избавиться от изжоги можно лечением болезни, которая ее вызвала. Часто изжога сочетается с отрыжкой. Это может быть признаком гастрита или язвенной болезни. Уточнить причину изжоги следует, обследовавшись у гастроэнтеролога. После этого он назначит соответствующее лечение. При отсутствии лечения вероятны тяжелые последствия.

**Если у вас изжога повторяется достаточно часто, обратитесь к гастроэнтерологу! Запись по телефону: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

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

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
Выдана Управлением Здравоохранения ЗКО, Алматы ЗКО

**ОЦ «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

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

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

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

**РАБОТАЮТ  
КАБИНЕТЫ МАССАЖА**

Опытные специалисты помогут вам восстановить  
здоровье с помощью массажных техник

- Лечебный массаж для детей и взрослых
- Классический массаж
- Реабилитация после переломов

Особенно полезен массаж для детей - при бронхо-  
легочных заболеваниях, искривлении позвоночника,  
плоскостопии. Регулярные курсы ускоряют нервно-  
психическое развитие детей, укрепляют иммунитет.

**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 ЗКО, Алматы ЗКО

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

**СПЕЦИАЛИСТЫ ОЦ ФАВОРИТ  
АО ТАЛАП РЕКОМЕНДУЮТ ЛЕЧЕБНЫЕ  
И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ,  
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ  
ЗАБОЛЕВАНИЯХ. ФИЗИОЛЕЧЕНИЕ СНИЖАЕТ  
ЛЕКАРСТВЕННУЮ НАГРУЗКУ,  
УКРЕПЛЯЕТ ИММУНИТЕТ И УСКОРЯЕТ  
ПРОЦЕСС ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ!**

ЗАБОЛЕВАНИЯ	ПРОЦЕДУРЫ
Лечение заболеваний опорно – двигательного аппарата	
Травмы суставов	Водолечение, гидромассаж
Артроз	Массаж
Ревматоидный артрит	ЛФК
Подагра	Лазерная терапия
Остеохондроз	Парафинолечение
Сколиоз	Физиопроцедуры
Плоскостопие	Гирудотерапия
Лечение заболеваний желудочно – кишечного тракта	
Гастрит	Иодобромные ванны
Гастродуоденит	Лазерная терапия
Холецистит	Массаж воротниковой зоны
	Гирудотерапия, рефлексотерапия
Лечение заболеваний органов дыхания	
Простудные заболевания	Соляная шахта
Хронический бронхит	Рефлексотерапия
Бронхиальная астма	Парафинолечение
Пневмония	Массаж грудной клетки
Лечение мочеполовой системы	
Воспаление придатков матки	Водолечение
Бесплодие	Лазерная терапия
Простатит	Гирудотерапия
	Физиопроцедуры
Лечение заболеваний сердечно – сосудистой системы	
ИБС	Водолечение
Артериальная гипертензия	Лазеротерапия
Нейро – сосудистая дистония	Рефлексотерапия
Мигралгии	Массаж воротниковой зоны
Кардиосклероз	Гирудотерапия

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)

