202

săptămâna MEDICALĂ

Anul XII • Nr. 202 • Iunie 2016

2.49 lei

Oricine poate ajunge medic?

Să folosim „secretul” longevității măslinului

Întotdeauna prevenția este mai puțin costisitoare

Chirurgia estetică a buzelor

Evenimentele vieții și sănătatea umană 6

Prevenția este mai puțin costisitoare 20

Pledoarie pentru reconstrucția sânului 34

Singurătate și neîncredere .....Pag. 13

Tratamentul laparoscopic al defectelor peretelui abdominal..... Pag. 14

Natural Pharmaceuticals

Vitamina D3 *Natural* Picături - Flacoane 10 ml
Conține: Vitamina D3 100UI la fiecare picatură

Vitamina C *Natural* Picături- Flacoane 15 ml
Conține/1ml soluție: Vitamina C hidrosolubila 2,5 mg la fiecare picatură

MULTIVIT *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conține: Vitamina A (retinol) 600UI (180 mcg), Vitamina B1 0,25 mg, Vitamina B2 0,25 mg, Vitamina B6 0,25 mg, Vitamina C 25 mg, Vitamina D3 (100UI) 2,5 mcg, Vitamina E 2 mg, Vitamina PP 2,5 mg, Calciu (din Citrat Malat de Calciu) 3,3 mg la fiecare 2,5 ml (o lingurită).

CAL DB12 *Natural* Sirop - Flacoane 100 ml
Conține: Calciu (lactat) 110 mg, Vitamina D3 400UI (10 mcg), Vitamina B12 400UI (10 mcg) la fiecare 5 ml (o lingurită).

CAL D3 *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conține: Calciu (lactat) 110 mg, Vitamina D3 400UI (10 mcg) la fiecare 5 ml (o lingurită).

FEROVIT *Natural* Sirop - Flacoane 100 ml
Conține: Fier 5 mg, Vitamina B1 1 mg, Vitamina B2 1 mg, Vitamina B6 0,5 mg, Vitamina B12 1 mcg, Vitamina PP 5 mg, Vitamina C 25 mg la fiecare 5 ml (o lingurită).

CALCIU Natural Sirop - Flacoane 150 ml
Conține: Calciu (lactat) 110 mcg la fiecare 5 ml (o lingurită).

CALCIMAG B6 *Natural* Sirop - Flacoane 150 ml
Conține: Calciu (lactat) 130 mg, Calciu (citrat malat) 30 mg, Magneziu (lactat) 125 mg, Vitamina B6 0,25 mg, Vitamina C 25 mg, la fiecare 5 ml (o lingurită).

Natural Pharmaceuticals Supliments Srl
București, România, B-dul C. Coposu nr. 4, sector 3
Tel: 021 320 0595, Fax: 021 326 8025

Achimaș a avut dreptate!

Când a spus că nu meritǎm medicii pe care–i avem, ministrul sănătății (demisionar) s-a referit probabil la faptul că există o mare discrepanţă între dinamica evoluţiei din medicină și aceea din alte domenii, cum ar fi, doar ca exemplu, sistemele sanitare domestice sau infrastructura din transporturi.

În medicină, procedurile și metodele de diagnosticare și tratament nu mai seamana deloc cu ce se practica doar cu 2-3 decenii în urmă. Profesorul Silviu Constantinoiu spunea într-un interviu acordat redacţiei noastre că dacă un medic nu-și updatează continuu cunoștinţele medicale în maxim 6-7 ani va vorbi altă limbă, una ușor arhaică, faţă de colegii de profesie. Profesorul Ioan Coman era mai sever, apreciind perioada de schimbări irecuperabile de 5 ani.

Astfel, menţinerea la zi a competenţelor medicale presupune un efort din partea în primul rând al medicilor dar și a statului când ne referim la infrastructura medicala și includem în primul rând aparatura de ultima generație și medicamentele cele mai noi.

În comparaţie cu europenizarea sistemului medical din România (mai puţin salariile medicilor), dacă revenim la exemplele propuse anterior, nu la fel stăm din punctul de vedere al sistemelor publice și private de salubritate, capitol la care suntem primii din Europa doar când ne referim la closetele din fundul curţii în mediul rural. Recent s-au împlinit 140 de ani de la inaugurarea tronsonului de cale ferată Comarnic-Brașov, primul care a trecut munţii din Muntenia în Ardeal. Se pare că s-a făcut cu 140 de ani în urmă, cu tehnologia de pe vremea aceea, în ultimele decenii a devenit greu și de întreţinut, pentru că pe tren distanţa București – Cluj se face acum în 11 ore! În ceea ce privește infrastructura rutieră, la fel, nu reușim să străbatem cu o autostrădă înălţimile transalpine, adică ce s-a reușit pe cale ferată pe vremea lui Cuza.

Și atunci, nu a avut dreptate doctorul Achimaș când a afirmat că unii dintre noi nu meritǎm nici îngrijirea medicală care ni se acordă?

Călin Mărcușanu

săptămâna MEDICALĂ

Cuprins

Oricine poate ajunge medic? 4

Evenimentele vieții și sănătatea umană 6

SMILE, operația de reducere dioptrii care a revoluționat chirurgia refractivă pentru miopie 7

Fără durere și cu recuperare rapidă, în 72 de ore mergeți la plajă 7

Ar fi necesar un Registru de Biopsii Renale în România? 10

Singurătate și neîncredere 12

Tratamentul laparoscopic al defectelor peretelui abdominal 14

Întotdeauna prevenţia este mai puţin costisitoare 20

Să folosim „secretul" longevității măslinului 22

Combaterea naturală a obezității cu ayurveda 26

Tu știi să abordezi infecțiile urinare? 28

Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Chili și Propolis 30

Alifia Melkfett cu Extract De Arnică Alpifresh 31

Chirurgia estetică a buzelor 32

Pledoarie pentru reconstrucţia sânului .. 34

Foto revistă: Shutterstock

Coordonator medical: Dr. Aurora Bulbuc, medic primar Medicină de familie

Editor: Fin Watch
Calea Rahovei, nr. 266-268, Sector 5, București,*
Electromagnetica Business Park, Corp 60, et. 1, cam. 19
Tel: 021.321.61.23
e-mail: redactie@finwatch.ro

Tiraj: 25.000 ex.
ISSN 2067-0508

Oricine poate ajunge medic?

Interviu cu Prof. dr. Ioan Coman, medic primar urolog, considerat azi unul din cei mai buni chirurgi în chirurgia endoscopică. De ce a optat pentru medicină? Ce profesori i-au netezit în facultate și la începuturile sale profesionale drumul nesfârșit spre performanță?

Domnule profesor Coman, and ați decis și ce va determinat să urmați o pregătire în profesia de medic și mai ales de urolog?

Mi-e greu să vă răspund la această întrebare pe care adesea mi-am pus-o și eu, dar ce imi amintesc cu nostalgie e faptul că din primii ani ai copilăriei și dintre primele amintiri care îmi revin în memorie este „jocul" de-a medicul care are pacienți pe care îi tratează. Era „jocul" meu preferat în copilarie. Mama mea, femeie extrem de inteligentă și puternică dar cu puțină școală a dorit dintotdeauna să își vadă copilul doctor. Așa că, poate nu întâmplător, după ce scotea pâinea din cuptorul de la țară, îmi punea la copt „pacienții" confecționați de ea din lutul de la marginea drumului, pacienți care atunci când erau „bine copți" urmau să fie tratați de mine, copilul de 3-4 ani , cu cuie pe post de ace de seringă până când … vă imaginați … se vindecau definitiv. Iar acest „joc" a continuat pe parcursul anilor de școală din comuna Gilău, județul Cluj, unde m-am născut și copilărit, iar toți colegii și dascălii mă tratau ca pe doctorul clasei, chiar dacă eram singurul dintre colegi care așteptam angoasat controalele medicale de la școală sau efectuarea vaccinărilor obligatorii. Și astfel, în 1974 când am absolvit liceul din Gilau, nici diriginta nici directorul școlii, nici colegii mei nu se gândeau că aș putea da admitere în altă parte decât la medicină. Ce îmi rămânea de făcut era să învăț cât mai bine la disciplinele de examen, biologie, fizică și chimie ca să nu îmi dezamăgesc părinții, școala și, desigur, „pacienții" copilăriei mele. Așa se face că la concursul de admitere la Facultatea de Medicină Generală din Cluj-Napoca din iulie 1974, într-un concurs cu mulți candidați pe un loc, am fost admis la medicină cu media 10.

Ce puteam face în continuare?

Doar tot ce depindea de mine pentru a confirma că media 10 de la examenul de admitere nu a fost o pură întâmplare sau un moment trecător din viața mea. Și așa se face că la terminarea facultății de medicină din Cluj în 1981 am fost șef de promoție cu o altă medie de 10. A fost un parcurs greu dar frumos și care și-a lăsat amprenta asupra evoluției mele profesionale ulterioare. Imediat după absolvire, conducerea de atunci a facultății, în momentul în care am ales urologia, mi-a trasat viitoarea mea traiectorie: „Ioane, ai ales bine, urologia clujană are nevoie de tine: să faci ceva frumos pentru urologia clujană." Și din acel moment, realitatea de zi cu zi din practica medicală și exigențele profesiunii de medic au depășit cu mult orice imaginație din „jocul" copilariei mele. Jocul s-a încheiat, a rămas doar transpirația…

Ce profesori și colaboratori ați avut care v-au fost mentori și au influențat succesul dumneavoastră profesional de-a lungul carierei?

Oricât de bun student ai fi, fără profesori care să îți fie model în viață și fără colegi cu care să te compari profesional clipă de clipă, succesul nu îți bate la ușă. Universitatea de Medicină din Cluj a avut întotdeauna profesori de excepție, mentori adevărați, formatori de școală. Personal îmi amintesc cu emoție și respect de toți dascălii pe care i-am avut atât la scoala generală și apoi la liceul din Gilău, cât și ulterior la universitate. Fiind pasionat de disciplinele chirurgicale, încă din primii ani de studenție am făcut parte din cercul științific al catedrei de anatomie umană, având-l ca mentor și model, atunci dar și acum, pe cel care îmi era asistent în acea vreme, Dr. Tiberiu Ciobanu. Era un anatomist de excepție, discipol al profesorului Papilian și avea integrare în Clinica de urologie ca medic specialist urolog. și iată că v-am dat un răspuns și mai

exact la prima întrebare… deci nu întâmplător, urologia mi-a fost „injectată" încă din primele luni de studenție. Încă din anul întâi de facultate, alături de colegii mei de grupă, și aș aminti aici pe actualul Profesor de chirurgie generala Constantin Ciuce, Dr. Marian Todoran - chirurg generalist, Dr. Szabo Ioan - neurochirurg, Profesor Dr. Suciu Nicolae - ginecolog, Dr. Șuteu Marius - chirurg generalist, disecam pe cadavre, sub microscopul operator, pe feți și nou născuți, până târziu în noapte sau efectuam injectări pe vasele și căile urinare renale, pentru a obține mulaje care și azi se păstrează la loc de cinste în vitrinele disciplinei de anatomie și sunt prezentate de atunci an de an tuturor seriilor de studenți care pășesc pragul catedrei de anatomie. Ulterior, în așa zisul timp liber, fiind pasionat de specialitățile chirurgicale, participam alături de colegii mei mai sus amintiți, pe atunci studenți și ei și îndrăgostiți de specialitățile chirurgicale, la Biobaza universității la experiențe pe animale în cadrul cercurilor științifice studențești de chirurgie, sub coordonarea Prof. Dr Ionescu Nicu George și Prof. Dr Aurel Kaufmann, care ulterior mi-au fost coordonatori ai lucrării de licență la absolvirea facultatii (1981 - Hepatectomiile parțiale reglate) și respectiv ale tezei de doctorat (1998 - Aplicații ale microchirurgiei și laparoscopiei în urologie). Startul în urologie l-am facut imediat după terminarea facultății, dar pe lângă activitatea clinică obișnuită am predat benevol anatomia umană timp de doi ani în perioada rezidențiatului, fapt ce m-a ajutat enorm în aprofundarea cunoștințelor de anatomie atât de necesare pentru o bună practică chirurgicală. Am fost întotdeauna atras de tot ceea ce era nou și valoros în specialitatea mea iar introducerea laparoscopiei în practica chirurgicală clujeană de către Profesorul Sergiu Duca în 1992 în Clinica Chirurgicală III, nu m-a lăsat indiferent. Destinul a făcut ca din 1996 să mă alătur acestui colectiv și să fac primii pași în fascinanta lume a laparoscopiei urologice, alături de Profesorul Sergiu Duca, părintele laparoscopiei în România, și alături de colaboratorii domniei sale, actualul profesor al clinicii Chirurgie III, Dr. Cornel Iancu, conferențiarul Dr. Cosmin Puia și conferențiarul Dr. Nadim de la aceeași clinică. Am încercat, alături de tinerii mei colaboratori de atunci și care mi-au rămas colaboratori și azi, să transferam experiența în laparoscopie dinspre chirurgia generală spre cea urologică, și aceasta într-o perioadă în care nu exista accesul pe care îl avem azi la informație, așa că citeam primele articole de laparoscopie urologică apărute în literatura de specialitate și încercam să ne imaginăm timpii operatori laparoscopici pentru fiecare patologie urologică în parte, în funcție de cazul pe care îl aveam de operat. Și aș aminti aici colaborarea de excepție pe care am avut-o în acea perioadă cu Dr Osian Gelu, rezident în chirurgie generală, actualmente șeful secției de transplant renal și pancreatic din Riad - Arabia Saudită, cu Dr Alexandru Cota, actualmente medic primar urolog în Germania, Dr. Cristian Bogdan Rusu, actualmente șeful secției de urologie de la spitalul județean Satu-Mare, Dr. Gangan Ioan, rezident în chirurgie general, actualmente urolog în Germania, Dr. rezident Daniel Porav Hodade, actualmente medic primar urolog și șef de lucrări la clinica urologică din Târgu Mureș și nu în ultimul rand, cu veșnicul neliniștit, studentul de atunci și azi medic primar urolog la Institutul oncologic Ion Chiricuță din Cluj și șef de lucrari al disciplinei de Urologie a UMF Cluj-Napoca, mă refer la Dr. Bogdan Petruț. Am avut șansa nu numai a unor profesori și mentori de excepție, dar pot spune cu deplină bucurie că soarta mi-a hărăzit și colaboratori pe care orice profesor și i-ar dori. O parte dintre aceștia au rămas la Cluj alături de mine (și nu mi-a fost ușor să îi rețin!…), iar alții (și nu puțini!) sunt urologi apreciați în alte țări din Europa și nu numai… Ulterior, numărul colaboratorilor a fost tot mai mare, fie ei rezidenți sau tineri specialiști și de ce nu… chiar studenți pasionați de urologie, toți aceștia având ușa cabinetului meu deschisă.

Evenimentele vieții și sănătatea umană

Decenii întregi medicina a luat în considerare doar fenomenele patologice măsurabile sau vizibile. Multă vreme s-a considerat că nu există boală dacă nu pot fi identificate leziuni ale țesuturilor sau dacă nu sunt vizibile abateri funcționale. Ca urmare a concepției mecaniciste că sufletul și corpul reprezintă entități net delimitate, medicina clasică excludea aproape orice interacțiune dintre cele două aspecte ale ființei. În schimb, medicina populară de pe aproape toate meridianele pământului a susținut, direct sau indirect, că între suflet și corp există o legătură subtilă și foarte strânsă.

Începând de la finele secolului XIX, experimentele de psihologie au arătat că emoțiile, sentimentele și convingerile noastre pot acționa instantaneu asupra corpului și asupra fiecărei celule. Sunt notorii relatările unor nume mari din medicina și psihologia europeană (mai ales franceză) care, la început de secol XX au studiat influența minții și a emoțiilor puternice asupra fizicului. Sunt descrise cazuri în care persoane simple s-au putut vindeca de boli grave, doar datorită neclintitei lor credințe în puterea curativă a unor substanțe banale, lipsite de principii active.

Traumele afective ne afectează celulele!

Din păcate, influența emoționalului asupra corporalului acționează și în sens contrar, adică spre deprecierea stării de sănătate. Și asta deoarece la problemele inerente ale vieții (conflicte, pierderi, despărțiri, griji, temeri) se mai adaugă și sugestiile negative răspândite prin mijloace audio-vizuale (profeții negative, descrieri zguduitoare ale unor fapte antisociale etc.). Iar toate acestea, deși aparent au trecut, se acumulează la nivelul inconștientului și generează tensiuni, traduse ulterior prin tulburări ale echilibrului psihic și fizic.

Dacă lăsăm de-o parte prejudecățile și dogmele consacrate, tot mai fragile, de altfel, în noul peisaj științific, realizăm că sentimentele noastre zilnice ne șlefuiesc caracterul și ne influențează bunăstarea fizică și longevitatea. Ne dăm seama că, așa cum avem nevoie de măsuri profilactice, care să țină la distanță microorganismele patogene, la fel avem nevoie și de o igienă mentală, îndreptată contra sugestiilor negative primite mai ales pe calea sunetelor și imaginilor.

Mentalul conștient reprezintă principalul filtru pentru informațiile primite din lumea exterioară. Dar, mai înainte de a dobândi discernământ, ființa umană este influențată inclusiv în cursul vieții prenatale. Acum, este dovedită acțiunea emoțiilor mamei asupra fetusului. De exemplu, micul său suflet suferă în felul său, atunci când mama ia în calcul varianta unui avort. Tot astăzi, unele ramuri ale medicinei holistice (precum homeopatia) țin seama, în stabilirea unui diagnostic, chiar și de împrejurările, fericite sau nu, în care a avut loc concepția.

După atingerea maturității fiziologice și psihice, influența gândurilor și emoțiilor asupra corpului devine atât de limpede încât poate fi observată și de către o persoană obișnuită, dar cu o capacitate introspectivă mai dezvoltată. Unii medici alopați cu experiență acceptă uneori relația dintre atitudinea mentală (convingeri) și anumite boli cronice. Iar o medicină completă va trebui să ia mereu în calcul aceste cauzalități!

Medicina integrată – metodă de evaluare, diagnostic și tratament

Pe măsură ce apar diversele probleme de sănătate, începem să ne punem diferite întrebări cu privire la simptomele pe care le avem și la bolile de care am putea suferi. Apoi, pornim să studiem afecțiunile cu pricina și ne documentăm, cel mai adesea pe Internet. Pe măsură ce ne adâncim în complexitatea informațiilor, ne dăm seama că nu știm aproape nimic. Iar dacă manifestările devin supărătoare, ne adresăm unui medic.

Totuși, înainte de a începe informarea cu privire la boală, ar trebui să facem o analiză asupra momentelor din viața noastră care ne-ar fi putut influența sănătatea, cu evocarea clipelor plăcute și, în special, a celor mai puțin plăcute care au lăsat în urma lor un dezechilibru.

Pentru a realiza acest lucru, medicina integrată ScienceMed vă poate veni în ajutor. În consultația homeopată pe care o efectuăm, pentru a alege remediul cel mai potrivit pentru pacient, avem nevoie de cât mai multe informații despre viața acestuia. Din acest motiv, acest tip de evaluare diferă foarte mult de consultația din cabinetul unui medic obișnuit. Pacientului i se pun întrebări pe care el, de cele mai multe ori, le consideră fără importanță (de exemplu: ce fel de copilărie a avut, ce relație are cu părinții, ce gust preferă mai mult sau unde îi place să călătorească).

Dezechilibrele la nivel energetic pot fi puse în evidență cu ajutorul aparatului de biorezonanță Paul Schmidt. Aceste dezechilibre apar înainte ca boala să se manifeste în plan somatic. Pacienții care își fac acest tip de examinare trebuie să știe că un blocaj energetic maxim pe o anumită frecvență (de exemplu: steatoză hepatică) nu înseamnă neaparat boală ci, mai curând, o predispoziție către acest tip de suferință. Din acest motiv, metoda integrată ScienceMed, este excelentă în scop profilactic, dar și terapeutic. În cadrul consultației integrate, pacientul beneficiază și de o evaluare la nivel celular, efectuată prin intermediul electrosomatografiei. Cu ajutorul acestei tehnici se poate verifica și reacția organismului la remediul homeopat ales.

Dr. Mihaela Dascalu
ScienceMed Romania • www.sciencemed.ro
ScienceMed București: *0723.175.208*
ScienceMed Buzău: *0735.779.330*
ScienceMed Cluj Napoca: *0740.204.633*
ScienceMed Timișoara: *0728.053.976*

ScienceMed
Știința în Armonie cu Natura

SMILE, operația de reducere dioptrii care a revoluționat chirurgia refractivă pentru miopie

Fără durere și cu recuperare rapidă, în 72 de ore mergeți la plajă

Dacă aveți miopie sau astigmatism, cu dioptrii mari, ReLEx SMILE este singura tehnică laser pentru reducerea dioptriilor care vă poate scapa de ochelari sau lentile de contact. SMILE este o tehnică chirurgicală spectaculoasă, prietenoasă, nedureroasă, iar recuperarea este rapidă, în 72 de ore puteți merge la plajă. Mai mult, acuitatea vizuală se recuperează imediat după operație și se îmbunătățește pe măsură ce orele și zilele trec.

Dr. Andrei FILIP
Medic Primar,
Specialist Oftalmolog
Doctor în Științe Medicale
www.amaoptimex.ro
www.scapadeochelari.ro
www.cataracta.ro

În clinica Ama Optimex, am început să efectuăm operații de reducere dioptrii ReLEx SMILE în anul 2014. În tot acest timp, atât noi, chirurgii oftalmologi, cât și pacienții, am fost fascinați de miracolul tehnologiei și progresul pe care l-a adus apariția acestei tehnici. Toți pacientii s-au ridicat de pe masa de operații zâmbind, pentru că, pentru prima dată în viață, au reușit să vadă bine fără ochelari. Este spectaculos, pentru că se întâmplă imediat după operație, fără să îi doară ceva, poate doar cu o ușoară senzație de disconfort, care dispare până a doua zi. După 72 de ore, deja nu prea mai există restricții postoperatorii, pacienții pot merge la plajă sau pot practica sporturi, doamnele se pot machia sau coafa. Recuperarea rapidă fără durere este un beneficiu extrem de important, mai ales în timpul verii, pentru că nu restricționează activitățile obișnuite foarte mult timp.

Pe lângă beneficiile de confort și vindecare rapidă pe care le are pacientul după operație, cu SMILE se pot corecta dioptriile mari, miopie până la -10 dioptrii și astigmatism miopic până la -5 dioptrii, prin celelalte tehnici laser (PRK, LASIK, FemtoLASIK) reducem mai puține dioptrii. În plus, SMILE este operația care are cea mai mică incidență a regresiei dioptriilor postoperatoriu.

Cine poate face operația?

Oricine își dorește să scape de ochelari, are peste 18 ani și dioptrii stabile, are miopie, astigmatism sau miopie și astigmatism (căci deseori ambele sunt prezente) și anatomia ochiului se încadrează în anumiți parametri, pe care îi investigăm cu minuțiozitate înainte de operație, prin investigații oftalmologice.

Unde se face ReLEx SMILE?

Clinica noastră, Ama Optimex, este singura clinică din România care oferă operații prin tehnica SMILE. Iar noi, eu, conf. Dr. Mircea Filip și dr. Miruna Nicolae suntem singurii medici chirurgi oftalmologi din România care efectuăm această intervenție.

Este sigură?

În general, operațiile pentru reducerea dioptriilor sunt cât se poate de sigure, atât timp cât pacientul respectă cu strictețe indicațiile medicului. SMILE este realizată cu cel mai precis femtolaser al momentului, VisuMax Carl Zeiss Meditec.

AMA OPTIMEX
Clinică de oftalmologie

www.amaoptimex.ro
www.scapadeochelari.ro

GLYCORAVNIN PLUS

Supliment alimentar
Susţine metabolismul glucidelor

Descriere:

Extractul de Scorţişoară ajuta la menţinerea nivelului normal de zahăr din sânge.

Acidul alfa lipoic susţine îmbunătăţeşte metabolizarea glucidelor, sprijină procesele intracelulare şi protejează organismul împotriva radicalilor liberi.

Extractul din teci de Fasole contribuie la utilizarea maximă a insulinei, curăţa sistemul genito-urinar şi contribuie la menţinerea tensiunii arteriale normale.

Extractul din frunze de Dud are efect stabilizator rapid asupra metabolismului glucidic.

Extractul de Coada-calului contribuie la buna funcţionare a tractului urinar, ajutând la drenarea lichidelor corporale şi a produşilor toxici de metabolism.

Acţiuni:

- metabolismul energetic normal (B2, B3, B6, Mn)
- metabolismul normal al fierului (B2)
- menţinerea globulelor roşii normale (B2) şi formarea normală a globulelor roşii (B6)
- menţinerea sănătăţii membranelor mucoase (B2, B3)
- menţinerea vederii normale (B2)
- funcţionarea normală a sistemului nervos (B2, B3, B6)
- protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ (B2, Mn, Se)
- menţinerea sănătăţii psihice (B3, B6)
- reducerea oboselii şi extenuării (B2, B3, B6)
- metabolismul normal al proteinelor şi al glicogenilor (B6)
- formarea normală a sistemului imunitar (B6, Se)
- reglarea activităţii hormonale (B6)
- funcţionarea normală a glandei tiroide (Se)

Utilizare:

- 1-2 capsule/zi, înainte, în timpul sau după masă, cu o cantitate suficientă de apă.
- Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată şi echilibrată şi un stil de viaţă sănătos. A nu se lasă la îndemână şi la vederea copiilor mici. A nu se depăşi doza recomandată pentru consumul zilnic. A se citi prospectul înainte de utilizare.

Contraindicaţii:

- Contraindicat copiilor mici, femeilor însărcinate sau care alăptează, precum şi persoanelor alergice la oricare ingredient al produsului.

Pachetul conţine:

- 40 de capsule x 425mg

Importator: SC Proderma Int Srl
Str Cauzasi, nr 33 bis, ap 1, sector 3, Bucuresti
Tel: 0745366906/0748152522
mail: office@proderma-eu.com
www. proderma-eu.com

Distribuitor: SC Green Power Distribution SRL
Str. Principală Nr 444, Frumusani, Jud. Calarasi
Tel: 0342 220 185
mail: office@greenpowerdistrib.ro
www.greenpowerdistrib.ro

IMUNOEFFECT ANTIVIRAL

Supliment alimentar

Descriere:

Rubus idaeus, Sambucus ebulus şi aminoacidul lizina contribuie la creşterea rezistenţei generale a organismului. Echinacea, Geranium sanguineum şi Lentinula edodes contribuie la întărirea sistemului imunitar. Zincul contribuie la funcţionarea normală a sistemului imunitar şi la protejarea celulor împotriva stresului oxidativ. Lizina este un aminoacid care intră în componenţa majorităţii proteinelor din corpul uman şi este implicat în metabolismul calciului, creşterea masei musculare, funcţionarea normală a sistemului nervos, metabolismul energetic (prin participarea la biosinteza carnitinei), sănătatea articulaţiilor (participă la biosinteza colagenului).Potentilla reptans sprijină structura membranei mucoase prin optimizarea funcţiilor ei. Glycyrrhiza glabra susţine activitatea hormonală (stimulează producerea hormonului adrenal).Trigonella foenum-graecum contribuie la optimizarea funcţiilor de detoxifiere ale ficatului şi la reglarea echilibrului hormonal.

Acţiuni:

- Contribuie la funcţionarea normală a sistemului imunitar
- Are efect pozitiv asupra sistemului respirator
- Are efect antioxidant

Instrucţiuni de utilizare:

- 1-2 capsule/zi înainte, în timpul sau după masă, cu o cantitate suficientă de apă.
- Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată şi echilibrată şi un stil de viaţă sănătos. A nu se lasă la îndemână şi la vederea copiilor mici. A nu se depăşi doza recomandată pentru consumul zilnic. A se citi prospectul înainte de utilizare.

Contraindicaţii:

- Contraindicat copiilor mici şi femeilor însărcinate sau care alăptează, precum şi persoanelor alergice la oricare dintre ingredientele produsului.
- Pachetul conţine: 30 de capsule x 475mg

Importator: SC Proderma Int Srl
Str Cauzasi, nr 33 bis, ap 1, sector 3, Bucuresti
Tel: 0745366906/0748152522
mail: office@proderma-eu.com
www. proderma-eu.com

Distribuitor: SC Green Power Distribution SRL
Str. Principală Nr 444, Frumusani, Jud. Calarasi
Tel: 0342 220 185
mail: office@greenpowerdistrib.ro
www.greenpowerdistrib.ro

Ar fi necesar un Registru de Biopsii Renale în România?

Boala cronică de rinichi, concept introdus în limbajul medical în ultimii 10-15 ani în locul – dar nu superpozabil – termenului de insuficiență renală cronică, este o importantă problemă de sănătate publică deoarece afectează aproximativ unul din zece adulți, asociază risc mare de evenimente cardio-vasculare potențial fatale și poate conduce la necesitatea tratamentului prin dializă – procedură costisitoare atât din punct de vedere economic cât și socio-uman. De aceea, ar trebui să știm cu toții mai multe despre Boala cronică de rinichi. De exemplu, faptul că nu este o boală în sensul lexical al cuvântului. Conceptul include o multitudine de boli primitive și secundare de rinichi în a căror evoluție cronică intervine declinul treptat al capacităților funcționale renale, uneori până la pierderea lor completă.

Publicul larg – pacientul, altfel spus – este puţin familiarizat cu bolile de rinichi, cu excepţia situaţiei finale care necesită înlocuirea funcţionării acestora prin dializă. De dializă a auzit şi, mai ales, se teme oricine. Totuşi, trebuie subliniat că nu orice afecţiune a rinichilor este progresivă (adică poate evolua către pierderea treptată a funcţiilor). Mai mult, bolile care îndeplinesc acest criteriu, nu au o evoluţie inexorabilă, intervenţiile terapeutice fiind capabile să încetinească sau stopeze declinul funcţional renal, mai ales dacă sunt instituite precoce. Ca urmare, trebuie acordat un interes maxim depistării cât mai devreme a Bolii cronice de rinichi, ceea ce este relativ uşor de realizat prin efectuarea periodică a unui examen sumar de urină şi a unei determinări a creatininei din sânge. Odată depistată, este misiunea medicului specialist nefrolog să îi identifice cauza şi să stabilească atitudinea adecvată pentru a preveni evoluţia spre dializă.

În majoritatea regiunilor lumii, inclusiv în România, principalele cauze ale decompensării rinichilor sunt nefropatiile secundare diabetului zaharat şi bolilor cardio-vasculare (hipertensiune arterială şi ateroscleroză sistemică). Bolile primitive ale rinichilor, mai ales glomerulopatiile, urmează însă în lista cauzelor de Boală cronică de rinichi, fiind raportate drept motiv al iniţierii dializei la unu până la trei din zece pacienţi de către registrele de dializă din diferite ţări. Foarte important, în timp ce nefropatiile secundare menţionate afectează preponderent bolnavii cu vârstă peste 50-60 ani, bolile glomerulare primare sunt întâlnite deseori la tineri, un motiv suplimentar pentru a le acorda atenţie.

Glomerulopatiile primitive sunt un grup heterogen de boli care au, în principal, mecanism imunologic şi pot fi precis identificate numai prin biopsie de rinichi. Diagnosticul corect histologic este important deoarece majoritatea beneficiază de tratament imunosupresor care le poate stopa evoluţia, dacă este prompt aplicat. Tocmai de aceea, preocuparea pentru cunoaşterea mai bună a frecvenţei de apariţie, a unor eventuale particularităţi de distribuţie geografică sau demografică şi a principalelor forme clinice de prezentare a glomerulopatiilor primare este esenţială pentru elaborarea unor strategii terapeutice. În acest sens se înscrie şi proiectul „Analiza comparativă a incidenţei glomerulopatiilor primitive diagnosticate prin biopsie renală în România şi Norvegia – Studiu retrospectiv în ultimile două decade", desfăşurat în perioada februarie

– iunie 2016 prin colaborarea dintre Disciplina de Nefrologie a Spitalului Clinic de Nefrologie „Dr. Carol Davila" a Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila" din București și grupul de cercetări în nefrologie (Renal Research Group) al Departamentului de Medicină Clinică, Universitatea din Bergen, Norvegia. Proiectul a fost finanțat prin mecanismul Fondului Național Bilateral, parte a acordului pentru Spațiul Economic European, care își propune susținerea unor domenii prioritare din state ale Europei centrale și de est în scopul reducerii inegalităților în cadrul Uniunii Europene. Dincolo de informațiile pur științifice rezultate din acest proiect, care prezintă interes predominant pentru comunitatea medicilor nefrologi atât din cele două țări participante cât și din alte regiuni ale lumii și care vor fi, probabil, comunicate în publicații și/sau întruniri de specialitate, ceea ce aș dori să subliniez acum este modalitatea de organizare a activității referitoare la biopsiile de rinichi pe care am văzut-o la colegii din Bergen.

Renal Research Group funcționează în cadrul Spitalului Universitar Haukeland din Bergen, unde cooperează îndeaproape cu Registrul Norvegian de Biopsii Renale (Norwegian Kidney Biopsy Registry). Acesta din urmă a fost înființat în 1988 și este, în prezent, cel mai mare registru activ de biopsii renale din lume. Aici sunt stocate probe de țesut de la peste 13000 de biopsii de rinichi efectuate în cele patru mari centre de nefrologie din Norvegia în ultimii 28 de ani, împreună cu diagnosticul histologic și date clinice ale fiecărui pacient biopsiat, într-un sistem informatic special creat. Existența registrului național de biopsii renale este un instrument extrem de util pe de o parte pentru uniformizarea procedurilor de lucru și a criteriilor de diagnostic al glomerulopatiilor între diferitele centre universitare Norvegiene și, pe de altă parte, pentru dezvoltarea cercetării medicale în domeniul epidemiologiei bolilor glomerulare dar și al identificării unor potențiali indicatori genetici și moleculari ai acestei patologii, care ar putea facilita identificarea precoce a cazurilor de glomerulopatii și a riscului de evoluție către pierderea funcțiilor rinichilor. Altfel spus, poate furniza informații pentru decizia de administrare a terapiei imunosupresoare cât mai devreme și adaptat gravității cazului, ceea ce ar crește eficiența tratamentului, adică ar întârzia sau anula necesitatea de dializă.

Experiența colegilor Norvegieni poate fi un bun punct de pornire pentru constituirea unui astfel de registru și în țara noastră. Cu siguranță, procesul în sine nu este facil. De exemplu, în Norvegia a existat o perioadă de peste zece ani în care toate rezultatele biopsiilor renale au fost analizate de două echipe distincte de medici specializați în nefropatologie, până la implementarea unor forme de interpretare și raportare unitare. Deasemenea, implicațiile administrativ-organizatorice precum finanțarea, subordonarea, capacitatea de stocare atât a sistemului informatic cât și fizică (a probelor de țesut) și, nu în ultimul rând, securitatea datelor personale nu sunt de neglijat. Totuși, există și premise favorabile. Astfel, efectuarea biopsiilor de rinichi care necesită pentru interpretare medici anatomo-patologi supra-specializați este concentrată și la noi în doar câteva centre universitare mari - București, Cluj, Iași și, în oarecare măsură, Timișoara, ceea ce ar permite o colaborare mai ușoară pentru elaborarea de protocoale comune. Pe de altă parte, poate fi valorificată experiența logistică existentă din organizarea și funcționarea Registrului Renal Român (registrul bolnavilor dializați), care funcționează de peste două decenii. Mai este nevoie de entuziasm, diplomație, multă muncă și perseverență pentru a demara un asemenea proiect.

Beneficiarii preconizați sunt, în final, pacienții cu boli cronice de rinichi – cu glomerulopatii în primul rând – dar și decidenții din serviciile naționale de sănătate deoarece primul pas către elaborarea unor strategii eficiente de îngrijire a unei boli este cunoașterea particularităților sale de dezvoltare și prezentare clinică. Astfel, alocarea resurselor financiare ar putea fi optimizată, iar la nivel individual orice zi, lună sau an fără dializă ca urmare a tratamentului adecvat aplicat ar fi un câștig imens.

Asist. univ.
dr. Cristina Capusa,
coordonator proiect

Singurătate și neîncredere

„Ce singurătate ne face să ne simţim mai singuri decât lipsa de încredere?” (T.S. Eliot)

Prea des, oamenii trăiesc în solitudini diverse - *pe care în mod paradoxal, mulți dintre ei declară că nu și le doresc, de care se tem sau care îi sperie,* având convingerea că nu pot avea încredere în absolut nimeni.

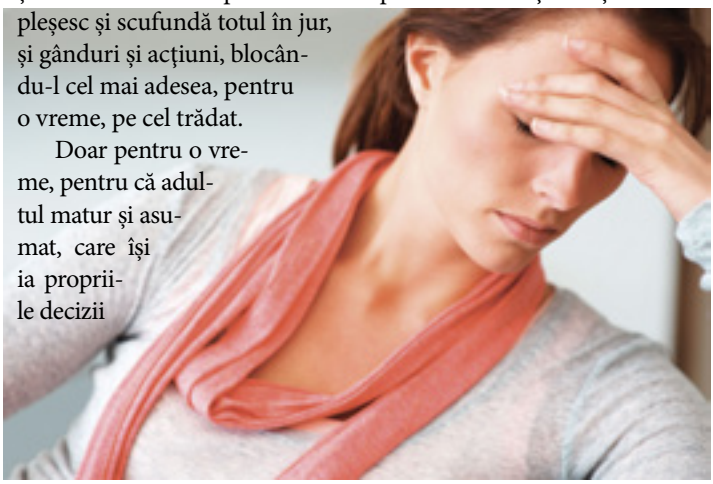
Cristina Fülöp
Cabinet Individual
de Psihologie
Tel. 0722.509.713
0748.752.538

De cele mai multe ori această convingere apare în urma faptului că cineva important pentru ei le-a trădat încrederea. Sigur că trădarea poate fi foarte dificil de gestionat, pentru că rănește și aduce multă suferință, mai ales atunci când este despre un om și o relație în care existau investiții emoționale intense și complexe, însă un om, nu înseamnă toți oamenii….

Cine a trăit trădarea, știe cât de „amestecate“ pot fi emoțiile și sentimentele care parcă copleșesc și scufundă totul în jur, și gânduri și acțiuni, blocându-l cel mai adesea, pentru o vreme, pe cel trădat.

Doar pentru o vreme, pentru că adultul matur și asumat, care își ia propriile decizii și face alegeri sănătoase pentru sine, are capacitatea de a gestiona situații diverse de viață, inclusiv experiențe mai puțin pozitive, în care ne-binele îmbracă forme atât de complexe. „Să mergi mai departe“ după o astfel de experiență, este despre căutarea unui nou echilibru, este despre a avea grijă de tine, despre evoluție personală, despre sentimentele pozitive pe care este firesc să le ai în legătură cu propria persoană, …, este despre tine, cel trădat și despre alți oameni, care te pot susține, încuraja, credita, plăcea, aprecia, iubi….

Să nu mai ai încredere în oameni ar însemna să te trădezi pe tine însuți. O dată pentru că este exclus să fii tu singurul om de încredere în viață, a doua pentru că nu îți dai șansa de a investi în altcineva și în alte relații și încă odată în plus, pentru că îți refuzi confortul unei vieți împreună cu alții, cu care să împarți și să împărtășești emoții, gânduri și experiențe.



Alteori, modelele de educație sunt cele care alienează încrederea în oameni și comportamentele prosociale. Unii copii învață în mod eronat, că neîncrederea totală (fără filtre) în oameni și non-investiția emoțională sunt echivalente cu prudența, autoprotecția și controlul asupra propriei vieți. De multe ori, în spatele acestor erori de educație, se află experiențe defectuos gestionate ale părinților, care din dorința de a-și proteja copiii de situații similare, „îi împing“ pe aceștia către solitudine exterioară, dar mai ales interioară.

Dacă vă aflați în vreuna dintre aceste situații, priviți în jur și încercați să identificați măcar o persoană pe care considerați că ați putea-o credita, puțin mai mult decât ieri, împărtășindu-i un gând sau o emoție în plus. Dacă nu o găsiți, încercați încă odată, cu mai multă încredere și dacă tot nu o puteți identifica, nu uitați că există mulți oameni integri, autentici și onești și, poate, cu ajutorul unui psihoterapeut îi veți putea găsi și credita pentru a face parte din lumea voastră.

OncoDNA aduce noi speranțe în lupta împotriva cancerului metastatic

Biolog Rutca LEPINDEA, Dr. Adrian Radu CRACIUN, director Bio Zyme

Cancerul este una dintre principalele cauze ale decesului în lume. Atunci când cancerul devine metastatic, timpul este esențial, de aceea OncoDNA a făcut o prioritate din lupta împotriva cancerului. Soluția sa unică, care integrează mai multe tehnologii, a fost proiectată pentru a creşte şansele pacientului de a face față bolii.

OncoDNA este o companie specializată în medicina de precizie pentru tratamentul cancerului din Belgia şi lucrează în strânsă colaborare cu Institutul de Patologie si Genetica (IPG), cel mai mare laborator de diagnosticare a cancerului din țară. Această companie are în jur de 30 de distribuitori acoperind peste 60 de țări, acest lucru înseamnând că pacienții din întreaga lume pot avea acces la testele realizate în acest institut. În România, firma **Bio Zyme SRL** este distribuitorul exclusiv al serviciilor **OncoDNA**.

În tratarea cancerului se întâmplă adesea ca prima linie de tratament să nu mai dea rezultate după un anumit timp, prin urmare oncologii se confruntă cu o dilemă în ceea ce priveşte alegerea unui nou tratament pentru pacienții lor. În acest punct **OncoDNA** vine cu următoarea soluție: efectuarea testelor **OncoDEEP**.

SOLID TUMOR
OncoDEEP

OncoDEEP este un serviciu de caracterizare moleculară a tumorilor, care permite generarea unui raport de analiză complex din punct de vedere al ADN-ului şi al proteinelor din biopsia analizată, prin intermediul mai multor tehnici, pe de o parte, prin secvențieri de nouă generație cu înaltă acoperire a genomului, si pe de alta parte de analize IHC (Imunohistochimie), FISH (Hibridizare cu sonde fluorescente in situ) sau de analiză a profilului de metilare a ADN-ului. Deoarece **OncoDEEP** generează un profil molecular complet şi foarte detaliat al tumorii analizate, acest pachet de teste reprezintă cea mai bună soluție pentru ca medicul oncolog să aleagă un tratament personalizat stadiului şi tipului de cancer. **OncoDEEP** a fost proiectat pentru a fi utilizat la adulți cu cancer metastatic, pe toate tipurile de tumori solide, cum ar fi cancerul de sân, ovar, plamâni, colon, stomac, etc. În ceea ce priveşte rezultatele, după ce **OncoDNA** primeşte tot ceea ce este necesar (proba fixată în parafină, informații medicale şi de plată), raportul este de obicei transmis în termen de 7 până la 10 zile lucrătoare. Rezultatele sunt livrate medicului oncolog într-o maniera interactivă, prin intermediul platformei Internet **OncoSHARE** (http://oncoshare.com/) unde fiecare oncolog poate avea un cont securizat, poate partaja rezultatele cu un alt coleg, poate solicita o a doua opinie, etc.

OncoTRACE NEW
THE FIRST PERSONALIZED LIQUID BIOPSY

Pe lângă testele de identificare a mutațiilor din tumoră, echipa **OncoDNA** pune la dispoziția medicilor oncologi un test de monitorizare al tratamentului. **OncoTRACE** oferă indicii despre răspunsul organsimului la tratament imediat după începerea acestuia. Scopul testului este de a măsura ADN-ul tumoral circulant, prin urmărirea în sânge a unor mutații specifice care provin de la tumoră şi a variantelor care sunt strâns legate de rezistența la tratament. Testul se face pe o probă din sânge, ceea ce înseamnă că pacientul nu trebuie să facă o nouă biopsie, care de foarte multe ori poate fi invazivă. Grație **OncoTRACE**, medicul oncolog poate identifica orice rezistență sau recurență mai devreme decât prin utilizarea tehnologilor de imagistică.

Tratamentul laparoscopic al defectelor peretelui abdominal

Defectele peretelui abdominal (hernii și eventrații) reprezintă o patologie foarte frecventă, fiind a doua indicație pentru intervenție chirurgicală după litiaza biliară. Prevalența acestei patologii este foarte ridicată, estimându-se că, 27% dintre bărbați și 3% dintre femei vor suferi în cursul vieții o operație pentru hernie inghino-femurală.

Dr. Florin Turcu
Medic primar
chirurgie generală,
PONDERAS HOSPITAL

Utilizarea materialelor protetice pentru tratamentul chirurgical al eventrațiilor s-a impus fără echivoc,rata recidivelor fiind mult mai redusă și, în urma îmbunătățirilor calitative, fiind mult mai bine tolerate. Studii randomizate de referință au arătat o reducere a recidivelor la jumătate în cazul utilizării protezelor textile atât la 3 ani de la operație cât și la 10 ani de la operație. (Luijendijk RW, N Engl J Med. 2000)

În ceea ce privește herniile inghinofemurale, protezele textile s-au impus mai lent. Schimbarea de atitudine, in sensul folosirii tehnicilor aloplastice s-a impus după ce statistici la nivel național au arătat că, anual, 10-15% din curele herniare erau efectuate pentru hernii recidivate, recidive aparute la mai mult de 10 ani de la operația primară. Astfel, operațiile clasice pentru hernie inghinală (ex. Bassini, Shouldice) au început să fie înlocuite cu intervenții ce folosesc proteze textile (ex. Lichtenstein), tehnici care asociază o rată a recidivelor de 1%.

Chirurgia laparoscopică nu avea cum să omită această patologie. Dacă prima colecistectomie laparoscopică a fost efectuată în 1985, primele hernii inghinale tratate pe cale laparoscopică au fost în 1990, iar prima hernie ombilicală rezolvată minim-invaziv a fost în 1992.

În România, chirurgia laparoscopică a fost introdusă în practica clinică curentă în 1992, primele hernii inghinale rezolvate pe cale laparoscopică au fost raportate în 1994, iar prima eventrație operată pe cale laparoscopică a fost în 2005.

Tratmentul laparoscopic al herniilor inghinofemurale presupune introducerea unei proteze din polipropilen monofilament în spațiul properitoneal, după disecția și reducerea sacului herniar. Această proteză trebuie să fie de mari dimensiuni (12x15 cm) pentru a acoperi, depășind la distanță, marginile zonei slabe prin care s-a produs hernia și trebuie fixată în câteva puncte deperete pentru a nu se deplasa în perioadă postoperatorie imediată.

Sunt descrise două tehnici laparoscopice. Prima este intitulată Trans Abdominal Pro Peritoneal (TAPP) și presupune ca, după ce ai abordat în mod standard cavitatea peritoneală, să secționezi peritoneul deasupra defectului parietal, să diseci spațiul properitoneal și sacul herniar, iar după reducerea acestuia, să fixezi proteza și să coși la loc peritoneul.

Cea de a doua tehnică este intitulată Total Extra Peritoneal (TEP) și, așa cum îi spune numele, presupune un abord în care nu se intră în cavitatea peritoneală, ci se pătrunde direct în spațiul properitoneal, se disecă și se reduce sacul herniar, apoi se fixează proteza.

Cele două procedee sunt echivalente în ceea ce privește complicațiile intra și postoperatorii și au aceleași rezultate bune ca și operația Lichtenste-

in (recidive 1%), dar se adaugă avantajele chirurgiei laparoscopice și anume: durerea redusă, spitalizarea scurtă, reluarea rapidă a activității fizice la nivelul de dinainte.

Chirurgia laparoscopică vine și cu un dezavantaj pentru echipele chirurgicale-curba de învățare este mai greoaie decât în chirurgia clasică, de aceea sunt considerate procedee laparoscopice avansate.

Herniile ombilicale și eventrațiile au pătruns mai târziu în România din două motive: visceroliza, care este adesea necesară în cazul eventrațiilor (și care este foarte laborioasă),și protezele specialece pot fi puse intraperitoneal și care sunt scumpe.

În experiența intervențiilor chirurgicale efectuate în cadrul Ponderas Hospital – în cele peste 150 eventrații operate în perioada iunie 2011-decembrie 2015,rezultatele obținute au fost foarte bune.

Chirurgia laparoscopică a fost posibilă și la 14 pacienți, care aveau deja o proteză montată intraperitoneal. Acest lucru a fost făcut în condiții de siguranță, doar într-un singur caz a fost nevoie de conversie la chirurgia deschisă.

În ceea ce privește rezultatele operațiilor pentru hernie sau eventrație, trebuie să precizez foarte clar că acestea nu depind numai de materialul protetic utilizat, de tipul de abord și mâna chirurgului, ci rezultatele depind în egală măsură și de stilul de viață al pacientului. Din acest punct de vedere, principalii factori de risc pentru recidivă sunt fumatul și obezitatea.

Pe lângă afectarea funcției pulmonare, care crește morbiditatea și mortalitatea postoperatorie, s-a dovedit că fumatul afectează în mod direct sinteza și remodelarea colagenului din procesul de cicatrizare a plăgii. Fumătorii au un risc de 2 ori mai mare de recidivă în cazul herniilor inghinale și de 4 ori mai mare în cazul herniilor ombilicale și al eventrațiilor. De aceea, trebuie făcute toate eforturile ca pacienții să renunțe la fumat, cu o lună înainte de operație.

În ceea ce privește asocierea dintre eventrație și obezitatea morbidă, experiența din cadrul spitalului Ponderas a dovedit că tratamentul optim este cel laparoscopic secvențial: întâi un procedeu bariatric, care ajută pacientul să slăbească, și, abia după un an de zile, când o scădere ponderală semnificativă a avut deja loc, să fie efectuat tratamentul defectului parietal.

Veneris®

Teste rapide pentru cele mai frecvente infecţii genitale

TESTEAZĂ-TE ACASĂ!

Test rapid de
INFECŢIE URINARĂ
(kit pentru autotestare)

UNISEX
PRECIZIE **>99,9%**
REZULTAT: **1-2 minute**

Test de Ph pentru
INFECŢII VAGINALE
(kit pentru autotestare)

PRECIZIE **>99%**
REZULTAT: **imediat**

Test 3în1 pentru
CANDIDOZĂ
VAGINITĂ BACTERIANĂ
TRICOMONIAZĂ
(kit pentru autotestare)

UNISEX
PRECIZIE **>98,4%**
REZULTAT: **15 minute**

Afli în câteva minute

Îl poţi face în intimitatea căminului

Preţ accesibil

Poţi cumpăra online

TELVERDE
0800 800 176

www.veneris.ro

BÂRZA®

Singurele teste recomandate
de Societatea Română
de Obstetrică și Ginecologie

Afli
cele mai bune vești
cu 5 zile
mai devreme

PRECIZIE >99%

Se poate efectua în orice moment al zilei

Afli în câteva minute

9 milioane
Folosit cu încredere de peste 9 milioane de femei

10 mIU
Sensibilitate

www.testulbarza.ro
TELVERDE 0800 822 792

SUFERI DE HEMOROIZI

ȘI NU VREI SĂ AJUNGI AICI?

ACUM AI SOLUȚIA

VEZI ÎN DREAPTA

PRESTO GEL

SCAPĂ RAPID DE HEMOROIZI DOAR CU PRESTOGEL

- Elimină instant durerea
- Oprește sângerarea
- Nu conține steroizi

www.prestogel.ro

Disponibil în farmacii

Întotdeauna prevenția este mai puțin costisitoare

Interviu cu Dr. Bogdan- Dimitrie Niculae, președinte al Asociației Române de Medicină Anti-Aging (AMAA), Vicepreședinte al Societății Europene de Medicină Anti-Aging (ESAAM), Fellow al Societății Americane de Lasere în Medicină și Chirurgie (ASLMS), membru al Postgraduate Medical Association Harvard Medical School, șeful secției de dermatologie Lasermed

Cum a evoluat cercetarea medicală în domeniul anti-aging? Ce ne puteti spune despre terapiile genetice și tratamentele bazate pe telomeraze?

În anul 2009 premiul Nobel pentru Medicina a fost câștigat de trei laureați: Elizabeth Blackburn, care are dubla cetățenie: australiană și americană, Carol Greider și Jack Szostak, ambii americani. Cei trei au fost premiați pentru munca lor în domeniul cercetării telomerazei, o enzimă folosită în lupta împotriva cancerului și îmbatrânirii.

Telomeraza are un rol determinant în îmbatrânirea celulelor, iar studierea ei ar putea fi cheia către „tinerețea eternă". Aceasta este o enzimă care protejează ADN-ul și s-a dovedit că este mai activă în cazul longevivilor. Cercetătorii de la Universitatea din North Carolina au identificat o proteină în măsură să dezvăluie starea de sănătate a țesuturilor organismului uman, prin urmare vârsta "reală" a acestuia, dincolo de cea anagrafică. Potrivit studiului publicat în revista de specialitate Aging Cell, proteina în cauză, denumită p16INK4a, se găsește în concentrații tot mai mari în sânge pe masură ce înaintăm în vârstă, având tendința de a crește și mai mult în cazul persoanelor fumătoare sau sedentare. Concentrația de p16INK4a poate fi măsurată prin intermediul unei simple analize de sânge și face foarte facilă aflarea vârstei moleculare (cu alte cuvinte, starea reală) a unui organ destinat transplantului sau evaluarea stării efective de sănătate a unui pacient.

Validitatea testului pus la punct de cercetătorii americani a fost verificată pe un eșantion de 170 subiecți sănătoși.

Descoperirile în domeniul anti-aging sunt foarte multe și includ atât proceduri, tehnici, produse și aparate noi folosite în medicina estetică, cât și noi abordari ale prevenției îmbatrânirii prin tratamente cu celule stem, tratamente genetice, suplimente și medicamente, mod de alimentație, care încetinesc îmbatrânirea celulelor dar și ajută la eliminarea radicalilor liberi ce se acumulează cu vârsta.

Ultimele noutăți în medicina anti-aging sunt legate de

terapiile cu celule stem, care, mai nou, se folosesc și în tratarea plăgilor, terapia genetică, utilizată cu succes în bolile degenerative, cum ar fi diabetul zaharat tip

II, boala Alzheimer, precum și gene implicate în procesul restrictiv caloric, care încetinesc procesul de îmbătrânire; nanomedicina, prin folosirea de nanoroboți care pot îndepărta plăcile ateromatoase din vasele

sanguine sau pot distruge celulele maligne în stadiile incipiente, iar mai nou, tratamentul bazat pe telomeraze, o enzima care prelungește timpul de diviziune celulară necesar în procesele de "reparare" celulară.

Putem vorbi despre prevenție în medicina anti-aging?

Medicina anti-aging se bazează pe noi descoperiri în biotehnologie, la care se adaugă aplicarea unor noi tehnologii științifice și medicale avansate pentru depistarea precoce, prevenire, tratament, precum și inversarea disfuncției organismului legată de vârstă, tulburări metabolice, endocrinologice. Este un model de asistență medicală nouă, de promovare a aplicațiilor medicale inovatoare și de cercetare pentru a prelungi durata de viață sănătoasă la om. Ca atare, medicina anti-aging se bazează pe principiile de prevenție și de îngrijire medicală responsabilă, care sunt în concordanță cu toate specialitățile medicale și chirurgicale care sunt implicate în conceptul de medicină preventivă. Modelul medical anti-îmbătrânire are ca scop atât de a prelungi durata de viață, precum și durata de timp în care suntem capabili să traim productiv și independent.

Tendința mondială promovată de ESAAM - Societatea Europeană de Medicină Anti-Aging și Academia Americană de Medicină Anti-aging, parteneri ai societății noastre, este să creeze o platformă comună pentru mai multe specialități medicale, cum ar fi chirurgia generală, chirurgia plastică, endocrinologia, urologia, ginecologia, dermatologia geriatrică, gerontologia, care să lucreze unitar la prevenirea și tratamentul bolilor care pot apărea la vârsta a treia. Menționam că numărul mare de medici români care activează în domeniul medicinei preventive face ca România să se anunțe ca un pion important în această specialitate medicală. Din cauza faptului ca populația îmbătrânește, speranța de viață se prelungește, iar numărul persoanelor asistate de sistemele medicale de sănătate este în continuă creștere, acest lucru înseamnând un efort financiar din ce în ce mai mare pentru sistemul medical guvernamental. Țările mai avansate au înțeles că este mai puțin costisitor să previi decât să tratezi boli cronice și atunci, azi, se pune un foarte mare accent pe medicina anti-aging cu componenta ei de medicină preventivă.

La nivel European se intenționează punerea în aplicare a unui program unitar în prevenirea bolilor degenerative, prin care se vor reduce costurile pe care le suportă statele europene cu tratamentul acestora.

Întotdeauna prevenția este mai puțin costisitoare decât tratamentul și acest lucru trebuie înțeles de toți factorii de decizie din domeniul medical românesc. În domeniul anti-aging vom observa, în viitor, că foarte mulți pacienți vor accesa sistemul de abordare multidisciplinar medical al problemelor de sănătate și un nou mod de a trăi viața, mod de abordare care va prelungi nu numai viața pacientului cât și va crește durata de productivitate și de independență a celor care vor aborda viața prin conceptele anti-aging.

Care sunt cele mai recente tendințe în medicina estetică la nivel European?

La nivel European se pune accentul pe proceduri minim invazive care au efecte imediate și pot reintegra pacientul în viața socială cât mai repede. Dintre noutăți menționăm: lipoliza noninvazivă, liftingul

feței nechirurgical cu endolaserul, aplicarea de acid hialuronic și PRP în zone noi neconvenționale cum ar fi rinoplastia nechirurgicală, rejuvenarea organelor sexuale, precum și combinarea diverselor produse și tehnologii, pentru rezultate maxime fără recuperare.

Să folosim „secretul” longevității măslinului

Măslinul este un arbore mereu verde, cu o longevitate deosebită: s-au descoperit arbori de Măslin cu vârsta de 5000 de ani. Acest arbore era venerat în antichitate de către greci și romani, fiind simbol al castității la greci și simbol al păcii în tradiția creștină.

Dr. Simona Nițu
Cluj –Napoca
www.gemoterapie.ro
www.plantextrakt.ro

Frunzele și mlădițele de Măslin au fost minuțios studiate, iar extractele de Măslin au fost experimentate de către medici specialiști în fitoterapie și gemoterapie. Acțiunea gemoterapicului din mlădițe de Măslin - Olea europaea, se concentrează pe metabolismul lipidic și glucidic și asupra arterelor, reducând spasmul la acest nivel. Acizii grași nesaturați din compoziție cresc rezistența și elasticitatea pereților arteriali și produc vasodilatație. Scazând colesterolul, lipemia și producând vasodilatație arterială, corectează factorii de risc cardiovasculari, reducând incidența evenimentelor coronariene. De asemenea stimulează funcțiile ficatului și ale pancreasului.

Vă recomand extractul gemoterapic din mlădițe de Măslin - Olea europaea, ca supliment alimentar (în cure periodice, singur sau în asociere cu alte gemoterapice), pentru: hipercolesterolemie (intră și în compoziția produsului gemoterapic complex, Polygemma 18 – Colesterol), hipertensiune arterială - forme moderate (când îl puteți asocia cu gemoterapicul din mlădițe de Păducel – combinație pe care o găsiți în produsul Corphyt), diabet de tip II (împreună cu gemoterapicul din muguri de Dud), hipertrigliceridemie (asociat cu gemoterapicul din muguri de Arțar).

Administrarea poate fi asociată medicației alopate de întreținere sau se poate administra singur în formele ușoare sau pentru profilaxie la persoanele predispuse la unele dintre aceste afecțiuni.

În general, la persoanele peste vârsta de 50 ani, aceste patologii apar frecvent, cu precădere la femeile care intră la menopauză și care, datorită modificărilor hormonale pot prezenta creșteri ale lipidelor și ale colesterolului. Este recomandabilă efectuarea analizelor de laborator pentru monitorizarea acestor parametri.

Vă puteți îmbunătăți starea de sănătate folosind Extractul din mlădițe de Măslin de la primele valori mărite ale tensiunii arteriale, colesterolului sau glicemiei.

Extractul din mlădițe de Măslin are valențe terapeutice deosebite și acționează blând, fără efecte secundare. Se administrează câte 2 ml de 2 ori pe zi, cu 10 -15 minute înainte de mese, diluat în puțină apă. Se recomandă cure de 2 - 3 luni de 2 ori pe an, urmate de controlul parametrilor afectați. Îl găsiți în farmacii sau magazine cu produse naturale în 2 forme: cea clasică și forma concentrată, aceasta din urmă administrându-se câte 6 picături de 2 ori pe zi.

Dacă prezentați mai multe patologii (hipertensiune arterială, cardiopatie ischemică, diabet zaharat, dislipidemii, etc.) apelați cu încredere la medicii care folosesc gemoterapia alături de alte terapii complementare (fitoterapie, homeopatie) pentru a primi o schema terapeutică elaborată și pentru urmărirea evoluției bolii.

PlantExtrakt®

natura sănătății tale

SECRETUL LONGEVITĂȚII DIN RAMURA DE MĂSLIN

Extract din mlădițe de Măslin

- Stimulator hepatic și pancreatic
- Efect de scădere a nivelului colesterolului
- Susține normalizarea tensiunii arteriale
  (prin dilatarea și creșterea elasticității vaselor arteriale)
- Eficient în cazul valorilor crescute ale glicemiei

www.plantextrakt.ro

Articular STEM
Mobilitate indiferent de vârstă

Alga AFA celuleSTEM Alga AFA

Articulațiile dureroase afectează persoane de toate vârstele, în special persoane de vârsta a treia. Cele mai frecvente cauze ale durerilor articulare sunt: artrita (care are două forme: osteoartrita și poliartrita reumatoidă), bursita, guta, accidentările, infecția osului, suprasolicitarea, osteoporoza, rahitismul și bolile autoimune.

Adoptarea unui regim de viață echilibrat, care să includă și mișcare este esențial nu doar pentru densitatea osoasă și întărirea mușchilor, ci și pentru îmbunătățirea sistemului limfatic și implicit a sistemului imunitar.

Alga AFA organică în asociere cu Cartilajul de Rechin, Extractul de Coajă de salcie, Chlorella și Spirulina stau la baza formulei naturale Articular Stem, care a fost concepută pentru a reface țesutul cartilaginos din articulații și pentru a reduce durerile articulare.

Principii active Articular STEM

Formulă cu Extract Standardizat Salicilat natural + Cartilaj de Rechin + Alga AFA

- **Alga AFA este cel mai puternic stimulator vegetal de Celule Stem.** Ajută la **refacerea țesutului de colagen din articulații**, afectate de procesele degenerative specifice diverselor forme de artrită și altor boli articulare. Celulele Stem au capacitatea de a se transforma într-o mare diversitate de celule diferențiate, putând să reînnoiască și să refacă țesuturi afectate. Există un singur loc în lume unde crește în cantități suficiente și cu proprietățile terapeutice optime: lacul Klamath, SUA. După decenii de cercetări și încercări, alga AFA nu a putut fi cultivată în alte locuri, apa acestui lac vulcanic conținând minerale care ajută la creșterea și dezvoltarea algei.

  Alga AFA conține 12 vitamine, 27 minerale naturale și 11 pigmenți naturali precursori ai vitaminelor, enzimelor și coenzimelor. În plus, este bogată în complexul de vitamine B, fiind cea mai bogată sursă vegetală de vitamina B12 și betacaroten. Alga AFA mai conține și bioflavonoizi, acid ribonucleic, enzime care previn îmbătrânirea, seleniu. Alga AFA hrănește organismul în întregime la nivel celular și **este absorbită de organism în proporție de 97%** (comparativ cu vitaminele sintetice doar între 5%-25%).

Alga AFA (*Aphanizomenon flos aquae*) originală, din lacul Klamath, SUA

- **Cartilajul de Rechin** este o pulbere obținută din țesutul elastic și foarte rezistent care alcătuiește "structura de rezistență" a corpului rechinilor. Această pulbere este **foarte bogată în condroitină și glucozamină,** două substanțe extrem de eficiente în diversele forme de reumatism degenerativ, ajutând la **refacerea articulațiilor și redându-le mobilitatea.** De asemenea, cartilajul de rechin conține o cantitate crescută de Calciu și Fosfor ceea ce îl face util în tratarea bolilor de oase. Printre beneficiile pe care le oferă cartilajul de rechin se numără **stimularea proceselor de refacere a țesutului conjunctiv, contribuind astfel la reducerea inflamațiilor.**

Cartilaj de Rechin standardizat cu 4% condroitină

- **Extractul de Coajă de salcie** este cunoscut drept aspirină naturală, organică, având **efecte antiinflamatoare și antireumatismale** datorită conținutului de **peste 25% salicină,** un real ajutor în cazuri de osteoporoză, reumatism sau luxații.

Coajă de salcie (*Salix alba*) extract cu peste 25% salicină

- **Chlorella** conține o cantitate uriașă de clorofilă și are peste 20 de vitamine și minerale (calciu, magneziu, fier, fosfor, iod, vitamina C, B1, B2, B5, B6, B12, E și K, biotina, inositol, acid folic). Chlorella are **proprietăți antiinflamatoare** de aceea este un bun **adjuvant în inflamațiile cronice și acute.**

Spirulină (*Spirulina Platensis*) standardizată cu minim 60% proteine

- **Spirulina,** datorită acizilor grași pe care îi conține, ajută la **atenuarea artritei și osteoporozei.** Spirulina are capacitatea de a **împiedica inflamarea și degenerarea țesuturilor cartilaginoase de la nivelul articulațiilor,** fiind astfel un real ajutor în cazul poliartritei reumatoide. Spirulina este o microalgă extrem de bogată în fier, betacaroten, vitamine, minerale și oligoelemente.

Chlorella (*Chlorella pyrenoidosa*) standardizată cu minim 50% proteine

Articular STEM este adjuvant în:

- artrită și poliartrită reumatoidă
- reumatism degenerativ
- întărirea articulațiilor
- bursită
- polimialgie reumatică
- artrită psoriazică
- tendinită

Aflați mai multe informații despre produsele din gama **Celule STEM** de la Herbagetica la adresa www.herbagetica.ro sau la telefon 0372.918.888.

HERBAGETICA®

puterea extractelor

Extracte Standardizate Premium Quality

Extracte produse în Europa

Articular STEM

Libertate de mișcare!

- Redă mobilitatea articulațiilor
- Antiinflamator articular
- Stimulează producția de Celule STEM

0372.918.888 | herbagetica.ro

HERBAGETICA®

Combaterea naturală a obezității cu ayurveda

Obezitatea afectează în mod evident calitatea vieții, având repercursiuni în plan social, profesional, personal, intim. Persoanele obeze au tendința de a limita relaționarea cu alte persoane, au șanse mai mici de realizare profesională sau familială, confruntându-se cu discriminări legate de aspectul fizic, dar și o tendință de scădere a stimei de sine și a încrederii în propriile forțe. Ele prezintă un risc crescut de a dezvolta mai multe condiții patologice care pot determina scăderea calității vieții și deces prematur. Obezitatea este asociată cu un număr de factori de risc cardiovascular, incluzând hiperinsulinismul și rezistență la insulină, hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, nivele reduse de HDL și hipertensiune.

Alte complicații acute ale obezității sunt:

- Hernia peretelui abdominal prin creșterea presiunii cavității abdominale, regurgitări și reflux gastroesofagian din aceeași cauză
- Varicele și piciorul plat: afecțiuni consecutive greutății excesive
- Afecțiuni pulmonare și cardiace: accidentul vascular cerebral, infarctul miocardic, apneea de somn, insuficiență respiratorie sau cardiacă sunt unele dintre cele mai grave complicații cauzatoare de deces în cazul obezității morbide;
- Risc crescut de apariție a diabetului zaharat tip II. Peste 80%-90% dintre bolnavii de diabet au fost sau sunt obezi;
- Afecțiuni ale articulațiilor genunchilor, șoldurilor și coloanei lombare (semnalate la 70% dintre obezi);
- Infertilitate: amenoree, tulburări de ciclu ovarian, scăderea cantității de spermatozoizi și a mobilității lor;
- În obezitate se instaurează starea de indispoziție generală, scăderea încrederii în propriile forțe, comportament antierotic;
- Tulburări de digestie cu regurgitari gastro-esofagiene, colecistopatie cronică, tulburari digestive, meteorism, hemoroizi și constipație;
- Creșterea riscului apariției unor cancere: prostată, colon, rect, sân, uter, cervix sau ovare;
- Necesitatea dozelor crescute de anestezic: obezitatea mărește riscul operațiilor. Toate acestea se întâmplă din cauza dozei crescute de anestezic necesar pentru un corp mai voluminos.

Toxinele și kilogramele în plus care invadează corpul în fiecare zi devin o povară pentru menținerea sănătății. De aceea, organismul trebuie ajutat prin anumite cure sau metode de detoxifiere.

Ayurveda vine în sprijinul celor care vor să slăbească și celor care doresc sa evite acumularea de kilograme cu , SLEMOL

SLEMOL este un produs ayurvedic natural100%, marca AYURMED, produs și comercializat în România de STAR INTERNATIONAL MED.

SLEMOL este un supliment alimentar natural din plante ayurvedice care contribuie la obținerea unei siluete armonioase și unui echilibru fizic și psiho-emoțional optim prin menținerea unei greutăți corporale normale. Conține o asociere de plante care ajută la reglarea apetitului sub aspectul suprimării poftei de mâncare excesive, menținerea unei digestii normale și a unui tranzit intestinal care stimulează eliminarea deșeurilor metabolice și toxinelor din orga-

nism. Complexul de substanțe bioactive din produs susține procesele de detoxifiere la nivelul ficatului prin susținerea sistemului enzimatic endogen și a fluxului biliar. Substanțele bioactive contribuie la reducerea transformării glucidelor în lipide și cresc nivelul energetic al organismului prin intensificarea arderii lor la nivel celular. SLEMOL împiedică apariția stresului oxidativ și a proceselor degenerative prin aportul extern de antioxidanți și menținerea nivelului enzimelor antioxidante endogene. SLEMOL menține o greutate corporală normală prin funcționarea optimă a sistemului endocrin și a unui echilibru metabolic natural, fiind îmbunătățit tonusul și sănătatea organismului.

Slemol contribuie la:

- menținerea unui apetit normal și intensificarea arderii glucidelor și lipidelor la nivel celular;
- susținerea unui metabolism normal și a unei greutăți corporale optime;
- reglarea digestiei și tranzitului intestinal;
- intensificarea eliminării toxinelor din organism;
- îmbunătățirea tonusului și sănătății organismului.

Plantele din compoziția remediului ayurvedic SLEMOL au următoarele proprietăți cureative:

Garcinia cambogia (Vilaiti imli) – acidul hidroxicitric din fruct susține reducerea poftei de mâncare, împiedică transformarea glucidelor în lipide și depunerea lor. Menține nivelul normal al colesterolului și glucozei sanguine.

Commiphora mukul (Guggul) - substanțele bioactive din rășină reglează nivelul hormonilor ti-

roidieni susținând metabolismul lipidic (stimulează metabolizarea grăsimilor) și creșterea utilizării energiei. Împiedică transformarea glucidelor în lipide și depunerea lor în țesutul adipos.

Emblica officinalis (Amla) - fructele au un conținut foarte ridicat de vitamina C, minerale (calciu, fosfor, fier), aminoacizi (prolină, alanină, lizină, acid aspartic), flavonoide (quercetin, kemferol), taninuri (acid galic, acid elagic, galotaninuri, emblicanin A și B) care au proprietăți antioxidante puternice protejând organismul de stresul oxidativ și de procesele degenerative. Stimulează sistemul enzimatic antioxidant endogen. Susține digestia, tranzitul intestinal și procesul de detoxifiere.

Piper longum (Piper indonezian) - favorizează creșterea tranzitului intestinal și contribuie la absorbția substanțelor nutritive la nivelul tubului digestiv. Tonic general, ajută la protejarea organismului împotriva stresului oxidativ și la adaptarea acestuia la condițiile stresante ale mediului.

Glycyrrhiza glabra (Lemn dulce) - principiile active au efect ușor laxativ și susțin refacerea mucoasei gastro-intestinale. Glabridinul suprimă procesul de formare a grăsimilor și susține enzimele implicate în metabolizarea grăsimilor la nivelul ficatului.

Zingiber officinale (Ghimbir) - este stimulent al secreției enzimelor digestive la nivelul stomacului și intestinului. Normalizează fluxul biliar care ajută la digestia alimentelor greu digerabile, alimente bogate în proteine și grăsimi, eliminând senzația de greață. Susține tranzitul intestinal și ajută la atenuarea senzației de balonare prin eliminarea gazelor.

Terminalia chebula (Haritaki) – susține metabolismul lipidic, procesele de detoxifiere la nivelul ficatului și funcționarea normală a tranzitului intestinal. Fitonutrienții asigură normalizarea acidității și integritatea mucoasei gastro-intestinale.

Terminalia belerica (Bibhitaki) – menține funcționarea normală a tranzitului intestinal și procesele de detoxifiere la nivelul ficatului prin menținerea funcționării optime a sistemului enzimatic endogen. Componentele bioactive asigură integritatea mucoasei gastrice și normalizarea acidității.

SLEMOL și alte remedii ayurvedice 100% naturale pot fi gasite pe **www.ayurmed.ro**

MD. PHD. Dr. Agatha POPA
Farm. Tatiana BĂLAN

Tu știi să abordezi infecțiile urinare?

Infecția urinară este o afecțiune des întâlnită, la persoane de ambele sexe:

- cel puțin 50% dintre femei suferă măcar o dată în timpul vieții de o formă de infecție de tract urinar;
- bărbații cu vârste peste 50 ani, cu probleme ale prostatei, sunt mai expuși riscului de infecții urinare;
- 8% dintre fetițe și 2% dintre băieței până în 5 ani, fac cel puțin o dată o astfel de infecție.

Semnele infecției urinare sunt:

- Durere sau arsură în timpul urinării;
- Frecvența mare a urinărilor în timpul zilei, uneori chiar și în timpul nopții;
- Nevoia imperioasă de a urina, chiar și cantități mici de urină;
- Urina tulbure, cu miros neplăcut;
- Dureri în zona pelvină.

Infecțiile de tract urinar netratate, pot duce la complicații grave ale rinichilor.

Avem convingeri greșite despre cauzele și tratamentul lor. Pentru exemplificare, iată câteva dintre „miturile" și datele științifice care le contrazic:

- Răcelile aparatului genital pot duce către o infecție de tract urinar
- Faptul că ne așezăm cu șezutul pe suprafețe reci, poate fi motivul unei infecții

Nimic mai greșit. Infecțiile sunt datorate unor bacterii, nicidecum frigului. Ele nu sunt sezoniere, ci neglijența și lipsa unei igiene intime corecte, pot favoriza pătrunderea bacteriilor în tractul urinar, determinând astfel infecții la acest nivel.

Metoda frecventă de tratament este cea în care se administrează antibiotice, recomandate după un consult de specialitate. Folosite repetat, cresc rezistența organismului la diferiți agenți infecțioși și slăbesc capacitatea de apărare a organismului.

Astfel, este recomandat un tratament complementar care să crească eficiența antibioticului și să prevină recurența infecțiilor.

Hibistad Forte® este co-tratamentul ideal în toate tipurile de infecții de tract urinar, având în compoziție extract brevetat ElliRose®.

Ellirose® este extract standardizat patentat din planta Hibiscus Sabdariffa, folosită de sute de ani în tratamentul bolilor aparatului urinar.

Hibistad Forte® este adjuvant în tratamentul infecțiilor urinare și în prevenirea recidivelor acestora prin 3 mecanisme de acțiune cu efect sinergic:

1. Mecanism bacteriostatic (adică stopează înmulțirea microbilor) prin:

- Împiedicarea aderării microbilor la pereții tractului urinar
- Acidifică urina de la un PH 7,5-8 la un PH 5,6 și creează astfel un mediu „ostil" pentru microbi

2. Mecanism bactericid (adică distruge unele bacterii patogene din tractul urinar):

- Are un mecanism de acțiune similar cloramfenicolului, un antibiotic de sinteză, cunoscut pentru potența sa – dar fără a avea efectele secundare ale acestuia.

3. Mecanism antiinflamator și analgezic

- Calmează durerile și disconfortul asociat unui episod de infecție urinară

Hibistad Forte® prin extractul unic patentat Ellirose® are o concentrație mare de antioxidanți – doza echivalând cu 40 de căni de ceai de hibiscus. Se absoarbe rapid și își exercită imediat efectul terapeutic la nivelul aparatului urinar.

Hibistad Forte® ameliorează disconfortul și diminuează sensibilitatea tractului urinar, reprezentând astfel soluția naturală și eficientă în prevenirea infecțiilor de tract urinar. În același timp, crește eficiența antibioticului, prin acțiunea sa complementară, reduce riscul recurențelor, este un produs foarte eficient, sigur, fără reacții adverse și interacțiuni medicamentoase.

Hibistad Forte® poate fi indicat în toate fazele tratamentului unui episod de infecție urinară: prevenție, tratament în faza acută, post tratament pentru prevenirea recidivelor.

Mod de administrare: 1 capsulă de 2 ori pe zi. Poate fi administrat de la 7 ani.

Hibistad Forte® - O compoziție unică ce are multiple beneficii: poate fi indicat și în prevenția infecțiilor urinare și ca terapie adjuvantă.

HIBISTAD® forte

PROTECŢIE EFICIENTĂ
împotriva infecţiilor urinare!

Formulă CONCENTRATĂ: doar 2 capsule pe zi!

- **Uşor de administrat**
- **Ameliorează rapid simptomele infecţiilor urinare**
- **Previne recidivele**

Pentru mai multe informaţii:
www.hibistad.ro
www.facebook.com/Hibistad

STADA

www.hibistad.ro

Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Chili și Propolis

Produsul Melkfett cu Extract de Chili și Propolis este o alifie cu un conținut ridicat în substanțe naturale, destinat menținerii unei stări de confort și relaxării muscular.

Principiul activ al produsului Melkfett cu Extract de Chili și Propolis este asigurat prin combinarea în mod echilibrat a unor componente de propolis (flavone, uleiuri eterice, ta-ninuri) cu acțiune antioxidantă, antiseptică și cicatrizantă, cu extractele naturale de capsici care asigură activarea circulației periferice, ce determină o stare de relaxare și confort.

Un alt elemet esențial care se regăsește în componența Cremei Alpifresh Melkfett cu Chili și Propolis este o fracție specială obținută din petrol. Plante medicinale în amestec cu petrolul, au rolul de a potența efecte terapeutice deosebite ale acestuia.

Petrolul are proprietăți antioxidante, antitoxice, vasodilatatoare, antireumatice. Substanțele naturale, împreună cu petrolul acționează sinergic și combat durerile reumatismale, acute sau cronice, lombosciatică, spondiloză cervicală, ciocuri sau monturi osoase, cârcei, dureri musculare, articulare, de menisc, degerături, artrită, artroze, umflături și vânătăi.Camforul natural, ardeiul iute, au efecte puternice decongestionante, vasostimulante, tonice și protectoare vasculare. O bună circulație sanguină ameliorează simptomele și disconfortul articulațiilor înțepenite.

Crema pentru masaj încălzitor Melkfett cu Extract de Chili și Propolis este un produs natural, cu un puternic rol terapeutic, care ajută nu doar la calmarea durerilor articulare, ci și la ameliorarea bolilor reumatice, redând mobilitatea articulațiilor. Datorită formulei complexe și a substanțelor active, crema Melkfett cu extract de Chili și Propolis poate fi utilizată, având efecte deosebite și în cazul, durerilor musculare, a entorselor, fracturilor și contuziilor.

Crema se aplica în zonele de masat, în cantitate redusă, se masează ușor fără a exercita presiune asupra țesutului. Pentru un efect prelungit se acoperă zona masată cu o țesatură din fibre naturale, de preferința lână. Nu este necesară îndepartarea excesului de cremă.Eventuala înroșire a zonei pe care s-a aplicat crema dispare după maximum 30 de minute și constituie dovada eficienței produsului. Daca reacția persistă se recomandă întreruperea utilizării produsului.

Nu se va aplica în jurul ochilor, gurii sau pe răni, escare sau alte zone deschise

Recomandăm sa încercați pe o porțiune mică de piele pentru prima dată Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Chili și Propolis, sau oricare altă cremă, alifie, pentru a testa dacă nu sunteți alergic la vreun ingredient.Dacă Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Chili și Propolis 125 g, a trecut testul puteți folosi cu încredere pe o suprafață mare de piele.

Va dorim multă sănătate, că-i mai bună decât toate!

Anro Distribution
Importator și distribuitor de produse cosmetice, parfumerie, produse de toaletă.
www.anrosm.ro,
anro.distribution@yahoo.com
mobil: 0726285810

Alifia Melkfett

cu Extract De Arnică Alpifresh

Arnica montană, pe numele sau stiințific, denumită popular și podbal de munte, carul-padurilor, cujda sau carul-zânelor, crește la peste o mie de metri altitudine, colorând în galben aprins pajisti întregi.

Arnica, sau Arnica montană, este o plantă perenă utilizată intens la prepararea remediilor homeopate și naturiste. Are o mulțime de beneficii pentru sănătate – află care sunt acestea!

Arnica este o plantă de munte foarte frumoasă, asemanatoare margaretei. Deși nu este recomandată deloc pentru consum (nu bei ceai de arnică, infuzii, nu consumați uleiuri sau diferite preparate), arnica este în schimb extraordinara de eficientă ca tratament naturist pentru vânătăi, entorse, probleme musculare. Fie că suferiți de dureri de picioare, bursită și tendinită, sindromul de tunel carpian sau aveți vânătăi, arnica este foarte utilă.Arnica ajută la îmbunătățirea circulației sangvine, crescând fluxul de substanțe nutritive către muschii inflamați.în plus, arnica ajută și la înlăturarea unor reziduri din leziuni -precum acidul lactic, substanța care provoacă dureri.

Astfel încât Crema emolienta Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnică ajuta la vindecă vânătăi și ajută organismul să absoarbă sângele strâns în țesături.Persoanele pasionate de diverse sporturi datorită cărora se aleg cu vânătăi: gimnastică, motociclism, cascadorii kikbox,box, alpinism,ski, etc folosesc cu succes Crema emolientă Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnică..Se aplică Crema emolienta Alpi-

fresh Melkfett cu Extract de Arnică de cateva ori pe zi pentru a înlătura durerile și inflamațiile, precum și aspectul inestetic al vanataiilor.

Crema emolientă Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnică,având proprietăți antiinflamatorii este indicat și pentru luxații ușoare, dar a nu se aplică pe răni deschise.

În scop homeopat se folosesc florile galbene, bogate în ulei esențial și principii amare, flavonoide, carotenoizi, acizi organici, taninuri, fitosteroli și acizi organici, care se pot recolta pana la începutul lunii septembrie, prin tăierea sau ruperea inflorescențelor. Florile mai au în compoziția lor săruri minerale și vitaminele B1, B2, C și E. Acestea fiind ingredientul principal al Cremei emoliente Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnică .Datorită efectelor sale calmante și antiinflamatorii, arnica este cunoscuta de sute de ani, fiind folosită ca plantă medicinală încă din secolul al VI-lea, dupa cum menționează documentele.

Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnica poate fi utilizată pentru urmatoarele afecțiuni:ajută la vindecarea rănilor și a vânătăilor în timp mai scurt, ajută la săderea durerilor musculare, reduce efectele artritei și a inflamațiilor post operatorii, mai poate fi utilizată și la durere de ceafă, sindromul tunelului carpian, eczemă, umflături, înțepături de insecte.

Recomandăm să incercați pe o porțiune mică de piele pentru prima dată Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnică, sau oricare altă cremă, alifie, pentru a testa dacă nu sunteți alergic la vreun ingredient. Dacă Alifia Alpifresh Melkfett cu Extract de Arnica 125 g, a trecut testul puteți folosi cu încredere pe o suprafață mare de piele.

Va dorim multă sănătate, că-i mai bună decât toate!

Cremă alifie 250 ml cu extract de gălbenele

Balsam gel 250 ml Taina Urșilor

Balsam gel 250 ml cu extract de Gheara Diavolului

Cremă alifie 250 ml cu ulei de măsline

Anro Distribution
Importator și distribuitor de produse cosmetice, parfumerie, produse de toaletă.
www.anrosm.ro,
anro.distribution@yahoo.com
mobil: 0726285810

Chirurgia estetică a buzelor

Buzele sunt punctul central de interes al feței, fiind în mod particular afectate de îmbătrinire, datorită pielii foarte fine ce le acoperă. Fiind sursa producerii sunetului și a comunicării, buzele au fost mereu punctual de interes central al feței, având un rol important deoarece ele zâmbesc, sărută, se strâmbă sau coboară în jos când ne supărăm. Ultimele tehnici de rejuvenare a buzelor sunt capabile să le mărească, să le hidrateze, să le schimbe forma, să le accentueze conturul sau să le redea frumusețea din tinerețe

Buzele sunt una din cele mai vulnerabile zone pentru îmbătrânire, deoarece pielea buzelor este foarte subțire (3-5 straturi de celule) față de pielea din alte zone faciale (până la 16 straturi de celule). Aceasta se traduce prin îmbărânirea mai rapida a buzelor față de alte regiuni ale feței. Lipsa glandelor sebacee duce la o protecție mai mică a buzelor, ele deshidratându-se mai rapid; lipsa melanocitelor duce la un risc mai mare de cancer de piele și hiperpigmentare la nivelul buzelor. Buzele sunt expuse și stresului

mechanic exercitat atunci când vorbim, zâmbim sau ne încruntăm, fiiind mai afectate și de factorii de mediu.

Buzele reprezinta mai mult decât vermilionul, adica partea roșie cărnoasă. Buzele sunt definite de o zonă bine delimitată de piele în jurul lor, aria periorală, arie de mare importanţă și în procedurile de rejuvenare a buzelor.

Femeile de toate vârstele se plâng de aspectul buzelor lor. Vârsta medie a pacientelor ce vin la consultaţie pentru corecţia buzelor este în jur de 25 de ani. Oricum, ele tind să observe că buzele îmbătrânesc pe la 40-45 de ani, când rujul nu mai stă lipit pe buze și se întinde în jurul lor. S-a constatat că femeile sunt mai preocupate de șanţurile mai adânci nazolabiale, de ridurile periorale verticale din jurul buzelor (așa numitele bar code line) decât de îmbatrânirea buzelor propiuzise. După tendinţa lansată în moda buzelor de aspectul plin și senzual al buzelor lui Angelina Jolie în 2003, în prezent femeile își doresc mai mult un aspect mai natural, aspiraţiile lor variind odată cu vârsta: pacientele tinere doresc buze mai pline, mai senzuale, ca ale Angelinei Jolie, Jessica Alba, în timp ce femeile mai în vârstă aleg ca model buzele Marilyn Monroe, Julia Roberts. 25 % din femei sunt nemulţumite de buzele lor sau de zâmbetul lor; 50% ar dori să modifice forma dacă ar putea, marea majoritate recurgând la mărirea și remodelarea buzelor din considerente emoţionale, pentru a-și creşte încrederea și stima de sine, și nu pentru a arăta mai tinere.

Deși se încearcă folosirea produselor cosmetice și antiaging pentru buze încă din adolescenţă, rata de satisfacţie este foarte mica în comparaţie cu procedurile de chirurgie estetică de mărire și remodelare a buzelor.

Lipsa volumului și subţierea buzelor joacă un rol important în îmbătrânirea lor, însa și pierderea definiţiei și contrului buzelor are rolul ei. Daca privim din lateral, o zona periorală cu aspect tânar este ca o pistă de sărituri de ski. Pe măsură ce faţa îmbătrânește, își pierde curbele și se aplatizează. Filtrul buzelor, partea centrală a buzei de sus ce unește buza superioară cu nasul, se aplatizează și-și pierde definiţia. Arcul lui Cupidon, își pierde curbura și conturul. Cu vârsta, conturul buzelor nu mai este neted ci ondulat, cu riduri verticale în jurul buzelor-code bar lines, ceea ce face ca rujul să se întindă, colţurile buzelor sunt orientate în jos, ceea ce dă un aspect trist, poate apărea micropigmentarea buzelor, pete solare în jurul gurii; buza de sus fiind mai afectată de toţi factorii mai sus menţionaţi decât cea de jos. Fumatul este unul din factorii principali de îmbătrânire a buzelor, atât prin deshidratarea lor cât și prin apariţie de riduri verticale în jurul gurii.

Fotoîmbătrânirea scade producerea de collagen, ceea ce duce la pierderea apei, deshidratare și apariţia ridurilor și pierderea volumului. Estomparea culorii roșii a buzelor este datorată problemelor de microcirculaţie care apar odată cu vârsta. FILLERELE DERMICE sunt tratamentul de elecţie în cazul măririi buzelor, combinaţia de tipuri de fillere fiind una complexă pentru a rezolva toate aspectele îmbătrânirii buzelor: Fillere pentru pierderea de volum în profunzime, Fillere penru accenturarea conturului, fillere pentru a creea o reţea de suport pentru ţesuturile din jurul buzelor, fiind importantă și tehnica de injectare și de plasare a fillerului.

Important de reţinut este faptul că la fiecare repetare a injectării cu acid hialuronic, de exemplu, se folosește o cantitate mai mică de produs, iar intervalul de menţinere a efectului se mărește!

Injecţiile cu toxină botulinică se pot folosi cu succes în combinaţie cu fillerele cu acid hialuronic, mai ales pentru a corecta colţurile buzelor orientate în jos.

Exfolierea și rejuvenarea buzelor prin microdermabrazie și terapie PRP –VAMPIRE

THERAPY, întregesc ansamblul complet de tehnici folosite azi, pentru a reîntineri complet buzele și ridurile din jurul lor.

Dr. Klara Iulia Băncilă
Medic specialist chirurgie plastică și microchirurgie reparatorie, Clinica de chirurgie estetică „Dr. Klara Băncilă"
B-dul Dacia nr. 51, sector 1, Bucureşti;
www.klarabancila.ro;
0722.532.299;
0757.358.259; 021.211.29.98
www.facebook.com/Dr. Klara Bancila

Pledoarie pentru reconstrucția sânului

De vorbă cu **Chirurg estetician Dr. Petrescu Ina**, SUUB și Spitalul Ponderas

De ce este importanta reconstrucţia sânului dupa mastectomie?

O femeie care a trecut prin trauma majoră a cancerului de sân consider ca este absolut obligatoriu să-şi refacă forma corpului şi identitatea de gen. Am constat la absolut toate femeile care au urmat această procedură, o explozie a stării de bine, o creştere indiscutabilă a calităţii vieţii. Femeile devin mult mai optimiste, se reintegrează social mai rapid, îşi regăsesc în bună măsură sensul vieţii.

Multe dintre femeile diagnosticate cu cancer de sân, pe lângă trauma bolii, au fost părăsite de soţ, de partener. Multe nu au mărturisit anturajului de boala de care suferă pentru a nu fi stigmatizate social. Am avut ocazia să cunosc femei care nici după reconstrucţie nu au spus decât celor foarte apropiaţi despre aceasta operaţie.

Ce presupune reconstrucţia sânului?

Există două metode care presupun:

1. Crearea noului sân prin metode aloplastice, utilizând implantul mamar şi expanderul.
2. Reconstrucţia cu implant mamar şi cu lambou, utilizând ţesutul propriu al pacientei, în cazul în care femeile au fost supuse la radioterapie.

În multe situaţii, la femeile trecute de 40 de ani, în cazul în care au alăptat, reconstrucţia presupune simetrizarea sânilor, procedură prin care sânul sănătos trebuie adus la dimensiunile sânului nou (reconstruit).

Este decontată de CNAS simetrizarea sânului?

Din nefericire, programul de reconstrucţie a sânului a fost gândit incomplet. Sunt decontate implantul şi expanderul, nefiind decontate procedurile de simentrizare sau procedura de creare a mamelonului.

Nu sunt decontate nici alte consumabile: plasa sau bustiera. Aceasta constituie o problemă importantă.

Este necesar ca responsabilii din CNAS şi Ministerul Sănătăţii să ajungă la o înţelegere în ceea ce priveşte necesitatea absolută privind includerea în programul naţional a acestor proceduri.

Există şi în România femei extrem de "dependente" de operaţii estetice, fără de care ar intra în depresie?

Desigur în România presa subliniază cazurile ieşite din comun, vedete sau persoane care doresc să ajungă vedete. Însa cu siguranţă, marea majoritate nu este obsedată de a-şi face operaţii estetice în exces. Femeile se rezumă la 1-2 operaţii estetice.

În cazul pacienţilor care au suferit operaţia de gastric sleeve, unde este necesar bodylifting, sunt necesare 3 intervenţii cu viza estetică.

Cum vedeţi viitorul chirurgiei estetice în România? Suntem aliniaţi la dotările marilor centre de chirurgie estetică din Beverly Hills, Londra, Paris sau Brazilia de pildă?

În ceea ce priveşte numărul, nivelul şi dotarea centrelor de chirurgie estetică, am lucrat în mai multe clinici, există şi la noi destule comparabile cu cele din străinătate, pot spune aceasta pentru că am lucrat în Marea Britanie.

Recomandaţi femeilor trecute de o anumită vârstă să facă o vizită la chirurgul estetician? Acolo se pot decide dacă au nevoie de mai mult de o injecţie cu botox sau cu silicon.

Cea mai simplă şi spectaculoasă intervenţie pe care şi-o poate face o femeie este blefaroplastia (întinerirea pleoapelor). Rezultatele sunt spectaculoase, timpul se dă înapoi cu 10 ani, iar intervenţia este uşoară şi recuperarea rapidă.

PRESTO GEL

Formula inovatoare
împotriva Hemoroizilor și Fisurilor anale

- Elimină instant durerea
- Oprește sângerarea
- Recomandat și femeilor gravide

PM INNOVATION LABORATORIES

Disponibil în farmacii

www.prestogel.ro

PRESTO GEL

Rezultatul a peste 35 de ani de cercetare clinică

Acum aliatul tău în lupta cu Boala Hemoroidală

Disponibil în farmacii

www.prestogel.ro