Семејно здравје

ЕУРО ФАРМ

ИНТЕРВЈУ

д-р Афродита Стомнароска-Јованоски
спец. гинеколог-акушер

СЀ ЗА САМОПРЕГЛЕД НА ДОЈКИТЕ

КОКСАКИ ВИРУС

ПАЃАЊЕ НА КОСАТА

67

бесплатен примерок

issn број
18577695

Immun Select Dr. Wolz

се употребува како поддршка на имуниот систем, кај спортисти кои сакаат да го одржат својот имунолошки систем за време на зголемен физички напор и кај луѓе кои страдаат од замор и исцрпеност.

- Витаминот Ц и цинкот придонесуваат за нормална функција на имунолошкиот систем и помагаат во заштита на клетките од оксидативен стрес.
- Витаминот Ц придонесува за нормална функција на имунолошкиот систем за време и по интензивна физичка активност.
- Витаминот Ц помага во намалување на заморот и исцрпеноста.

Dr. Wolz
— Seit 1969 —

ЕУРО ФАРМ

ТОП 3
ПРОИЗВОДИ ЗА ВАШИОТ **ИМУНИТЕТ**

Ексклузивен застапник и дистрибутер: **ЕУРО-ФАРМ дооел;**
ул. Антон Попов 5, Скопје; тел. 02/32-12-700; **www.eurofarm.com.mk;**

ISOMAR®

ЕУРО ФАРМ

ДИШЕТЕ СЛОБОДНО!

ЗДРАВЈЕ ОД МОРЕТО!

04 ИНТЕРВЈУ
09 ТЕМА
17 ДЕТСКО ЗДРАВЈЕ
21 ОД ЛЕКАРСКАТА ОРДИНАЦИЈА
31 ТРЕНДОВИ
33 НЕГА И УБАВИНА
37 ДЕНТАЛНО ЗДРАВЈЕ
41 СУПЛЕМЕНТИ
45 ТЕРАПИЈА
49 ФИЗИОТЕРАПИЈА
53 КАМПАЊА
55 ХОРОСКОП

СЕМЕЈНО ЗДРАВЈЕ - бесплатен двомесечник за здравје, убавина и култура на живеење
Содржините во магазинот „Семејно здравје" имаат информативен и едукативен карактер, а сите ваши коментари и предлози во врска со магазинот испратете ги на semejnozdravje@eurofarm.com.mk
Основач и издавач: **ЕУРОФАРМ, www.eurofarm.com.mk**

Семејно здравје 67

Почитувани читатели,

Драги пациенти,

Пред нас се последните два месеца кои ја имаат буквата „р“ во своите имиња. Тоа, според старите верувања, значи дека треба да очекуваме променливи временски прилики со секакви атмосферски изненадувања. Но, од друга страна, тоа не значи дека не треба да се подготвиме за пролетта и предизвиците кои таа ги носи. Во таа насока се и содржините кои ви ги нудиме во овој број на „Семејно здравје“, кои можат да ви бидат од корист за вообичаените здравствени проблеми и начините како најлесно и најефикасно да се справите со нив, како и новитетите кои се дел од работењето на аптекарскиот супербренд ЕУРОФАРМ, а значат континуирано подобрување на фармацевтската грижа кон нашите пациенти.
Меѓу најпрепознатливите пролетни проблеми се алергиските реакции, особено сезонскиот алергиски ринитис. Еден од препаратите кој успешно се користи за превенции и лекување на алергиски ринити и кај возрасните и кај децата е ИЗОМАР СПРЕЈ ЗА АЛЕРГИИ. Во својот состав тој содржи: изотонична морска вода, алое вера гел, воден раствор на црн слез, натриум карбоксиметил, бета-глукани и етерично масло од еукалиптус.
Прочистената и изотонична морска вода (0,9% NaCl) се препорачува за хидратација и чистење на носната шуплина што го спречува зголемувањето на бројот на бактерии, а сокот од алое вера и црн слез создаваат тенок заштитен слој, кој ги спречува алергените да доаѓаат во контакт со слузницата. Бета –глуканите, природни супстанции добиени од квасец, имаат имуностимулативни својства и го спречуваат сушењето и појавата на црвенило на слузницата, додека етеричното масло од еукалиптис дава чувство на свежина и благосостојба на горните дишни патишта. Вакviот состав на ИЗОМАР спрејот за алергиите ги смирува и хидрира иритираните горни дишни патишта и помага во отстранувањето на симптомите на алергијата.
Но, да потсетиме и на уште еден пролетен предизвик - воспалување на синусите, а како одговор на него и уште еден ефективен производ кој ќе го најдете во аптеките на „Еурофарм“ - Синуксин.
Воспалувањето на синусите се манифестира со болки во челниот дел и меѓу очите, респораторни алергии, болки во предните заби на горната вилица, затнат нос и отежнато дишење. Во суштина, воспаленеието на синусите се јавува кога синусите се блокирани и полни со течност и микроорганизми (бактерии, вируси и габи).
Додатокот на исхрана „Синуксин“, од реномираната француска лабораторија „3Ц Фарма“, е производ во ќесички кои се раствораат во вода, кој овозможува брзо ослободување на дишните патишта, има антисептично и антихистаминско дејство и го подобрува имуниот систем, благодарение на активните состојки од природно потекло. Овој пијалак со вкус на манго наменет е за целото семејство (може да го консумираат лица над 3-годишна возраст) и ги третира сите видови синузитис, ослободува, третира, заштитува и го зајакнува имунитетот.
И, на третото место на сезонски предвизвици се наоѓа паѓањето на косата. Иако причините можат да

бидат различни (породување, ригорозни диети, хируршки интервенции, физички и емоционален стрес, хормонско нарушување или земање на одредени лекарства), лекарите го препорачуваат Triple Eight Coffeine Shampoo, врз база на активен кофеински комплекс, кој ја стимулира активноста на коренот и ја продолжува фазата на раст на влакното подолго отколку што тоа е генетски предвидено. Со тоа Triple Eight Coffeine Shampoo го спречува предвремeното губење на косата, ја зголемува продуктивноста на фоликулите на влакната и го забрзува растот на косата.

Ви посакуваме здрава и полетна пролет, а ние постоиме за да се грижиме за Вашето здравје!

Со почит,
Срдечно ваши,
ЕУРОФАРМ АПТЕКИ

ВАГИНАЛНА АТРОФИЈА

Што претставува вагиналната атрофија и зошто се појавува?

Вагиналната атрофија, позната и како атрофичен вагинитис, е природен феномен во процесот на стареење што се појавува кај многу жени. Вагиналната атрофија е состојба во која има истанчување на вагиналната слузница поради намалената пролиферација на епителните клетки. Покрај тоа, постои намалено производство на гликоген, кој е неопходен за синтеза на млечната киселина од корисните лактобацили што ја поддржуваат вагиналната микрофлора. Исто така, се намалува производството на хранливи материи за лактобацилите, а тоа резултира со намалување на нивната популација и нарушување на хомеостазата во вагината. Нормалната средина во вагината се состои од корисни бактерии од типот Lactobacillus acidophilus, т.н. бактерии на Додерлајн, кои произведуваат супстанции со антимикробно дејство и ја одржуваат pH-вредноста во вагината на околу 3,8-4,5. Намалувањето на нивната популација доведува до алкализирање на околината во вагината и до зголемен ризик од развој на инфекции во урогениталниот тракт. Хипоестрогенизмот кај жените во менопауза, исто така, доведува до намалено производство на колагенски влакна и намалено производство на слуз од Бартолиниевите жлезди, кои играат голема улога во подмачкувањето на вагината.

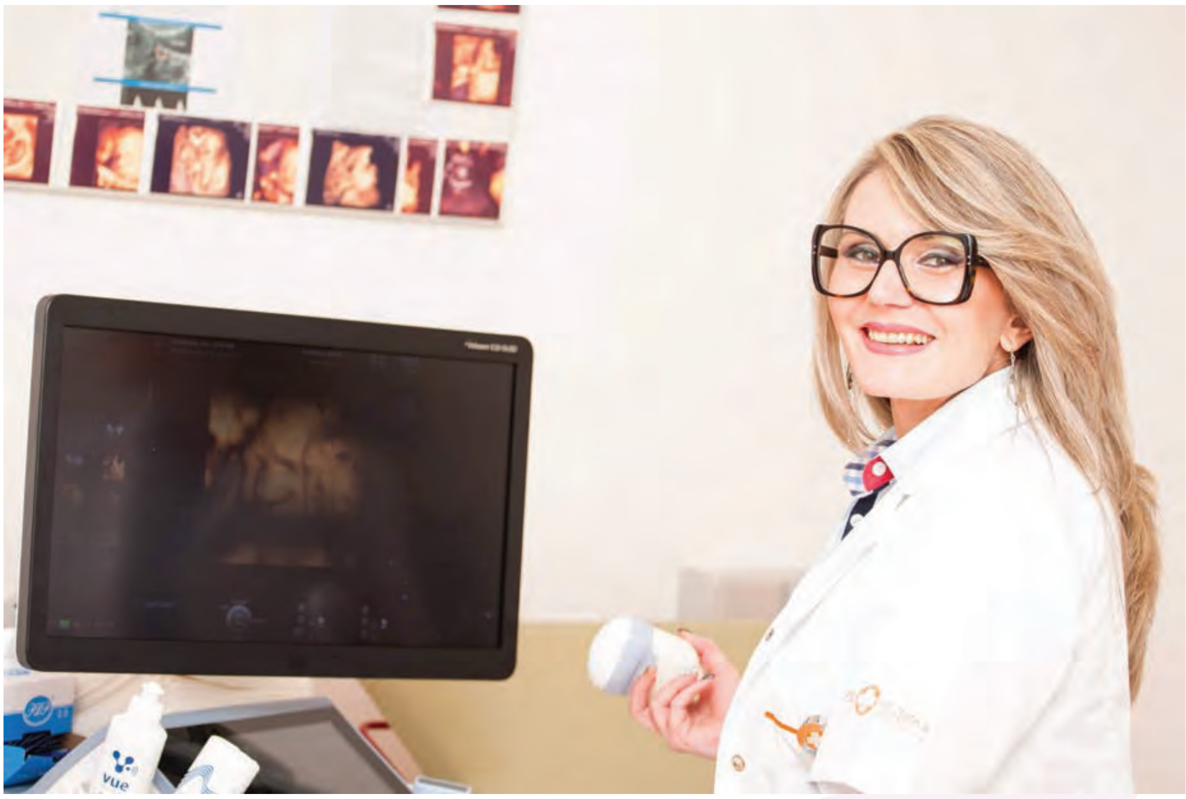
Како се манифестираат овие промени кај жената?

Овие промени доведуваат до трауматизирање на вагиналната слузница поради намаленото подмачкување и еластичноста. Има болка при сексуален однос, диспареунија, а тоа може да биде причина за ограничување на сексуалните контакти. Можно е да се развие ВАГИНИЗАМ, при што доаѓа до неволна контракција на мускулите околу вагината, што го оневозможува сексуалниот однос. Како резултат на намаленото ниво на естроген, се намалува снабдувањето со крв на вагиналните ѕидови, тие стануваат потенки и ја губат својата

Доктор Афродита Стомнароска-Јованоски, специјалист гинеколог-акушер, има 17-годишно искуство во областа на акушерството и гинекологијата, со завршени многу постдипломски програми за обука во Европа, главно во областа на мини инвазивната гинеколошка хирургија (единствена сертифицирана Bechelor in Endoscopy, European Academy of Gynecological Surgery, Leuven, Belgium) и во областа на феталната медицина

еластичност. Вагиналната слузница ја губи својата природна лубрикација (производ на трансудација од крвните садовите што минуваат под слузницата бидејќи самата вагинална слузница нема жлезди и вагиналната содржина се трансудира од овие садови). Тоа доведува до чувство на сувост, црвенило, воспаление, непријатност и до чести појави слични на циститис. Вагиналната pH-вредност е над 5-6, силно алкална, што го фаворизира развојот на која било аеробна и анаеробна флора со ризик од појава на инфекција и на пелвична инфламаторна болест, па дури и пелвеоперитонитис. Покрај сето ова, поради атрофија, често може да дојде до дамчесто крвавење и тоа доведува до вознемиреност на пациентките и до непотребни киретажи. До 50 % од жените во постменопауза страдаат од атрофичен вагинитис, но само една четвртина од нив бараат

лекарска помош. Значи, главно станува збор за сувост, чешање, печење во вагината; болен сексуален однос - диспареунија; мало дамчесто крвавење по сексуален однос; губење на лубрикацијата; зголемена фреквенција на инфекции во уринарниот тракт.



Кои жени се погодени од вагинална атрофија и како да се ублажат симптомите?

Вагиналната атрофија е предизвикана од недостиг на естроген, така што главно ги погодува жените во менопауза, но и помладите жени со гинеколошки онколошки заболувања, кои биле подложени на радиотерапија во карлицата или рак на дојка или кои земале препарати што ја потиснуваат функцијата на јајчниците (како што е, на пример, золадекс).

За да се ублажат симптомите на вагинална атрофија, постојат неколку опции за нејзин третман што подразбираат терапија за замена на хормони (ХСТ) со што може да се контролира широк спектар на симптоми на менопауза, главно невровегетативни, но нема ефект врз урогениталниот тракт. Друга опција се локалните кремови со навлажнувачки и подмачкувачки ефект, како и кремови со естроген. Овие кремови не може да се применуваат трајно и имаат дејство за олеснување на симптомите. Еден од ласерските системи е Fotona и поконкретно неговата апликација RenovaLase. Нуди амбулантски, безболен, краток и ефикасен третман на вагиналната атрофија.

Значи, како гласи вашата детална препорака за пациентките што се соочуваат со ваков проблем?

За третман од прва линија се користат лубриканти што може да бидат врз база на вода, на масло или на силикон и ја ублажуваат сувоста на вагината и диспареунијата. Лубрикантите може да имаат краткотрајно или долготрајно олеснување на сувоста на вагината, а оние со долготраен ефект се нанесуваат секојдневно или на секои два-три дена. Потоа тука се вагиналетите **OLINORM** како одличен избор при иритација, печење и чешање на вагината, како и при воспалителни и заразни вагинални заболувања. Вагиналетите **OLINORM** се употребуваат и за превенција и третман на неспецифична сувост на вагината, како и во случај на атрофичен вагинитис. Вагиналетите **OLINORM** се индицирани кај жени во репродуктивна возраст, во менопауза, како и во перименопауза. Вагиналетите **OLINORM** се безбедни за трудниците и доилките.

Втора линија на третман за вагинална атрофија е хормонската терапија. Може да биде системска, која се заснова врз орално внесување на препарати што содржат естрадиол, естрадиол валерат, конјугирани естрогени. Системската терапија се користи за потешки симптоми на менопауза. Се препорачува локална терапија што се состои од администрација на естрогени во форма на вагинални кремови, таблети, капсули или вагинални прстени. Предноста на оваа терапија е што доаѓа до ублажување на непријатните симптоми, а во исто време многу мал дел од активната состојка влегува во општиот крвоток. Ова подразбира помал ризик од несакани реакции на лекот, меѓу кои се ендометријална хиперплазија и ризик од венска тромбоза. Потоа селективните модулатори на естроген рецептор се уште една терапија што се користи кај жени за кои не се препорачува терапија со естроген. Друг метод на лекување е интравагиналната администрација на дехидроепиандростерон, кој е стероиден хормон, претходник на тестостерон и естрогени.

Ги споменавте ласерските процедури. Како тие дејствуваат?

Ласерската терапија има огромен позитивен ефект кај жените со постменопаузален атрофичен вагинитис. Докажано е дека процедурата ја стимулира пролиферацијата на епителните клетки во вагината, го подобрува протокот на крв во оваа област, ги дополнува потребите за гликоген, а 85 % од пациентите имаат обновување на сексуалната активност 12 недели по ласерската терапија.

Вагиналната атрофија е непријатна постменопаузална состојба, а покрај физичките симптоми, таа се манифестира и со промени во емоционалната состојба на жената и нејзината самодоверба. Барањето решение за проблемот од специјалист не е причина за срам, туку неопходност за среќен и исполнет живот.

Од сето наведено се чини дека наједноставен начин за превенција и третман на вагиналната атрофија се вагиналетите. На кој начин тие помагаат?

За одржување на здрава средина во вагината, како и за превенција на можни несакани ефекти од други лекови, најсоодветен избор за локална апликација се вагиналетите **OLINORM**, што се комбинација од хијалуронска и млечна киселина. Хијалуронската киселина, аплицирана локално во вагината, ќе овозможи долготрајно навлажнување на слузокожата, како и нејзино целосно обновување (и структура и функција на вагиналната слузокожа). Дополнително,

млечната киселина ќе ја одржува ниска вагиналната pH-вредност, со што ќе се превенираат дополнителни инфекции, а истовремено ќе се оневозможи инфекција со габичката кандида. Двете киселини, спакувани во една вагиналета **OLINORM**, дејствуваат комплементарно во намалувањето и подобрувањето на симптомите на вагинитис, вулвовагинитис, атрофија на слузокожата (кај жените во менопауза), неспецифична сувост на вагината, како и при иритација, пецкање и чувство на чешање во вагината. Поликарбофилот, третата активна супстанција во вагиналетите **OLINORM**, дополнително ја одржува ниската pH-вредност, со што дополнително се штити жената од вагинални инфекции. Вагиналетите **OLINORM** се одличен избор како дополнителна терапија при сите воспалителни и заразни вагинални заболувања.

Вагиналетите **OLINORM** содржат и масло од чајно дрво, кое во медицината е одамна познато по својот антисептичен ефект, односно оневозможува дополнителна вагинална инфекција со бактерии, вируси и габички. Присутните витамини А и Е во вагиналетите **OLINORM**, ќе дејствуваат во насока на правилно обновување на вагиналната слузокожа.

Eucerin
ГИ НАМАЛУВА АКНИТЕ ЗА 64%.*
ПРВИТЕ РЕЗУЛТАТИ СЕ ПО 7 ДЕНА
ПРЕД
ПОТОА
Eucerin
BLEMISH-PRONE SKIN
DERMOPURE
CLEANSING GEL
MEDICAL SKINCARE
Eucerin
DERMOPURE
MATTIFYING FLUID
MEDICAL SKINCARE
Eucerin
DERMOPURE
SKIN RENEWAL TREATMENT
*Резултати по 8 недели комбинирана употреба - клиничка студија на 90 пациенти.

САМОПРЕГЛЕД НА ДОЈКАТА Е НАЈДОБАР НАЧИН ЗА НАВРЕМЕНО ОТКРИВАЊЕ НА РАК

Семето што го сееме денес, го определува плодот што ќе го береме утре!

прим. д-р Гордана Митева, спец. по семејна медицина
ПЗУ „Примариус д-р Гордана Митева“, Свети Николе

Самопрегледот е најдобар начин за навремено откривање и успешно лекување на ракот на дојка. Пред да започнеме со презентирање на болестите на самата дојка, **ВАЖНО Е ДА ЗНАЕТЕ СЀ ЗА САМОПРЕГЛЕД НА ДОЈКИТЕ.** Најмалку што една здрава жена може да направи за себе е да направи самопреглед на дојките. Самопрегледот е најдобар начин за навремено откривање и успешно лекување на ракот на дојката.

Дали мажите се разболуваат од рак на дојка?

Мажите заболуваат 100 пати поретко од рак на дојките во споредба со жените. Карциномот на дојките кај мажите е само 0,7 % од сите малигни тумори кај машката популација.

Кога најчесто се јавува кај мажите и како да се препознае?

Болеста ретко се јавува пред 40 години, но треба да се обрне внимание на следниве промени: тврдост во дојките, вовлекување на брадавицата.

Кои медицински процедури ги опфаќа комплетниот преглед на дојката?

Комплетниот преглед на дојките опфаќа:

- Клинички преглед на дојките - подразбира преглед на дојките во стоечки и лежечки став, по утврден редослед, опфаќајќи и преглед на околните структури;
- Ултразвук на дојките (ехо) - тоа рутински се прави кај жени по наврšени 35 години, освен ако не постои индикација да се направи преглед и порано;
- Мамографија - РТГ-метод;
- Тумор маркери - тоа се специфични анализи поврзани со поединечни типови карциноми што се од голема помош во дијагностицирањето;
- Лабораториски анализи - со нив се добива увид во општата состојба на пациентот, а многу често упатуваат и на нарушување на поединечни органи и системи;
- Едукација и советувалиште - каде што пациентот треба да се информира за болеста - фактори на ризик, превенција, дијагностички процедури и можности за лекување.

Дали постои превенција на ракот на дојка?

Само со редовен самопреглед на дојката еднаш месечно по менструалниот циклус, како и со редовни гинеколошки прегледи - најмалку еднаш годишно, се овозможува рано откривање на ракот на дојка.

Доколку се открие навреме и се лекува, карциномот на дојките е излечива болест!

Бидете свесни за своите дојки - запознајте се со нив, со нивниот изглед, размислувајте за нив, чувствувајте ги своите дојки за да може да ги препознаете промените во нив. Со редовни прегледи на дојките многу рано може да се откријат знаци на многу болести. Во 90 % од случаите жените сами си ја откриле болеста.

Зошто секој месец да ги прегледувате дојките?

Самопрегледот на дојката е многу едноставна процедура за која е потребно само огледало и време од неколку минути. Сосема е доволно жената да го изврши самопрегледот еднаш месечно и

тоа да го направи од петтиот до десеттиот ден од почетокот на менструалниот циклус, односно неколку дена по завршувањето на менструацијата. Тогаш нивото на хормони е релативно стабилно и дојките се помалку напнати - спласнати и помалку болно чувствителни.

Ако сте во менопауза (ако немате менструација една година или повеќе) најдобро е да се одреди датум во месецот, да речеме датум кога сте родени - па секој месец на тој датум да правите самопреглед на дојките.

Многу жени можат да напипаат задебелување на дојката. Ако жената забележи нешто ново или некакви промени на дојката, треба веднаш да се посоветува со лекар за натамошни испитувања. Тие промени не мора да значат рак на дојката, но секогаш треба да значат аларм за јавување на лекар.

Тие промени може да бидат:

- ✓ Секое отстапување од вообичаениот облик и големина на дојката;
- ✓ Оток на едната или на двете дојки;
- ✓ Набирање на кожата, како кора од портокал;
- ✓ Лупење и маслинест изглед на брадавицата или околу ареолата;
- ✓ Грутка - тврд јазол или задебелување;
- ✓ Вовлекување на брадавицата или на други делови од дојката;
- ✓ Промени на брадавицата што почнуваат нагло;
- ✓ Чешање, болка или оток на брадавицата;
- ✓ Болка на едно место во дојката што не варира во текот на менструалниот циклус;
- ✓ Грутки во кожата или во поткожното ткиво;
- ✓ Ранички на кожата што не зараснуваат и се покриени со красти со обилна секреција;
- ✓ Крвав исцедок од дојката;
- ✓ Отечен јазол или жлезда во пазувите.

Планирање на преглед

20 - 35 години: самопреглед на дојките еднаш месечно; клинички и ултразвучен (ехо) преглед на една-две години;

35 - 40 години: самопреглед на дојките еднаш месечно; мамографија на дојките, таканаречена базична мамографија; клинички и ултразвучен преглед од еднаш до двапати во текот на годината;

Повеќе од 40 години: самопреглед на дојките еднаш месечно; мамографија на две-три години; клинички и ултразвучен преглед од еднаш до двапати во текот на годината;

Жени во чија фамилија има заболени од рак на градата: самопреглед еднаш месечно; прва мамографија на 35 години, потоа еднаш годишно; клинички и ултразвучен преглед на дојките еднаш по 20 години;

Жени лекувани од рак на дојка: клинички и ултразвучен преглед на дојките двапати годишно; мамографија еднаш годишно; самопреглед еднаш месечно.

КАКО НАЈЛЕСНО ДА СЕ НАПРАВИ САМОПРЕГЛЕД НА ДОЈКИТЕ?

Погледнете ги своите дојки во стоечка положба. Во лична, приватна атмосфера, најчесто во бања, соблечете се до половина и застанете пред огледало. Рацете спуштете ги покрај телото и набљудувајте ги своите гради.

Обрнете внимание на:

- ✓ симетричноста на дојките, забележете дали постојат вдлабнатини - оток;
- ✓ промени на кожата, лупење, вовлекувања;
- ✓ бојата на брадавицата и дали брадавиците ги промениле позициите во однос на претходната состојба.

Полека свртете го телото налево и надесно така што да може да ги видите дојките од профил.

Визуелен преглед - набљудување на дојките

Подигнете ги рацете над глава

Подигнете ги рацете над глава и повторно внимателно набљудувајте ги градите, барајќи со погледот некоја промена, односно внимавајте како се движат дојките по градниот кош. Движењето на дојките треба да биде симетрично и без заостанување. Доколку се забележи дека една од дојките заостанува во движењето нагоре, таа промена мора да биде регистрирана и сериозно сфатена.

Рацете повторно се спуштаат надолу и во огледало се набљудува движењето на дојките.

Ставете ги рацете на колковите и гледајте се во огледало. Со погледот побарајте промена што во претходната положба можеби не сте ја забележале. Свртете го телото лево и десно набљудувајќи ги дојките од профил.

Допирање на дојките - мануелен преглед

Продолжувате да ги допирате градите. Најдобро е да ги прегледате градите за време на бањање во када или под туш. Водената и насапунета кожа го олеснува овој преглед затоа што кожата е влажна и мазна. Допирањето - палпирање на дојките се врши со испружени три прсти на раката и тоа со јаболкцата од прстите, а не со врвовите. Користете ги јаболкцата од кажипрстот, средниот прст и домалиот прст. Со прстите притиснете доволно цврсто, но сепак нежно за да ја почувствувате и запознаете градбата на своите дојки. Запомнете го тоа чувство затоа што е важно да се препознае и почувствува секогаш исто. Во бањата подигнете ја едната рака над главата и со кружни движења со прстите систематски прегледајте ги сите делови на дојката. Како што рековме, користете ги јаболкцата од прстите и посебно обрнете внимание дали постои некое задебелување, грутки, тумори и слично.

Слика: Палпирање на дојките под туш

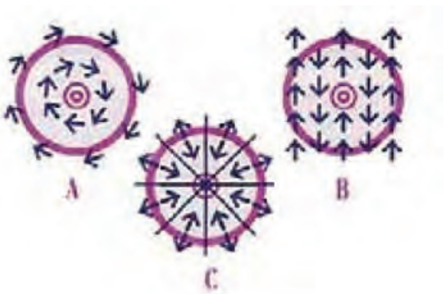
Преглед на левата дојка

Ако се прегледува левата града, левата рака се подигнува и се става зад вратот, а со десната рака, поточно со јаболкцата од трите прсти се врши преглед на левата дојка. Полека се прегледува дојката одгоре надолу, од внатрешноста на дојката кон пазувите. Може да се прават и циркуларни движења или движења во насока на стрелките на часовникот, користејќи го градниот кош како подлога. Ваков преглед се прави со цел да се покрие целата дојка.

Преглед на десната дојка

Десната рака се подигнува и се става зад вратот, а со левата рака со отворена дланка со трите составени прсти се врши преглед на десната дојка, полека прегледувајќи ја дојката во насока на стрелките на часовникот, користејќи го градниот кош како подлога.

Некои жени ги прегледуваат дојките во правец на стрелките од часовникот, некои одат наизменично одгоре надолу или, пак, одат од центарот на ареолата кон надвор со кружни движења и на замислен часовник до позиција дванаесет. Потоа се враќа до ареолата во правец на стрелките на часовникот, прегледувајќи ја целата града, односно секој нејзин дел. Значи, допирањето е завршено кога ќе се направи цел круг без да се подигне раката од дојката.



Слика: Приказ на правец на преглед на дојките

Слика: Палпирање во предел на пазувата

Многу е важно секогаш да се користи ист начин затоа што така секогаш ќе се поминува преку целата дојка, но и ќе помогне да се запомни целата нормална структура и осетот под прстите на дојките. Палпирањето се продолжува во пределот на пазувата за да се провери со сигурност дали постојат зголемени лимфни јазли. Левата рака се поставува покрај телото и со прстите на десната рака внимателно прегледајте ја левата пазувна јама со движења оддолу кон горе и однадвор кон средина. На ист начин прегледајте ја и десната пазувна јама.

Со палецот и показалецот од десната рака нежно се стиска левата брадавица и се повлекува кон надвор. Дали брадавицата се повлекува на местото? Дали се истегнува при повлекувањето? Дали има исцедок? Треба да се забележи дали има вакви промени. Ако се појави исцедок кога било во текот на еден месец помеѓу два самопрегледа, веднаш треба да се побара мислење од доктор, без оглед што при претходниот самопреглед исцедокот не бил присутен. Ако се прегледува десната града, треба да се стисне

десната брадавица, а кога се прегледува левата, се стиска левата брадавица.

Самопреглед на дојка може да се направи и во легната положба

Преглед во легната положба се врши без огледало со поставување перница или свиткана крпа под лопатката додека се лежи на кревет. Прегледувањето на градата лежејќи на грб е подобар начин за жени со поголеми дојки или повозрасни жени, каде што внатрешниот состав на дојката е пофлексибилен.

Лева дојка: Прво се прегледува левата дојка. Левата рака се подигнуваме и се поставува зад вратот, а мало перниче или свиткана крпа се става под левата лопатка, додека со десната рака - отворена дланка и споени три прсти, со јаболкцата од десната рака, се врши преглед во правец на стрелките на часовникот, полека сантиметар по сантиметар по целата дојка, користејќи го градниот кош како подлога. Прегледот на левата дојка завршува со преглед на левата пазувна јама, користејќи ги прстите како и претходно. Со тоа прегледот на левата дојка е завршен.

Десна дојка: По прегледот на левата дојка се прегледува десната. Десната рака се подигнува и се става зад вратот. Се лежи на грб, а мало перниче или свиткана крпа се става под десната лопатка, додека со левата рака, со отворена дланка и три споени прсти, поточно со јаболкцата од левата рака, се врши преглед сантиметар по сантиметар на десната дојка и тоа во правец на стрелките на часовникот. Прегледот се врши се додека темелно не се прегледа целата десна дојка.

Важно е да биде испитан секој дел од дојката. Што и да се прави, мора да се внимава да не се пропушти делот околу брадавицата и делот од пазувата. Задебеленото ткиво на базата на дојката во вид раб е нормална појава. Оваа постапка се повторува и со левата дојка. Важно е прегледот да се извршува редовно затоа што само така може да се забележат нови промени на дојката.

Ако сте имале операција на дојката поради рак, повторно е потребен самопреглед, при што се користат исти методи на преглед како и претходно.

Ако дојката е отстранета, мора да ја прегледате лузната на градниот кош и доколку забележите задебелување или каква било промена, треба да одите на лекар.

Многу е важно да не заборавите на прегледот еднаш во месецот на одреден датум.

Колку време е потребно за самопреглед?

Можеби опишаната техника за самопреглед изгледа комплицирано, но во суштина таа е едноставна и брза. На почетокот за самопреглед на дојките се потребни од петнаесет до дваесет и пет минути, но добро извежбана жена не троши повеќе од пет до десет минути за еден самопреглед. Потребни се само вежбање и време.

Како да се препознаат резултатите од самопрегледот?

Како жена многу брзо ќе научите и ќе ја запознаете структурата на своите дојки - ќе го запомните точното место на кое ги наоѓате

промените. Добро извежбана жена многу лесно ќе ги најде и најмалите промени и на тој начин ќе го предупреди докторот. Значи, секоја добро извежбана жена одлично ги познава своите дојки и лесно ги регистрира сите нови случувања во споредба со претходниот искуствен наод.

Што понатаму?

За сите нови промени што ќе ги забележите во текот на самопрегледот на дојките потребно е итно да се обратите кај матичниот/семејниот лекар, а тој ќе знае што треба понатаму да се преземе и кои дијагностички процедури ќе треба да ги направите.

Кога да започнете со самопреглед?

Со самопреглед на дојките треба да започнете веќе со навршени 20 години и да го применувате до крајот на животот!!!

(Текстот е исечок од книгата „Патот до розовата панделка“ на прим. д-р Гордана Митева)

ДА ГИ НАПРАВИМЕ ЗДРАВСТВЕНИТЕ ПРЕГЛЕДИ ДОСТАПНИ ЗА СИТЕ

- Информирајте се како да добиете бесплатен превентивен преглед -

Под мотото „**И ти си важен!**" Здружението на лекари специјализанти - ЗЛС ќе овозможи повеќе од 4.000 бесплатни превентивни прегледи за лицата од социјално загрозени категории. Оваа акција, поддржана и финансирана од Цивика мобилитас, ќе овозможи поголема достапност до здравствените услуги за овие категории граѓани. Пандемијата предизвикана од КОВИД-19 уште еднаш потврди дека здравствените услуги не се подеднакво достапни за сите, а овој проблем особено беше потенциран во време на глобалната финансиска криза.

Со превентивните прегледи навреме се откриваат здравствените состојби кај пациентите и тие се упатуваат во соодветни институции на здравствениот систем. Со нив ќе се подигне и општата здравствена писменост на поединци од социјално ранливите категории, а за тоа ќе помогнат и брошурите што ќе бидат поделени и директната комуникација на здравствените работници со граѓаните.

Преку оваа акција здружението ќе овозможи директна консултација со медицински лица што ќе им ги објаснат нивните медицински состојби, третман, опции за лекување и прогноза, на разбирлив начин за нив. Притоа, членовите на здружението се водени од фактот дека оваа група граѓани ги користи услугите на јавните здравствени установи, каде што лекарите често немаат време и ресурси да им ги објаснат сите состојби.

Уште поважно е што со оваа акција се влијае врз вклучувањето на овие категории луѓе во мрежата на примарната здравствена заштита. На социјално загрозените лица, особено оние што живеат во руралните средини, не им се секогаш достапни овие услуги, па често ги одложуваат прегледите, а тоа доведува до влошување на нивната здравствена состојба. Како последица на тоа, овие пациенти се среќаваат во терциерното здравство, најчесто нивното заболување е во тешка фаза, кога опциите за третман се ограничени и исходот е неповолен.

Со превентивните прегледи на терен, кои ќе ги врши лиценциран лекар, ќе се започне од крајот на февруари 2023 година и предвидено е во нив да се направи: анамнеза, физикален преглед, ЕКГ, мерење шеќер во крв, аускултација на срце и бели дробови, мерење крвен притисок, како и мерење на периферната сатурација со кислород. Дел од опремата што ќе се користи за прегледите е донирана од Аптеки Еурофарм, како социјално одговорна компанија. Покрај тоа,

на пациентите ќе им биде понудено и здравствено советување во согласност со нивната состојба, како и совет за соодветно упатување во релевантни институции, таму каде што е потребно.

Прегледите ќе бидат бесплатни, а ќе ги вршат лиценцирани доктори по медицина. Тие ќе се спроведуваат неколкупати месечно, во повеќе градови низ Македонија, со два главни пункта, во Скопје и во Битола.

Датумите и локациите ќе се одредувани на месечно ниво, за што граѓаните ќе бидат информирани преку јавните гласила, како и преку официјалната Фејсбук-страница на здружението: *https://www.facebook.com/ZLSpecijalizanti*.

Сите заинтересирани граѓани што сакаат да добијат бесплатен преглед ќе можат да се информираат за прегледите, датумите и локациите, но и да го закажат својот преглед на следнава е-адреса и/или телефони:

е-адреса: zakazetepregled@gmail.com

телефон 1: 072688200
телефон 2: 072688201 (од понеделник до петок од 09:00 до 14:00 часот)

* Содржината на овој напис е единствена одговорност на Здружението на лекари специјализанти и на ниеден начин не може да се смета дека ги одразува гледиштата на Цивика мобилитас, Швајцарската агенција за развој и соработка (SDC) или организациите што ја спроведуваат.

SNUP® D

за возрасни

Помошта стигнува за 5 минути!

Кога Ви е затнат носот и Ви прави проблеми, SNUP D за возрасни, спреј за нос, раствор ви носи брзо решение. Ксилометазолин хидрохлорид ги стеснува крвните садови на слузокожата на носот и со тоа се намалува отокот на слузокожата на носот. Декспантенол го забрзува зараснувањето на рани и ја штити слузокожата.

со декспантенол

без конзерванси

Лекот SNUP® D за возрасни, 1 mg/ml + 50 mg/ml спреј за нос, раствор е наменет за возрасни и деца постари од 12 години.

Лекот SNUP® D за возрасни не треба да се користи подолго од 7 дена, освен ако вашиот лекар не препорачал поинаку.

SNUP D ... кога носот испраќа S.O.S.

Hemofarm
STADA GRUPA

Пред употреба внимателно да се прочита упатството! За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на лекот консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

HAND FOOT MOUTH DISEASE - COXACKIE VIRUS

д-р Љубица Илиеска,
ПЗУ Алфамед Прилеп

Докторке... детето ми е настинато ... има температура, не јаде, папсано е. Има ранички во устата и исипување на дланките и на стапалата.

Изминатиов период вака најчесто велат родителите кога доаѓаат во ординациите.

„Болест на нечисти раце", „болест со 10 лица", „болест на раце, стапала и уста" - различни искази за една иста состојба - високо контагиозна вирусна инфекција што најчесто е предизвикана од Coxackievirus A16 од фамилијата на Enterovirus. Други вируси што можат да бидат предизвикувачи се

Coxackievirus A6 и Enterovirus 71.

Како се пренесува ?

Контакт со респираторни капки што содржат вирусни честички кога болно лице кашла или кива;

Osteovital forte
Calcium 1000mg + D3
ЗДРАВ КОСКЕН СИСТЕМ

Предности:
- Нова формула со зголемена содржина на Калциум и оптимална количина на витамини, минерали и фибри.
- Помага за обновување на коскената структура и одржување на витаминскиот баланс кај луѓето кои страдаат од Остеопороза.
- Помага во спречување на развојот на болеста.
- Помага за превенција на остеопороза, како и за побрзо закрепнување по повреди и скршеници.

Секоја таблета содржи:
Калциум 1000mg | Витамин B_6 6.0mg | Витамин C 120.0mg
Витамин D_3 10.00µg (400 IU) | Витамин K_1 60µg | Магнезиум 60mg | Инулин 100mg

- Калциумот го поддржува метаболизмот на коските.
- Инулинот ја помага апсорпцијата на калциум.
- Магнезиумот ја помага апсорпција на калциум и витамин Ц и го неутрализира ризикот од калцификација на ткивата.
- Витамин К1 учествува во нормална синтеза на коскениот протеин остеокалцин.
- Витамин Д3 е потребен за ресорпција на Калциум во цревата и негова последователна апсорпција.
- Витаминот Ц е неопходен за формирање на колаген–најважните протеини во коскените ткива

kendy PHARMA
Произведува: Kendy Pharma Ltd Банки, Бугарија | www.kendy.com
Застапник за Македонија: КЕНДИ ДООЕЛ
ул. Боро Тодоровиќ 1 бр.2 Скопје, Македонија тел.023118140, contact@kendy.com.mk

Stabiflex®

ПОДВИЖНОСТА Е СЕКОМУ НЕОПХОДНА

Stabiflex содржи четири активни супстанции кои делуваат на истрошените зглобови и ја намалуваат болката.

GLUCOSAMIN (амино шеќер)
влијае на образувањето и заштита на зглобната 'рскавица.
CHONDROITIN
претставува составен дел од 'рскавицата кој што го спречува навлегувањето на вода во тетивите и зглобовите. Помага во спречување на разградувањето на 'рскавицата и ја подобрува подвижноста на засегнатите зглобови.
MSM
е компонента на органски сулфур кој учествува во образувањето на колагенот како основен протеински градивен елемент на зглобната 'рскавица.
ЕКСТРАКТОТ ОД ЃУМБИР
ја намлува болката, отоците и е природна компонента која влијае против воспалително

STABIFLEX ПОМАГА ПРИ:
Дегенеративни зглобни проблеми
Регресивни промени после траума
Напрегнатост и болки во зглобовите

Stabiflex е додаток на исхраната со засладувач.
Не содржи шеќер и е погоден за употреба од дијабетичари.

Состав на една дневна доза:
Glucosamine Sulphate 1500 mg
Chondroitine sulfate 1200 mg
MSM 600mg
Екстракт од ѓумбир 40 mg

kendy PHARMA
Застапник за Македонија: КЕНДИ ДООЕЛ
ул. Боро Тодоровиќ 1 бр.2 Скопје, Македонија
тел:+389 (2) 3118140
contact@kendy.com.mk | www.kendy.com.mk

Допирање заразено лице или воспоставување друг близок контакт, како бакнување, гушкање или споделување чаши или прибор за јадење;
Допирање измет од заразено лице, како што е менување пелени, потоа допирање на очите, носот или устата;
Допирање предмети и површини што го имаат вирусот на нив, како кваки или играчки, потоа допирање на очите, носот или устата.

Главен ризик-фактор е возраста. Децата на возраст до седум години се најпогодена возрасна група. Особено се забележуваат голем број случаи во градинките со оглед на тоа дека болеста е високозаразна , брзо и лесно се пренесува од човек на човек.

Како започнува?

Инкубацискиот период, односно периодот од првичниот контакт до појавата на симптомите, трае од три до пет дена. Вообичаено започнува со супфебрилна температура, папсаност, болки во телото, болки во грлото, општа слабост.
Еден-два дена по овој продромален период се појавува макуло-папуло везикуларно исипување на дланките и на стапалата (црвени, точкести лезии со големина од два до шест милиметри што не чешаат и може да бидат болни или асимптоматски). Вообичаено заздравуваат по 10 дена и не остануваат лузни.
Друг типичен симптом се болните ранички во устата. Овие рани обично прво се појавуваат како мали црвени дамки, често на јазикот и на внатрешноста на устата, кои создаваат блистери што пукаат и се создаваат улцери (ранички) што се многу болни. Поради тоа детето одбива да јаде и да пие и тоа може да доведе до дехидратација, има зголемена продукција на плунка, има желба само за ладни течности што ја ублажуваат болката.
Во ретки случаи инфекцијата може да напредува до вирусен менингитис (со појава на главоболки, вкочанет врат и др.), миокардитис (инфекција на срцевиот мускул), а инфекциите со Enterovirus 71 често резултираат со невролошки симптоми, како енцефалитис, Guillian – Barre syndrome, акутна церебеларна атаксија polio-like syndrome.

01.03 - 31.03.2023
-30%
НА СИТЕ ПРОИЗВОДИ
TWISTSHAKE®
with passion for babies

MADE BY SWEDEN

Ексклузивен застапник и дистрибутер: **ЕУРО-ФАРМ доое**л
ул. Антон Попов 5, Скопје; тел. 02/32-12-700;
www.eurofarm.com.mk;

Што да преземам?
Оваа состојба е клинички синдром што вообичаено поминува за период од седум до десет дена.

Третманот, пред сѐ, е симптоматски. Основно е да се одржува добра хидратација, за да се спречи дехидрирање треба да се даваат ладни течности, како вода или млеко, како и помека храна - леб, тестенини и слично, да се избегнува зачинета и кисела храна со што само би се зголемила болката од улцерите и редовно измивање на усната празнина. За болката и температурата се ординираат NSAID и парацетамол.

Превенција
Добрата хигиена за време на инфекцијата и по неа е пресудна за да се спречи ширење на инфекцијата. Тоа е многу тешко особено кај децата, но мора да се обезбеди добра хигиенска практика за миење на рацете и чистење на предметите со кои детето дошло во контакт, особено играчките.

__П.С.__ Возрасните не се поштедени...

Plivit® B Forte

60 тврди капсули

1 КАПСУЛА НА ДЕН

Формулација која содржи 8 витамини од Б групата

Plivit® B Forte

- за нормална функција на нервниот систем
- за намалување на заморот и исцрпеноста
- за нормална функција на имунолошкиот систем

Една капсула содржи:		1 капсула (0,446g)
Vitamin B_1	(tiamin mononitrat)	15mg
Vitamin B_2	(riboflavin)	15mg
Vitamin B_3	(niacinamid)	15mg
Vitamin B_5	(calcium D-pantotenat)	25mg
Vitamin B_6	(pyridoxine hydrochloride)	10mg
Vitamin B_7	(biotin)	150µg
Vitamin B_9	(фолна киселина)	450µg
Vitamin B_{12}	(cyanocobalmin)	10µg

Препорачана дневна доза за возрасни – 1 капсула на ден

ПЛИВА доoел Скопје, Никола Парапунов б.б. Скопје, тел/факс: 02/3062 702.

MULTI-MK-00160

PLIVA | teva

Пред употреба внимателно да се прочита упатството! За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на граничниот производ консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

ПАЃАЊЕ НА КОСАТА

д-р Емилија Минова,
специјалист дерматовенеролог
ПЗУ РЕС ХУМАНА, Скопје

Косата претставува највпечатлив дел од изгледот на секој од нас, а наедно е најзначаен симбол за убавина кај женската популација. Одржувањето на здрава, бујна, сјајна и цврста коса, како и здрав скалп треба да бидат дел од секојдневната хигиена и нега

Triple eight

Постои верување дека оштетувањето на косата и скалпот најинтензивно се одвива во летните и топлите месеци, поради високите температури и УВ-зраците. Напротив, зимата претставува сезона во која најголема штета трпат нашата коса и скалп. Зимските ниски температури и зголемената влажност на воздухот дејствуваат на тој начин што влакната поинтензивно ја впиваат влагата, водените молекули замрзнуваат и се формираат водени кристали во влакното што е

причина за негово оштетување. Колку што е посуво влакното, поради боењето на косата и употребата на агресивни третмани, поголема е апсорпцијата на водата од атмосферата и на тој начин се интензивира и оштетувањето на влакната. Наедно, менувањето на студена со затоплена средина доведува до стрес и шокова состојба за влакната, пред сè, поради фактот дека во загреаните и топли простории воздухот е премногу сув, а тоа влијае и врз зголемената сувост на влакната и нивно оштетување и кршливост.

Значајно е да се нагласи дека овие промени во влажноста и температурата на средината во која престојуваме влијаат и врз кожата на скалпот, а не само врз влакната. Самата кожа создава заштитен хидролипиден слој, составен од масна и водена компонента, кој го синтетизираат лојните жлезди. Во студените месеци се намалува лачењето на масната компонента, а разликата во температурата на надворешната средина и затоплените простории доведува од одземање на водените молекули од заштитниот хидролипиден слој. На овој начин настанува губење и на липидната и на хидрирачката компонента што доведува до сувост на кожата на

Hartikol®

PharmaS®

1xДЕН

- Содржи монаколин К од црвен ориз кој придонесува за одржување на нормалното ниво на холестерол во крвта. Монаколините успешно ја снижуваат концентрацијата на холестерол и триглицериди во крвта на пациентите.
- Благотворно дејство се постигнува со внесување на 10 mg монаколин К од екстракт на ферментиран црвен ориз. Hartikol во дневна доза содржи 10 mg монаколин К.
- Содржи сув екстракт од лист од артичока (*Cynara scolymus L.*). Екстрактот од лист од артичока ја инхибира биосинтезата на холестерол и го намалува нивото на триглицериди.

ЦРВЕН ОРИЗ (10МГ МОНАКОЛИН К-)
+ ЕКСТРАКТ ОД ЛИСТ ОД АРТИЧОКА

ГИ РЕШАВА ПОКАЧЕНИОТ ХОЛЕСТЕРОЛ И ТРИГЛИЦЕРИДИ!

Само една капсула дневно | Природен производ | Не содржи алергени | Без глутен и лактоза | Без ГМО и конзерванси

ПхармаС Лекови дооел | бул. 8-ми Септември бр. 2/2 лок. /5 кат 2, 1000 Скопје, Македонија | www.hartikol.hr

скалпот и создавање сув првут.

Растот на влакната е цикличен процес што се одвива во неколку стадиуми што се заокружуваат со обновување и создавање нови влакна. Вообичаено секој ден од скалпот паѓаат од 50 до 100 влакна. Бројот на паднати влакна може да се зголемува, а најчесто тоа се воочува преку присуство на големи количества влакна во четката/чешелот што се употребува, на облеката, постелата, во кадата. Може да се забележи дека косата е истанчена, дека патецот е поширок, дека граничната линија на косата со кожата е променета или дека се појавиле едно или повеќе петна без влакна.

Губењето и паѓањето на косата е медицинска состојба што настанува како резултат на многубројни и различни причини. Поради тоа, кај пациентите кај кои се јавува ваков проблем од големо значење е деталната медицинска здравствена историја (анамнеза), фармаколошко-терапевтската историја, сеопфатниот преглед на скалпот и косата, лабораториските испитувања што овозможуваат соодветно поставување на причината за губењето/паѓањето на косата.

Секојдневно во нашата ординација се сретнуваме со различни типови паѓање и губење на косата, како што се алопеции, тинеа капитис (габична инфекција на скалпот), телоген ефлувиум, несакани ефекти од терапевтски протоколи, паѓање на косата како појава во состав на медицинска дијагноза, на метаболични нарушувања.

Кај машката популација најзастапен е генетскиот/наследниот тип на паѓање на косата, додека кај жените тоа се алопеција ареата и телогениот ефлувиум.

Генетскиот тип на паѓање на косата е во корелација со наследната компонента што се пренесува од една на друга генерација и е во директна зависност од андрогените хормони, поточно од дихидротестостеронот (ДХТ). Имено, при трансферот на андрогените хормони до јадрото на клетките настанува активирање на генетски наследената особина за ќелавост. Притоа, андрогените хормони ги репресираат и сензибилизираните влакнени фоликули и во секој следен циклус на влакната се скратува анагената фаза (фаза на максимален раст на влакната). Поради тоа, фоликулите побрзо преминуваат во следната телогена фаза (фаза на мирување/паѓање на влакната).

Во следните нови влакнени циклуси растат нови влакна што се пократки, потенки и послабо пигментирани. Герминативните клетки се сè помалку активни и

DIETPHARM

НОВО

BIO - C 500®

ВИТАМИН Ц
И БИОФЛАВОНОИДЕН
КОМПЛЕКС

ПРАШОК ЗА ДИРЕКТНА ПРИМЕНА
ВО УСТА БЕЗ ВОДА!

БЕЗ ГЛУТЕН
БЕЗ ЛАКТОЗА
ПОГОДНО ЗА ВЕГЕТАРИЈАНЦИ/ВЕГАНИ

ВИТАМИН Ц

- ✓ Силен антиоксиданс
- ✓ Придонесува за намалување на заморот и исцрпеноста и нормална функција на имунолошкиот систем.
- ✓ Придонесува за одржување на нормалната функција на имунолошкиот систем за време и после интензивна физичка активност.
- ✓ Корисниот ефект се постигнува со дополнителен внес на најмалку 200 mg витамин C дневно, покрај препорачаниот внес на витамин C.

PharmaS®

создаваат тенки, слаби и пократки влакна, а со текот на времето настанува и инхибиција на растот на влакната. Кофеинот, како високоефикасна супстанција, во состојба е да го неутрализира несаканиот ефект на тестостеронот, супстанција одговорна за прекинувањето на активноста на фоликулите на влакната од косата. Соодветните производи (шампони и лосиони) што содржат кофеин претставуваат единствени препарати што се соодветни за долготраен терапевтски или профилактички третман кај лица кај кои е започнато или е изразено паѓањето на косата. Најдобар избор е кофеинскиот шампон **Triple Eight Coffeine Shampoo**. Активните супстанции во него се во најсоодветна форма и количина за да пројават добар ефект за многу кратко време. Кофеинскиот шампон **Triple Eight Coffeine Shampoo** е наменет за секојдневна употреба и за мажи и за жени. По нанесувањето на влажна коса треба да се остави пената да дејствува неколку минути. Кофеинскиот шампон **Triple Eight Coffeine Shampoo**, покрај кофеински комплекс, содржи и кератин - протеин што ги храни и зајакнува постојните влакна.

Телогениот ефлувиум е сè почеста форма на губење на косата кај женската популација што се јавува како резултат на зголемената чувствителност на влакната на различни промени во здравствената состојба, на пример, во бременост, менопауза, агресивни диететски режими, оперативни зафати, недостиг на железо, нарушување на функцијата на тироидната жлезда, интензивен стрес, примена на одредена фармаколошка терапија, стил на живот

(небалансирана диета, алкохол, пушење, несоница), а во последните години и инфекција со КОВИД-19. Во анагената фаза влакната се карактеризираат со брз раст и сензитивни се на многубројни штетни агенси. А во телогената фаза, пак, не се изложени на различни влијанија. Дури и минорни оштетувања и нарушувања на влакната во анагена фаза доведуваат до незрели влакна, во кои предвреме завршува оваа фаза и на тој начин голем процент на влакната на скалпот се во фаза на паѓање или во телогена фаза.

Алопеција ареата претставува автоимуна форма на паѓање на влакната, при што се забележуваат ареи - полиња каде што има целосно отсуство на влакна, поради формирање на антитела против сопствените влакна. Овие антитела предизвикуваат прекинување на процесот на раст на влакната и нивно побрзо паѓање. Во најголем број случаи алопеција ареата е асоцирана и со други автоимуни болести, како што се автоимуна болест на тироидната жлезда, витилиго, атопија и др. Кај приближно 20 % од пациентите со напредната форма на а. ареата голема улога игра и генетскиот фактор. Иако голем број прашања поврзани со настанувањето на овој тип паѓање на косата сè уште се нејасни, причините што ја тригерираат појавата се од

инфективна природа (неодамнешна заразна болест или присуство на инфективно жариште во организмот), агресивни алергиски реакции или склоност на организмот кон алергии, присуство на друг автоимун процес во организмот и стресот.

Обезбедувањето соодветна хигиена, нега и терапија кај пациентите што се соочуваат со паѓање на косата или проблеми на скалпот е од големо значење бидејќи оваа патологија во дерматологијата е асоцирана со висок степен на психолошка афекција. Затоа сеопфатните медицински прегледи, дијагностичките процедури, одредувањето соодветен терапевтски протокол и редовната комуникација со овие пациенти се императив за успешност во борбата со овие состојби.

Triple Eight Coffeine Shampoo, врз база на активен кофеински комплекс, ја стимулира активноста на коренот и ја продолжува фазата на раст на влакното подолго отколку што тоа е генетски предвидено. Со тоа **Triple Eight Coffeine Shampoo** го спречува предвременото губење на косата, ја зголемува продуктивноста на фоликулите на влакната и го забрзува растот на косата.

ИНОВАТИВНИ И ПОСВЕТЕНИ НА ЖЕНСКОТО ЗДРАВЈЕ

ДОКАЖАНА ЕФИКАСНОСТ ЗА:

- Регресија на цервикални лезии
- Вагинална микробиота
- Клиренс на ХПВ
- Епителизација

СЕ ПРЕПОРАЧУВА:

- Една апликација (5 прскања) на ден пред спиење
- 20 дена во месецот за 3-6 месеци

Зошто COLPOFIX® ?

Вагинален гел спреј

за превенција и третман на ХПВ цервикални лезии

10 вагинални апликатори

bionika

Пред употреба внимателно да се прочита упатството!
За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на медицинското средство консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

АКЦИЈА!
600 ден.
540 денари
Fave di Fuca
HydraLax
Helps regulating bowel in a natural way
FOR ADULTS AND CHILDREN
Intestinal irregularity
gentle on the mucous membrane
black cherry flavor
540 ден.
486 денари
Dr. Wolz
Seit 1969
Selen 100µg ACE
Zellschutz-Kapseln
Schutz vor Freien Radikalen* – Für den erhöhten Selenbedarf
Selen 100 µg
590 ден.
290 денари
Jamieson
CHEWABLE/À CROQUER
Cold FIGHTER
AntiRHUME
640 ден.
576 денари
cantabria labs
HELIOCARE
ADVANCED
Gel
SUNSCREEN PROTECTOR SOLAR
UVB/UVA
50
Fernblock
849 ден.
330 денари
JALMA
SOLUZIONE SPRAY PER LA MUCOSA ORALE
con Rigenase® (Estratto di grano)
Flacone da 50 ml
DAMOR
727 ден.
654 денари
cantabria labs
HELIOCARE
ULTRA
Gel
SUNSCREEN PROTECTOR SOLAR
UVB/UVA
50+
Fernblock
Celasa
250 ден.
213 денари
SodaDigest
SodaBikarbona
Forte
ukus limuna
25 tableta
za otapanje u ustima
Direktna primena
549 ден.
330 денари
JALMA
GEL GENGIVALE
con Rigenase® (Estratto di grano)
DAMOR
1+1
904 денари
Defendyl
Imunoglukan P4H
30 капсули
1 + 1 ГРАТИС
MEDIS
170 ден.
153 денари
СептаНазал
за возрасни
170 ден.
153 денари
СептаНазал
за деца

март - април

~~1960~~ ден.
1658 денари

~~173~~ ден.
150 денари

~~173~~ ден.
150 денари

~~1866~~ ден.
1493 денари

~~306~~ ден.
276 денари

~~1040~~ ден.
832 денари

~~186~~ ден.
167 денари

~~784~~ ден.
706 денари

~~235~~ ден.
212 денари

~~295~~ ден.
236 денари

~~295~~ ден.
236 денари

1+1
150 денари

~~69~~ ден.
56 денари

ЕУРО ФАРМ
AWARDED Superbrands MACEDONIA'S CHOICE 2017 - 2018

КЛУБ КАРТИЧКА
ЕУРОФАРМ
Ние постоиме за да се грижиме за вашето здравје

АКЦИЈАТА ВАЖИ САМО СО ПОКАЖУВАЊЕ НА ВАШАТА ЕУРОФАРМ КЛУБ КАРТИЧКА И ДО ЦЕЛОСНО ИСЦРПУВАЊЕ НА КОЛИЧИНИТЕ

ИЗЛОГ

TRIPLE EIGHT COFFEINE SHAMPOO

Врз база на активен кофеински комплекс, ја стимулира активноста на коренот и ја продолжува фазата на раст на влакното подолго отколку што тоа е генетски предвидено. Со тоа Triple Eight Coffeine Shampoo се спречува предвремено губење на косата, се зголемува продуктивноста на фоликулите на влакната и се забрзува растот на косата. Кератинот, кој е составна компонента во шампонот Triple Eight Coffeine Shampoo, овозможува потхранување на влакната, полесно расчешлување на косата, а наедно и дава и сјај на косата.

JAMIESON HAIR SKIN NAILS

Здравата коса, кожа и нокти започнуваат од внатре! JAMIESON КОСА, КОЖА, НОКТИ обезбедува 5000 mcg биотин во секоја вкусна, брзо растопувачка таблета. Биотинот е важен Б витамин кој му помага на телото да ги метаболизира нутриентите и обезбедува јака коса, здрава кожа и цврсти нокти.

Состав:

Секоја таблета содржи:
Биотин 5000 mcg

Начин на употреба – возрасни:
Растворете 1 таблета дневно врз, или под Вашиот јазик.

JAMIESON COLAGEN ANTI-WRINKLE

Како што старееме, нашата кожа почнува да ја губи влагата и еластичноста, станува млитава и се појавуваат брчки. Клинички докажано е дека Jamieson Колаген против брчки го намалува бројот на фините линии и брчките во рок од 28 дена преку обезбедување на хидролизиран колаген длабоко во двата слоја на кожата (епидермисот и дермисот), што ја прави кожата поцврста и младешка.
Ги намалува фините линии и брчките во рок од 28 дена.

Состав на секоја доза (3 меки капсули):
VerisolTM хидролизиран колаген (говедски)
2 500 mg

Начин на употреба – возрасни:
Земете 3 меки капсули дневно

OLINORM® вагиналетите се медицинско средство кое помага во одржување на вагиналното здравје и го олеснува обновувањето на вагиналната флора. За одржување на здрава средина во вагината, како и за превенција на можни несакани ефекти од други лекови, најсоодветен избор за локална апликација се **OLINORM®** вагиналетите. **OLINORM®** вагиналетите се одличен избор при иритација, печење и чешање на вагината, како и при воспалителни и заразни вагинални заболувања. **OLINORM®** вагиналетите се употребуваат и за превенција и третман на неспецифична сувост на вагината, како и во случај на атрофичен вагинитис. **OLINORM®** вагиналетите се индицирани кај жени во репродуктивна возраст, во менопауза, како и во перименопауза.

Состав на OLINORM® вагиналетите

Хијалуронска киселина, Поликарбофил, Млечна киселина, витамин Е, витамин А, 18-бета глициретинска киселина, масло од чајно дрво, фосфатидилхолин, полусинтетски триглицериди.

COLLAGEN SM 500 ml - за комплетна благосостојба на целиот организам ви нудиме производ со активни компоненти што меѓу себе се дополнуваат и го потенцираат ефектот едни со други: колаген, хијалуронска киселина, глукозамин, екстракт од црн пипер, омега-6, витамини Б6, Ц и Е, во 25 мл дневна доза, со одличен вкус. Овој производ придонесува за здрави зглобови, освежена кожа, беспрекорна коса и цврсти нокти.

Пролетна промоција
до 50%
Jamieson
NATURAL SOURCES
Since 1922
320 денари
1+1 ГРАТИС
850 ден.
680 денари
450 ден.
389 денари
950 ден.
620 денари
590 ден.
300 денари
783 ден.
399 денари
709 ден.
349 денари
quality assured
360° pure
qualité assurée

HiPP
BABYSANFT
Сега понежно
од било кога.
Со корисно органско
бадемово масло.
НОВО
уште понежно
0% минерални масла
микропластика
парабени
HiPP
BABYSANFT
MILK LOTION
SENSITIV
NEU
Mit Bio-Mandelöl
Spendet wertvolle Feuchtig-
keit & zieht schnell ein
Нашите нови HiPP Babysanft производи:
✔ 0% микропластика, парабени, минерални масла
✔ со корисно органско бадемово масло
✔ произведени со иста грижа како и сите наши HiPP производи
За ова гарантирам со моето име.
HiPP.mk
hippmacedonia
hippmacedonia
hipp.mk

НОВИТЕТИ ЗА НЕГА НА КОЖАТА ЗА 2023 ГОДИНА

Во последните неколку години сведоци сме дека негата на кожата добива огромна популарност и од година во година таа сè повеќе се зголемува. Прв показател за тоа се социјалните мрежи, како и лансирањето нови трендови од постојните брендови на козметички производи.

Популарноста на препаративната козметика и дневните опсежни рутини за нега на кожата се видливи во секое женско шкафче во вашата или во бањата на вашата пријателка бидејќи веројатно на пазарот никогаш немало можност за избор од толку многу серуми, кремови и маски. Ако тоа нуди моменти на задоволство, тогаш сосема е в ред да ги почитувате востановените дневни ритуали за нега на кожата. Особено затоа што таа веќе не претставува само обврска туку и можност за релаксација, уживање, истражување, па и експериментирање.

Растечки тренд во 2022 година беше спојувањето на границите помеѓу препаративната козметика, програмите и технологијата wellbeing, тренд што продолжува и во 2023 година.

Хибриди од производи за нега на кожата и шминка

Благодарение на естетиката „чисто лице“, која се истакна како еден од најголемите мејкап трендови во 2022 година, хибридите што служат за нега на кожата, а истовремено претставуваат и шминка, почнаа да добиваат популарност во 2021 година и се очекува да направат вистински бум на пазарот токму во 2023 година. Првично тоа беа пудри со придобивки за нега на кожата, зботатени со витамини и навлажнувачи, а во текот на 2022 година сјајот за усни беше заменет со природни масла, додека пудрите со тонирани кремови.

Во текот на 2023 година се очекува зголемување на производите со заштитен фактор што ќе завршат добра работа и од аспект на декоративната, повеќе тонирани гел-кремови што покажуваат врвни перформанси во делот на

шминкањето. Се разбира, и прајмерите збогатени со состојки за нега на кожата и, генерално, нагласување на состојките за нега на кожата во различни производи за шминкање.

Движење „Нотокс“ и „бустери“ за инјектирање

Производите и третманите против стареење за кои не се потребни игли или одење под нож, кои претставуваат дел од растечкото движење „Нотокс“, сè повеќе се пребаруваат на интернет. Ова вклучува ЛЕД-маски и третмани, радиофреквенција, електрични масажи и слично, кои покажуваат ефективен резултат и за нив не е потребно време за закрепнување. Иако ботоксот е фантастичен начин за избегнување и намалување на брчките, благодарение на подемот на технологијата, производството на колаген може да се стимулира и без привремено парализирање на мускулите за да се постигне иста цел.

Всушност, популарноста на ботоксот се намали поради фактот дека е отров, а тоа загрижи голем број љубители на чистата убавина, без оглед што стравот е навистина неоснован. Меѓутоа, доколку сакате да ја одложите употребата на ботокс за подоцна, неинвазивните третмани се фантастична опција.

Дермалните филери, од друга страна, се во пораст бидејќи дозволуваат мали модификации што не се долготрајни, а доволни се за да истражите дали ви се допаѓа промената или не. Сега филерите се користат за да се нагласат контурите на лицето, да се дефинира линијата на вилицата, да се исправи носот, да се пополнат темните кругови... А сè popопуларна форма на филер е оној што е исполнет со различни состојки за природно поттикнување на колагенот или хијалуронската киселина во кожата.

Во текот на 2023 година ќе бидеме сведоци и на популарноста на бустерите за инјектирање. Имено, мезотерапијата како фантастично брз начин на внесување на потребните материи во кожата се покажа одлична за обновување на бариерите, сјај и подмладување, а резултатите се многу побрзи од класичната козметика.

Хит состојки: ниацинамид, церамиди, пептиди, бакухиол

Состојките што ќе бидат најпопуларни во 2023 година се појавија уште во 2022 година. Пред сè, ниацинамид, брилијантна состојка што одеднаш прави неколку работи за кожата и е погодна за повеќе видови кожни проблеми. Заштитува од слободните радикали, помага при мозолчиња, дамки, врши хидратација, ја зајакнува бариерата на кожата, го подобрува тонусот, ги намалува порите и дејствува благотворно. Ниацинамидот стана популарен за време на пандемијата со коронавирусот како идеална состојка за зачувување на квалитетот на бариерата на кожата при носење маски, но и за намалување на појавата на мозолчиња.

Церамидите постојано се во центарот на вниманието. Тоа е состојка што е дел од нашата кожа, поточно се наоѓа во самата кожна бариера, каде што како штит ја одржува кожата цврста, заштитена и непропустлива. Во 2023 година популарност доби и бакухиолот, состојка што се нарекува растителен ретинол, односно реална, но многу послаба алтернатива на ретинолот, кој има својства што го забавуваат стареењето, ја негува и ја поправа хиперпигментацијата. Во исто време не предизвикува придружни проблеми како ретинолот, од типот иритација, сувост или црвенило.

Конечно, не смееме да заборавиме на пептидите кои, освен што ја зајакнуваат бариерата на кожата, ги поправаат и брчките, дисколорацијата, црвенилото и недостигот на природен сјај. Пептидите доаѓаат во неколку верзии, некои се подобри за еден проблем за нега на кожата, други за друг. Но сè додека го следите тоа што е наведено на производот, лесно ќе го најдете типот пептид што е идеален за вашата кожа.

Производи за повеќе намени истовремено и блиц-ритуали

Производите што одеднаш извршуваат повеќе задачи се омилени во денешното брзо време на живеење. Освен што комбинираат неколку производи во еден и го намалуваат времето за нега на кожата, исто така, тие овозможуваат да се избегне иритацијата што може да настане при комбинирање на различни производи и состојки. Дополнително, често тие се попристапни за домашниот буџет, а тоа е многу важно во година кога се соочуваме со светска криза.

Најпопуларен тип такви производи дефинитивно се средствата за чистење и маските што, покрај основната функција за нега на кожата, имаат и дополнителна функција на пилинг, па сè почесто гледаме хибриди од серуми и/или кремови или маски со прајмери, а тоа драстично го скратува времето на подготовка за шминка и дава исклучително добра основа. Во оваа група спаѓаат и производите за блиц-ритуали што даваат инстант видливи резултати за само неколку минути, без оглед дали станува збор за маски или кремови за зацврстување, лифтинг, подигнување на очните капаци или намалување на вреќичките под очите... Важно е да ни овозможат брзо да се подготвиме за непланирани средби и состаноци!

Притоа, благодарение на производите со повеќе задачи, кои придонесуваат за скратување на времето што е потребно за секојдневната рутина за нега, тука како нов тренд би ја спомenале минималистичката рутина. „Скинимализмот“ значи едноставност во негата на кожата, а ќе се фокусира не толку на количината на производите, туку на нивниот квалитет, т.е. вредноста за кожата. Оваа рутина е побрза, поефикасна и поевтина. Така, на пример, хидратантниот тоник истовремено ќе отстранува и шминка, а кремовите за длабока хидратација ќе содржат честички за дополнителен сјај на кожата.

„Нови“ киселини

По гликолната и салицилната киселина на пазарот полека се пробиваат неколку интересни киселини со малку поинакви ефекти. Меѓу нив, покрај ферментирана јасмонска киселина, посебно се издвојуваат полиглутаминската, лактобионската и транексаминската киселина. Притоа, тие не се користат нужно за пилинг! Полиглутаминската киселина ја хидрира кожата подобро од хијалуронската киселина, а лактобионската киселина е дел од PHA-киселините и претставува идеален лесен пилинг за чувствителната кожа. Транексаминската киселина има значително влијание врз мелазмата, додека ферментираната јасмонска киселина е идеална за смирување и заздравување на кожата. Сите киселини сè уште се во фаза на истражување во областа за нега на кожата, но веќе се најавени како можни „новитети“!

ПИЛИНГ PRX-T33

PRX-T33 е неинванзивен, совршен пилинг за биоревитализација на кожата, кој се разликува од другите хемиски пилинзи по тоа што не предизвикува лупење на кожата, нема фотосензибилизација и може да се прави во сите сезони, дури и во лето.

PRX-T33 е комбинација од 33 % трихлороцетна киселина и водороден пероксид и благодарение на оваа формула тој успева да пенетрира длабоко во кожата и да стимулира регенерација и стимулација на продукцијата на колаген, без притоа да направи површинска

иритација на кожата, односно лупење и црвенило што се карактеристични за другите хемиски пилинзи.

Кој е ефектот, односно придобивката од овој хемиски пилинг?

Со неговата примена се постигнува затегнување и рејувенација на кожата, инстантен сјај и измазнување на фините линии, брчки на кожата. Покрај ефект anti-age што се постигнува, се користи и при одредени медицински состојби на кожата, како што се: лузни од акни, стрии, хиперпигментации, односно дамки, дамки и длабинско чистење на порите на лицето и комедоните. Третманот ги стимулира растот на фибробластите во кожата и синтезата на колаген, а истовремено има и антиинфламаторно дејство, ги уништува патогените бактерии што предизвикуваат акни и ја зголемува еластичноста на дермисот.

Ефектот е видлив по првиот третман, а по серија третмани кожата се измазнува, се ревитализира, станува блескава и добива соодветна хидрираност.

Колку време трае третманот и колку третмани се препорачува да се направат?

Третманот трае од 20 до 40 минути и покрај неговата класична апликација на лицевата регија, може да се користи и на телото, во зависност од потребите. Се препорачува да се направат три третмани на растојание од еден месец, додека кај одредени индикации се прават и повеќе третмани, до постигнување на посакуваниот ефект. Апсолутно безболен метод без несакани алергиски реакции, иритации и изгореници, по што веднаш може да се вратите на секојдневните обврски.

Може да се изведува самостојно и во комбинација со други естетски процедури, како што се дермални филери, мезотерапија, радиобранови и ласерски третмани.

Self Clear™
НОВА ГЕНЕРАЦИЈА НА ТЕСТ ЗА БРЕМЕНОСТ

ТЕСТ ЗА БРЕМЕНОСТ ОД НОВАТА ГЕНЕРАЦИЈА

- Повеќе **не мора да чекате** доцнење на менструален циклус
- **Најбрз резултат** за само 8 дена после полов контакт
- Единствен тест на пазарот што е клинички испитан **со точност од 99%**

Што е **Self Clear** ?

Тоа е тест за бременост, кој на многу лесен и сигурен начин открива бременост, **многу порано** од било кој друг тест што го има на пазарот.
Self Clear е единствен тест за бременост во светски размери кој го мери **хормонот hCG од 10 mIU /mL,** додека сите други останати тестови го откриваат овој хормон кога неговото ниво достигнува концентрација од 25 hCG во организмот до конентрација од 25mIU/mL.
Поради можноста за ниската детекција на хормонот hCG(од 10mIU/ml),
Self Clear претставува единствениот тест за бременост од светски размери на пазарот кој што ја детектира бременоста после 8от ден од сексуалниот однос.
Тестот е наменет за сите жени без разлика дали имаат или не стабилен (редовен) менструален циклус.

Self Clear тестот за бременост претставува иновативен производ на науката со голема осетливост и прецисност до 99%

Увозник и дистрибутер за Македонија
ДООЕЛ Марти Алко

Каде може да се изведе?

Може да се употребува кај сите типови кожа, на сите возрасти и во сите годишни времиња што, исто така, го издвојува од другите пилинзи што се изведуваат единствено за време на зимските месеци.

г-р Васка Радески

Ординација г-р Анчевски

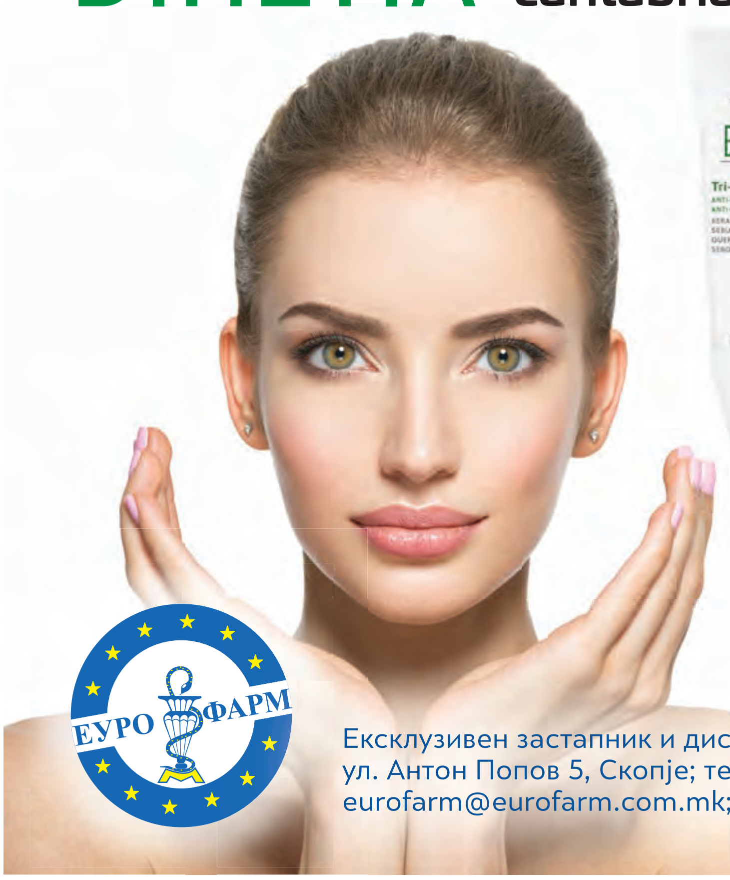
www.ancevski.mk

BIRETIX

cantabria labs

01.03 - 31.03.2023

-20%



Специјално дизајнирани фармацевтски формулации кои помагаат за брзо спречување и намалување на несовршеностите на кожата склона кон акни кај адолесценти и возрасни.

ЕУРО ФАРМ

Ексклузивен застапник и дистрибутер: **ЕУРО-ФАРМ дооел**
ул. Антон Попов 5, Скопје; тел. 02/32-12-700;
eurofarm@eurofarm.com.mk; **www.eurofarm.com.mk;**

probotalife®
SINCE 2009

ПРИРОДНА И ОРГАНСКА ЗАШТИТА ОД ПРОЛЕТНИ АЛЕРГИИ

ОРГАНСКИ ЧАЈ ОД ДИВО ОРИГАНО

ефикасен сојузник против уринарни инфекции E-coli

199
денари

СПРЕЈ ЗА НОС ЗА ДЕЦА

219
денари

АСПИРАТОР ЗА НОС

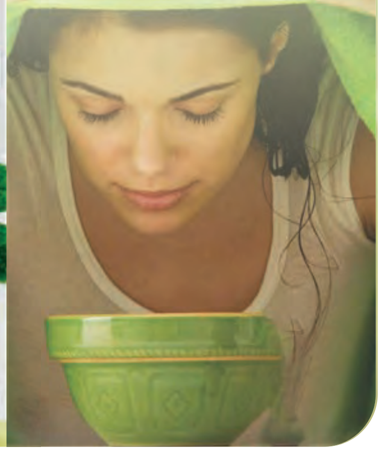
550
денари

ХИПЕРТОНИЧЕН СПРЕЈ ЗА НОС

219
денари

ОРГАНСКО МАСЛО ОД ДИВО ОРИГАНО

699
денари



ТЕРМОФОР ЗА СТОМАЧЕ

Помага за стомачни грчеви кај бебиња и деца

450
денари

КИЛИБАРНО ЃЕРДАНЧЕ

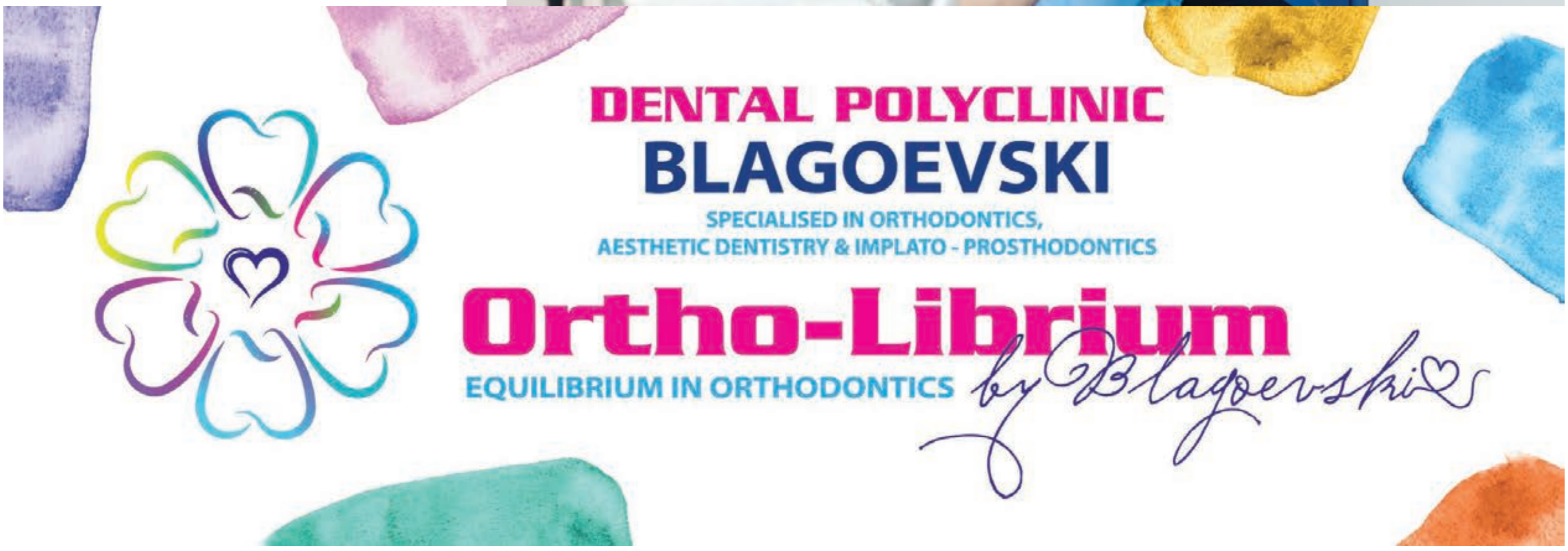
За ублажување на болки при никнување на запчиња

1499
денари

ХИРУРШКИ ТРЕТМАН НА НАПРЕДНАТА ПАРОДОНТАЛНА БОЛЕСТ

д-р Оливер Темелков, специјалист по орална хирургија и имплантологија

Пародонталната болест претставува сериозно заболување на потпорниот апарат на забите. Доколку не се третира, може да доведе до значителна загуба на коскеното ткиво околу корените на забите, повлекување на гингивата



(непцето), разнишување на забите и нивно губење. Целта на пародонталниот третман е темелно чистење на џебовите околу забите, со што се превенира оштетување на околната коска. Најдобра шанса за успешен третман се постигнува кога се применува дневна рутина за одржување на добра орална хигиена, контролирање на здравствените состојби што можат да влијаат врз здравјето на забите и избегнување на употреба на алкохол и цигари.

Кај напредната парадонтална болест, која не може да се лекува само со чистење на забен камен и обработка на парадонталните џебови, се препорачува пародонтална хируршка интервенција. Хируршкиот третман се изведува само кога квалитетно изведената конзервативна терапија не доведува до стагнација на

заболувањето. Интервенцијата се изведува под локална анестезија и е безболна, а постоперативно нема појава на значителен оток и болка.

- **Хируршка обработка на парадонтални џебови**

При оваа интервенција најпрво гингивата се одвојува од коренот на забот и се отстрануваат бактериските депозити од корените на забите. Во некои случаи неправилните површини на оштетената коска се измазнуваат за да се ограничи местото на реинфекција. Потоа гингивата цврсто се спојува околу забот. Овој метод ја намалува големината на просторот помеѓу непцата и забот, а со тоа ги намалува сегментите каде што може да растат штетни бактерии и ја намалува можноста за сериозни здравствени проблеми.

Кај некои случаи може да се препорача и употреба на коскени графтови (вештачка коска), мембрани или протеини што стимулираат пролиферација на ткивата за да се поттикне природната способност на телото да ги регенерира коските и ткивата.

- **Третман на гингивална рецесија**

Оголените корени на забите се резултат на

рецесија (повлекување) на гингивата. Операцијата за трансплантација на непцата ќе го покрие откриениот корен и ќе помогне да се спречи дополнителна рецесија и губење на коскената маса. Интервенцијата може да се изврши на еден или повеќе заби и помага во намалувањето на чувствителноста на забите и ја подобрува естетиката на насмевката.

- **Регенеративен третман на ткивото**

Оваа процедура овозможува повторно стимулирање на растот на коската што била уништена од бактериите. Се поставува специјално парче биокомпатибилна мембрана помеѓу постојната коска и забот. Оваа ПРП мембрана што содржи специфични протеини и фактори на раст се добива од земена и обработена крв од пациентот и таа го забрзува процесот на регенерација на оштетеното ткиво. Материјалот обезбедува погодни услови за создавање нова коска, особено за време на заздравување на раната.

- **Употреба на стимулирачка терапија**

Оваа техника вклучува нанесување на специфичен гел на заболениот сегмент. Овој гел ги содржи протеините што го стимулираат растот на коските и ткивата. Дополнително, овие хидрогелови имаат антибактериски и антивоспалителни својства што го помагаат регенеративниот ефект врз периодонталното ткиво.

Во голем број случаи превенцијата од напредување на пародонталната болест е можна со добра и темелна орална хигиена што вклучува чистење на сите површини на забите, особено интерденталните простори помеѓу забите и употреба на разни течности за миење што помагаат во спречувањето на најмало можно воспаление на потпорните ткива на забите.

Поради тоа, секогаш најбитен совет за пациентите е темелно објаснување на сите чекори за совршена орална хигиена. Може да постои генетска предиспозиција за пародонтална болест или некои ортодонтски малоклузии кај кои е отежнато четкањето на забите, но ништо не може да ја победи одличната орална хигиена.

Кога болеста веќе е напредната и конзервативните третмани повеќе не се моќни, хируршките третмани и новите биокомпатибилни материјали се навистина добредојдени и со голем успех го регенерираат потпорниот апарат на забите и го продолжуваат нивниот век.

АЛОЕ ВЕРА ГЕЛ/СОК

НАЈДОБРОТО АЛОЕ ВЕРА
...ПО НАЈПРИСТАПНИ ЦЕНИ !!!

Lily of the desert е најголема компанија во САД во одгледувањето, обработката и производството на алое вера производи. **Нејзино мото е „ЗАДРЖЕТЕ ГО КВАЛИТЕТОТ ШТО ПРИРОДАТА ГО ДАЛА“.**
Со својата патентирана постапка **- ALOESORB -** во своите алоепроизводи има **алоеполисахариди со поголема молекуларна тежина** кои се суштествени за био-расположивоста на активните компоненти.

АЛОЕ ГЕЛ-Lily Of The Desert 946 ml, добиен од целиот лист на органски одгледани алое кактуси зборатен со **ALOESORB**.

АЛОЕ СОК ВО СТАКЛЕНА АМБАЛАЖА-Lily Of The Desert 946 ml, со органски сертификат во САД, збогатен со **ALOESORB**.

Натура Плус **тел: 02/3110 951 моб: 070/27 27 30**
ул.Јордан Мијалков 30/3 Скопје contact@natura-plus.net www..natura-plus.net

ИМАТЕ ЗАТНАТ НОС И НАСТИНКА?
КОГА ТРЕБА И КОГА НЕ ТРЕБА ДА ОДИТЕ НА РАБОТА

Д-р Димче Марковски, оториноларинголог

Никогаш не е добро време да се јавите болни и да останете дома. Секогаш постои важен состанок што навистина не треба да го прескокнете, огромен проект што едноставно не може да се одложи, тесен рок што не може да се одложи. Без разлика колку сте очајно потребни на работа, не ја сфаќајте оваа одлука лесно. Размислете дали се изложувате себеси или другите на ризик ако одите во канцеларија. Значи, кој е еден од најчестите знаци и проблематични симптоми што треба да го земете во предвид пред да донесете одлука?

Течење или затнат нос?

Вашиот нос е вреден инструмент. Кога сте затнати, не само што имате проблеми со нормалното дишење, туку и се чувствувате и работите полошо. Особено ако вашата работа вклучува многу комуникација со клиенти или презентирање на колеги или на деловни партнери.

Течење или затнат нос може да биде симптом на многу работи, вклучително и алергии. Ако е придружено со кивање, кашлање и болки во грлото, веројатно е настинка. Добра идеја е да земете слободен ден или два. Добрата вест е дека не сте беспомошни. Потребно е да користите спреј за нос кој брзо го одзатнува носот и го лекува, правејќи да се чувствувате подобро – и на работа и дома.

Спрејот за нос треба да ви овозможи да дишете лесно но притоа да не ја оштети носната слузница. Затоа се препорачува употреба на спреј за нос, кој покрај тоа што ќе помогне во одзатнување на носот, ќе овозможи и лекување на носната слузница. Комбинацијата на ксилометазолин и декспантенол делува на овој начин:

1. ксилометазолин – делува брзо и долготрајно (до 11 часа), ефикасно го олеснува чувството на затнат нос и го намалува отокот на носната слузница и секретот од носот;

2. декспантенол – има заштитно дејство и нежно ја лекува носната слузница.

Пред употреба внимателно да се прочита упатството!
За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на лекот консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

СÈ ШТО ТРЕБА ДА ЗНАЕМЕ ЗА ОМЕГА-3 МАСНИТЕ КИСЕЛИНИ

д-р Зорица Мартиноска Андонова,
спец. по семејна медицина
ПЗУ ЦИТУС Штип

Омега-3 масните киселини се есенцијални масни киселини што се неопходни за раст и развој на многу органи, а, исто така, се од големо значење и за општото здравје. Тие се меѓу најважните „добри“ масти што му се потребни на нашиот организам, но човечкиот организам не може да ги произведе самостојно и затоа мора да бидат дел од исхраната, но сè почесто се употребуваат и како додаток во исхраната. Постојат неколку видови омега-3 масни киселини, а тоа се: ЕПА (еикосапентеноична киселина), ДХА (докосахексаноична киселина) и АЛА (алфа-линоленична киселина). ЕПА и ДХА се единствени состојки во рибата и во рибините масла, во помали концентрации може да се најдат во пилешкото и во телешкото месо, а АЛА се добива од растителни извори, како што се, ореви, лен, чија, соја, масло од шеќерна репка, како и во зелениот лисест зеленчук.

Која е улогата на омега-3 масните киселини?

Последниве години се спроведени многу студии што ги потврдуваат претпоставките дека омега-3 масните киселини имаат важна улога во нормалното одвивање на метаболичните процеси во организмот. Тие, исто така, претставуваат важен дел од процесот на создавање нови клетки, клуч се за развојот на централниот нервен и кардиоваскуларен систем, а значајна улога имаат и во процесот на апсорпција на хранливите материи. Важни се и за развојот, но и за функционирањето на сетилото за вид. Голем број студии одат во прилог на фактот дека овие киселини може да помогнат во третманот на многу психолошки и бихевиорални состојби, токму поради нивната улога во преносот на нервните импулси.

Особено е значајна докозахексаноичната киселина (ДХА/DHA), која има својство интензивно да се акумулира во мозочното ткиво на децата уште во периодот на раниот развој во мајчината утроба, потоа и во текот на детството, а неопходна е и за одржување на мозочната функција и на видот. Студиите покажале дека со употребата на омега-3 масните киселини значително се подобрени симптомите со кои се карактеризира синдромот на недостиг на внимание, но и нарушувања со хиперактивност и емотивна нестабилност. Забележана е и корелација помеѓу намаленото ниво на омега-3 масните киселини и нарушувањата во читањето и развојот на говорот, како и со појавата на депресија во рана возраст. Децата со АДХД (синдром на недостиг на внимание и хиперактивност) обично имаат ниски нивоа на омега-3 масни киселини. Кај децата со АДХД на кои им се

давале омега-3 додатоци во исхраната забележано е умерено подобрување на симптомите, вклучително проблеми во обработката на емоциите и дружењето. Последните години поради нивните антиинфламаторни особини се истражува нивната поврзаност со влијанието врз намалувањето на дебелеењето, алергиите и појавата на астма. Исто така, влијаат и врз убавината и здравјето на кожата, како и на косата.

Дневни препораки за омега-3 масни киселини

Вистинско количество омега-3 за деца, како што е препорачано од експертите, се 0,5 г дневно за деца до 12 месеци, 0,7 г дневно за деца од една до три години, 0,9 г дневно од четири до осум години, 1,2 г дневно од девет до 13 години и 1,6 г дневно од 14 до 18 години.

Вообичаено е потребно повеќе месеци да се зголеми внесувањето на омега-3 за да се постигнат целосни придобивки.

Неколку придобивки од внесувањето омега-3 масни киселини кај децата

- Го поддржуваат детскиот когнитивен развој. Кај децата што внесуваат доволно омега-3 се забележуваат подобра координација на рацете, социјални вештини и зголемена концентрација;
- Се зголемува способноста на детето за учење, се подобруваат читањето и меморијата;
- Од суштинско значење се за добар вид и добра функција на очите;
- Помагаат за добар имунитет.

Последици поради намалено внесување на омега-3 масни киселини

- Ослабување на имунолошкиот систем што резултира со почести воспаленија и кожни проблеми;
- Децата со аутизам, ADHD *(Attention deficit hyperactivity disorder)* и дислексија обично имаат ниски нивоа на омега-3 масни киселини;
- Проблеми со менталното здравје: депресија, биполарно растројство и постпородилна депресија;
- Губење на меморијата и намалување на способноста за размислување и/или лоши резултати на психолошките и бихевиоралните тестови.

Pampers
Pampers
premium care
DERMA COMFORT
4
9-14 kg
52
Airflow
dryness
Pampers
premium care
3
60
No.1
Pampers
premium care
6
ПРЕМИУМ ГРИЖА
ЗА НАШИТЕ ДЕЦА

ТРЕТМАН НА ВЕНСКИ УЛКУСИ

доц. д-р Мирела Василева, спец. дерматовенеролог
Медицински факултет - Универзитет „Гоце Делчев“ Штип
Клиничка болница Штип

Венските улкуси се појавуваат во шестиот стадиум од хроничната венска инсуфициенција. Третманот претставува значителен предизвик за здравствениот систем. Голем број од пациентите со венски улкуси реагираат позитивно на стандардната терапија, меѓутоа за дел од нив се потребни повеќе грижа и испитувања, а кај дел и нема да дојде до конечно затворање на раната. Важно е на почетокот од третманот да се препознаат улкусите што ќе имаат подолг и потежок тек. Постојат повеќе алгоритми што го помагаат овој процес на рано препознавање, сите се базираат врз неколку карактеристики на улкусот, како што се локализацијата, промените во околината и суперинфекциите. Се смета дека со правилна процена

FITOSTIMOLINE® Плус ГАЗИ/Плус Крем

Fitostimoline® plus газите/кремот формираат заштитна бариера од надворешната средина создавајќи поволни услови за брза и правилна реепителизација на кожата и придонесуваат за одржување на микросредината под контрола; Fitostimoline® plus газите/кремот се индицирани за третман на повреди на кожата (отворени рани, пост-хируршки, чиреви, воспаленија, рани, изгореници, гребнатини...). Fitostimoline® plus газите може да се комбинираат и со Fitostimoline® plus кремата, во случај на подлабоки или поголеми рани. Fitostimoline® plus газите се нанесуваат на претходно исчистена рана, а се менуваат во временски интервал до 48 часа. Единечната газа е наменета за еднократна употреба.

DAMOR farmaceutici
Napoli ITALY

FITOSTIMOLINE® Хидрогел

Fitostimoline® хидрогелот е медицинско средство за дерматолошка употреба, кое содржи 87% вода (олеснува отстранување на изумреното ткиво преку автолиза и/или отпаѓање), полихексанид, Ригеназа® (специфичен ензим, кој овозможува правилна и целосна епителизација на кожата), додека киселата pH средина го намалува ризикот од контаминација со габи и бактерии. Fitostimoline® хидрогелот е индициран за третман на отворени рани, особено оние што се поврзани со формирање секрет и појава на некроза (чиреви, воспаленија, рани, изгореници, гребнатини...). Fitostimoline® хидрогелот се нанесува еднаш до два пати дневно врз отворената рана.

можно е рано да се идентификуваат потенцијалните рани што не реагираат на стандардната терапија со точност од околу 75 %.

Во процената на заздравувањето на улкусите треба да се земат предвид повеќе параметри, како што е постоењето и на други патологии (дијабетес, артериска инсуфициенција) што може да имаат влијание врз исходот од третманот.

Постои потенцијал да се развие алтернативна методологија за процена со примери собрани од биомаркери за површината на раната и нејзината околина, фактори што може да бидат поврзани со последователен исход на заздравување. Собраните податоци може да се користат за докажување на голем број хипотези околу проблемите со улкусите што тешко зараснуваат и, конечно, развој на модел што опишува кој фактор на кој начин може да биде вклучен во процесот на заздравување. Доколку се постигне, од идентификацијата на овие клучни фактори може да се развијат нови биоактивни терапии и аналитички алатки за предвидување и следење на резултатот од заздравувањето.

Постојат голем број можности за третман, меѓутоа ефикасноста на секој од нив е варијабилен. Во терапијата на венските улкуси се користи конзервативен и хируршки пристап.

Во конзервативниот третман се вклучени компресивната терапија, нееластична, еластична и интермитентна пневматска компресија. Компресивната терапија помага во намалувањето на отокот, подобрувањето на венскиот рефлукс, го забрзува заздравувањето на венските уклуси и ја ублажува болката. По санирањето на улкусот, со употребата на компресивна терапија се намалува ризикот од повторување.

Најчеста е употребата на еластична компресија. Овој тип компресија е во согласност со големината на нозете и нуди постојана компресија и за време на активност, како и во време на мирување.

Освен компресивната терапија, се препорачува и елевација на ногата над ниво на срцето, со цел намалување на отокот и подобрување на микроциркулацијата со што ќе се обезбеди поефикасна испорака на кислород и забрзување на заздравувањето на улкусот кај пациентите што се во напреден стадиум на ХВИ.

Најважен дел од третманот на венските улкуси е дресингот.

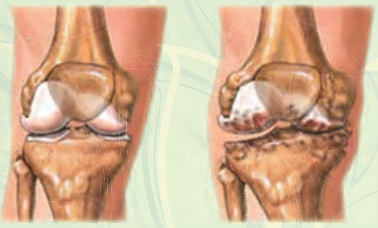
Дресингот на раните е конзервативен третман што се користи со цел да се намали можноста за појава на суперинфекција на раната и да се спречи прилепување на завојот од компресивната терапија за улкусот. Со помош на правилно избран дресинг може лесно да се предизвика отстранување на изумреното ткиво и да се постигне побрза епителизација на кожата. Се користат различни хидроколоидни преврски, пени, хидрогелови, пасти и неадхерентни преврски.

Генерално, акутните улкуси (со времетраење од три месеци или помалку) имаат од 71 % -до 80 % шанса

CARTIMARE® MSM

ЗА ЛЕСЕН ЧЕКОР И ЖИВОТ БЕЗ БОЛКА

Osteoarthritis



Здрав зглоб
Болен зглоб со оштетена рскавица

Природна формула за здрави коски и подвижни зглобови содржи:

- Новозеландска зеленоусна школка – природен екстракт против артритис, богат со Омега3 масни киселини, глукозамин и хондроитин сулфат,
- МСМ - ја чува, подмачкува и ја негува зглобната рскавица,
- Рскавица од ајкула - има антиинфламаторен ефект при воспаленија на мукозните мембрани, при ревматски болки и отоци на зглобовите,
- Се препорачува при: воспалителни и дегенеративни заболувања на зглобовите, при спортски повреди и трауми, отежнато движење и немоќ.

БиоВита-Лола
ул.Франклин Рузвелт бр. 70-1/2
тел. 02/ 3 222 484 076 44 89 39
lovorkan@yahoo.com

за заздравување, додека хроничните улкуси имаат само 22 % шанси за заздравување по шестмесечно лекување. Кај пациентите што се резистентни на конзервативни терапии треба да се земе предвид хируршката обработка на венските улкуси. Дебридманот на раните долго време се користи за подобрување на состојбата и за полесно заздравување. Повеќето рани со некротично ткиво треба да се проценат за артериска инсуфициенција бидејќи венските улкуси ретко имаат потреба од многу дебридман.

Хируршките зафати што се применуваат се изведуваат со цел да се намали венскиот рефлукс и да се забрза заздравувањето на улкусот. Хируршките опции при третман на ХВИ вклучуваат аблација на сафенската вена, третман на опструкцијата на илијачната вена со стентирање, отстранување на нефункционалните површни вени со флебектомија, склеротерапија или ласерска терапија на вени.

Како хируршка процедура во лекувањето на улкусите може да се употреби кожниот графтинг, кој се применува само кај пациентите со улкуси со големи димензии или кај рефрактории венски улкуси. Се изведува со употреба на автограф, односно кожа земена од друга локација кај ист пациент.

Традиционално решение, фармацевтски квалитет

SodaDigest
SodaBikarbona

- Ја поддржува оптималната киселост во желудникот и помага кај жиговина
- Го олеснува варењето по оброците, оставајќи пријатно чувство на леснотија во стомакот
- Правилно и прецизно дозирање за алкализација и детоксикација на организмот

SEPTIMA
Христо Татарчев 13 бр.9 Скопје
тел: 02/3060-175

esensa

www.esensa.rs

МОБИЛИЗАЦИЈА НА МЕКИТЕ ТКИВА СО ПОМОШ НА ИНСТРУМЕНТИ- IASTM

МАКЕДОНСКО ФИЗИОТЕРАПЕВТСКО ЗДРУЖЕНИЕ

Блаже Арсов
дипл. физиотерапевт
спец. за рехабилитација при трауматологија, хирургија и ортопедија
Ergon
тел. 070257962 /023091484
е-адреса: blaze.arsov@zmc.mk
Zan Mitrev Clinic

Мобилизацијата на меките ткива со помош на инструменти (IASTM - Instrument-assisted soft tissue mobilization) е квалификувана миофасцијална интервенција што се користи за третман на меките ткива. Се базира врз принципите на масажа со вкрстено триење според Џејмс Сириакс. Се применува со помош на инструменти што обично се направени од нерѓосувачки челик со заоблени рабови и контури што одговараат на различните анатомски локации на телото и овозможуваат подлабоко навлегување. Се користи за откривање и лекување на нарушувања на меките ткива.

IASTM е „вешта интервенција што вклучува употреба на специјализирани алатки за манипулирање со кожата, миофасцијата, мускулите и тетивите со различни техники за директен компресивен удар“. Се смета дека самата техника еволуирала од гуа ша (Gua sha), како метода што се користи во кинеската медицина. За гуа ша се користат инструменти со измазнети рабови за да ја струже кожата додека не се појават

црвени дамки. Сепак, гуа ша има различно образложение, цели и методи на примена од IASTM.

Како функционира?

Инструментите може ефикасно да ги разбиваат фасцијалните ограничувања и ткивото околу лузните. Ергономскиот дизајн на овие инструменти му обезбедува на практичарот можност да ги лоцира ограничувањата и наедно да ја третира погодената област со соодветна количина притисок. Воведувањето на контролирана микротраума во погодената структура на меките ткива предизвикува стимулација на локалниот воспалителен одговор. Микротраумата иницира реапсорпција на несоодветна фиброза или прекумерно ткиво со лузни и ја олеснува каскадата на лековити активности, што резултира со ремоделирање на засегнатите структури на меките ткива. Адхезиите во мекото ткиво што можеби се развиле како резултат на хируршка интервенција, имобилизација, прекумерно напрегнување или други механизми, се разградуваат, а тоа овозможува целосна функционална реставрација.

Состојби во кои најчесто се применува IASTM:

- Медијален епикондилитис
- Латерален епикондилитис
- Синдром на карпален тунел
- Болка во вратот
- Плантарен фасцитис
- Тендинитис на ротаторната манжетна
- Пателарен тендинитис
- Тибијален заден тендинитис
- Болка во петицата / Ахилов тендинитис
- Де Кверненов синдром
- Постхируршки и трауматски лузни
- Миофасцијална болка и ограничувања
- Мускулно-скелетни нерамнотежи
- Хроничен оток на зглобовите поврзан со истегнување/напрегнување
- Истегнување на лигаментите
- Напрегнување на мускулите
- Неакутен бурзитис
- RSD (рефлексна симпатична дистрофија)
- Болка во грбот
- Болка во колкот (замена)
- Синдром на ИТ-бенд
- Хронично истегнување на глуждот
- Акутно истегнување на глуждот (напредна техника)
- Лузни (хируршки, трауматски)

Контраиндикации:

- Отворена рана (неизлекувано место на шиење)
- Неизлекувана фрактура
- Тромбофлебитис
- Неконтролирана хипертензија
- Нетолеранција/хиперсензитивност на пациентот
- Хематом
- Остеомиелитис
- Myositis ossificans
- Хемофилија

Мерки на претпазливост:

- Антикоагулантни лекови
- Рак
- Проширени вени
- Лузни од изгореници
- Акутни воспалителни состојби
- Дисфункција на бубрезите
- Воспалителна состојба секундарна на инфекција
- Ревматичен артритис
- Бременост

IASTM Физиологија и придобивки

Физиолошки механизам

Повеќето истражувања (студии) се насочени кон придобивките од IASTM на клеточно ниво. Воспалителниот одговор инициран преку микротраума на погодените ткива резултира со зголемена пролиферација на фибробластите, синтеза на колаген, созревање и ремоделирање на неорганизирана матрица на колагенски влакна по примената на IASTM. Тоа резултира со распаѓање на ткивата на лузните, адхезии и ограничувања на телото.

Фибробластот се смета за најважна клетка во екстрацелуларниот матрикс (ECM). Регенерацијата и одржувањето на меките ткива се одвиваат во ECM. Фибробластот го синтетизира ECM, кој вклучува колаген, еластин и протеогликани, меѓу многу други суштински супстанции. Фибробластите имаат способност да реагираат како механотрансдуктори, што значи дека се способни да детектираат биофизички напрегнувања (деформации), како што се компресија, вртежен момент, смолкнување и проток на течност и да создадат механички хемиски одговор.

Клинички придобивки

Студиите, исто така, покажаа клинички придобивки од IASTM

манифестирајќи подобрувања во опсегот на движење, силата и перцепцијата на болка по третманот. Мелхам и неговите соработници откриле дека IASTM значително го подобриле опсегот на движење кај фудбалер по седум недели IASTM и физикална терапија. Мелхам и соработниците откриле дека ткивото на лузната што го опкружува латералниот малеолус е намалено и структурно ремоделирано по примената на IASTM. Вилсон и соработниците откриле подобрување во намалувањето на болката и скалата на оштетување на шест и 12 недели по апликацијата IASTM за пателарен тендинитис.

Практична примена

IASTM треба секогаш да се комбинира со програма за движење и зајакнување за да се подобри ремоделирањето на ткивата.

Примената на IASTM е во шест чекори:

- Преглед - процена
- Загревање (се прави 10-15 минути со лесно џогирање, стационарен велосипед или ергометар за горниот дел од телото)
- Третман IASTM изведен под агол од 30 до 60 степени за 40-120 секунди
- Истегнување, три повторувања по 30 секунди
- Зајакнување - голем број повторувања со вежбање со мало оптоварување
- Криотерапија, 10-20 минути

Важно е инструментот да се дезинфицира за третирање на следниот пациент за да се избегне пренесување на инфекции. Се препорачува инструментот да се дезинфицира со средства за дезинфекција, на пример, изопропил алкохол, а потоа да се измие со сапун и вода за да се отстранат сите остатоци од хемиското средство за дезинфекција од инструментот. Ако на алатот има останато крв, телесни течности, мукозни мембрани или неоштетена кожа, тогаш треба да се дезинфицира со средство за дезинфекција на високо ниво.

Спремни за следниот чекор
Сакате да поставите правилни темели за иднината на Вашето дете и ние сме тука да Ве поддржиме.
Aptamil Pronutra 3 Млекото за мало дете, наменето е за мали деца и содржи комплекс од над 20 витамини и минерали*. Заедно со разновидната исхрана игра важна улога во здравиот понатамошен развој на Вашето малечко, како што тоа расте, учи и истражува.
Ваш живот,
Наша наука
Бренд број 1 во Европа во категорија Млеко за мало дете**
NUTRICIA
Naša PATENTIRANA formula
Aptamil
PRONUTRA
Nutritivna vlakna
(oligosaharid majčinog mleka i GOS/FOS)
3
12+ MONTH/
OD 12 MESECI NADALJE
TODDLER MILK/MLEKO ZA MALU DECU
„Сакам да се осигурам дека се што правам води до подобра иднина на моето дете“
* Витамините Ц и Д, калциумот, цинкот и железото се едни од нив
**Извор: „Euromonitor International Limited“. Меѓу брендовите на млечни формули за категоријата Млеко за мало дете, врз основа на податоците пријавени од изданието на „Euromonitor International Limited, Dairy Products & Alternatives“ (Млечни производи и алтернативи) од 2022 година, вредноста на продажбата на RSP и податоците од 2021 година. Aptamil ги вклучува Almiron, Aptamil, Bebilon, Gallia и Nutrilon.
ВАЖНА НАПОМЕНА Мајчиното млеко е најдобро за Вашето бебе. Пред да го користите овој производ консултирајте се со Вашиот здравствен работник.

Мелкерсон-Розенталов синдром/Melkersson-Rosenthal syndrome

МКБ: G 51.2

Преваленција/распространетост: непозната

Мелкерсон-Розенталовиот синдром (МРС) е ретко невролошко нарушување што се карактеризира со тријада составена од рекурентни симптоми: долготраен орофацијален едем, особено на едната или на двете усни (грануломатозен хиелитис), рекурентна лицева парализа и набразден јазик.

Во 1920 година синдромот првпат го опишал Ернест Густав Мелкерсон кај 35-годишна пациентка со орофацијален едем и парализа на фацијалниот нерв. Во 1931 година Розентал ја опишал поврзаноста на парализата на фацијалниот нерв и набраздениот јазик.

Почетните симптоми се јавуваат помеѓу 25 и 40 години од животот. Жените имаат поголема предиспозиција во однос на мажите (2:1), додека, пак, МРС ретко се појавува кај децата. Досега се опишани 30 случаи кај деца, со тоа што почетните симптоми се појавуваат помеѓу седмата и дванаесеттата година.

Етиологија

Етиологијата на Мелкерсон-Розенталовиот синдром не е доволно разјаснета. Етиопатогенезата на ретките педијатриски случаи е поврзана со инфекцијата предизвикана од вирусот херпес симплекс, хередитарни грануломатозни нарушувања, туберкулоза и лепра, хронични инфекции, Даунов синдром, псоријаза, тироидитис, мултиплекс склероза, кератитис, Вегнерова грануломатоза, дијабетес, саркоидоза, улцеративен колитис и алергии. Респираторните инфекции од инфлуенција - вирусот може да бидат тригер-фактор за ремисија на болеста.

Постојат докази што сугерираат дека Мелкерсон-Розенталовиот синдром има наследна компонента бидејќи е забележано фамилијарно наследување кај неколку пациенти. Сепак, клиничката презентација варира и процесот на дијагностицирање го прави еден вид предизвик за клиничарите.

Симптоми

Мелкерсон-Розенталовиот синдром обично се дефинира со класична тријада од симптоми (лицева парализа, повторувачки орофацијален едем и набразден јазик). Неговата комплетна клиничка презентација е невообичаена. Опишана е во само 10 %-25 % од дијагностицираните случаи.

Парализа на лицето

Парализата на лицето има невролошко потекло и се карактеризира со неподвижност на мускулите што се надразнети од лицевиот/фацијалниот нерв. Оваа состојба најчесто се јавува како резултат на привремено или трајно оштетување на фацијалниот нерв предизвикано од воспаление, оштетување на ткивата и сл. Фацијалниот нерв е одговорен за инервација на различни подрачја на лицето и околните структури. Неговата функција е контрола врз мимиката на лицето што овозможува изразување емоции, артикулација на гласовите, звуци, јадење, итн. Присуството на разни патолошки процеси може да предизвика слабеење или парализа на подрачјето што е инервирано од фацијалниот нерв. Парализата на лицето кај Мелкерсон-Розенталовиот синдром може да има периферен карактер со зафаќање на едната страна на лицето, со повторувачки карактер. Овој симптом се јавува кај повеќе од 30 % од заболените. Обично е со брз развој за време од околу 24 до 48 часа.

Орофацијален едем

Орофацијалниот едем е присутен кај 80 % од случаите. Се карактеризира со присуство на абнормална и патолошка акумулација на течности што создава воспаление или оток на зафатеното подрачје. Може делумно или целосно да ги зафати лицето, јазикот, непцата или оралната слузница. Најчесто се зафатени усните, особено горните (грануломатозен хиелитис). Орофацијалниот едем често е придружен со фебрилни епизоди и други симптоми. Овој клинички симптом обично се јавува во рок од неколку часа со тенденција за кратко време да добие повторувачки тек.

Набразден јазик

Овој вообичаен симптом се карактеризира со надолжна вдлабнатина на средината и со појава на попречни пукнатини. Овој симптом е поврзан со генетските абнормалности и обично е придружен со намалено чувство за вкус и парестезии.

Дијагноза

Дијагнозата на овој синдром се поставува врз основа на сомневањето кон класичната симптоматска тријада. Не постои лабораториски тест што може да го утврди неговото присуство. Хистопатолошките испитувања често се користат при анализа на едемот.

Третман

Не постои специфичен третман за Мелкерсон-Розенталовиот синдром. Кортикостероидите се основен елемент во третманот на овој синдром и овозможуваат подобрување кај 50 % - 80 % од пациентите и ги редуцираат шансите за ремисија за 60 % -75 %. Во третманот се вклучени и нестероидни антиинфламаторни лекови, антихистаминици и антибиотици. Кај некои пациенти се препорачува и употреба на имуносупресиви. Хируршкиот третман и радијацијата се препорачуваат за редукција на абнормално отечени усни.

За проектот

ЕУРОФАРМ и „Семејно здравје“ се вклучуваат во кампањата „Ги запознаваме ретките болести“. Целта е читателите да се запознаат со ретките болести, со надеж дека сите заедно ќе успееме да го кренеме гласот за проблемите со кои се среќаваат лицата со ретки болести, но и нивните семејства.

Станува збор за кампања за подигнување на свеста за ретките болести. Од 2008 година, кога започна кампањата, во цел свет се организираат илјадници настани и опфаќаат милиони луѓе. Кампањата започна како европски настан и со текот на времето стана глобален феномен, со учество на повеќе од 90 земји од целиот свет во 2018 година. Република Северна Македонија првпат се вклучи во кампањата во 2013 година.

Кампањата за Денот на ретки болести е за пошироката јавност, за релевантните институции и секој е добредојден да се вклучи: пациенти и семејства, организации на пациенти, медицински професионалци, истражувачи, фармацевтска индустрија, јавни здравствени институции.

СО АВТОМОБИЛОТ ОВНИТЕ СЕ „БРЗИ И БЕСНИ“, А ДЕВИЦИТЕ ВОЗАТ „ПО КНИГА“

Едно астролошко истражување, спроведено во САД на примерок од дури 100.000 испитаници, покажа како се однесуваат возачите во сообраќајот во однос на нивните знаци во хороскопот. Без оглед дали го гледате вашиот хороскоп како забава или посериозно предвидување, еве можност да прочитате што кажува вашиот хороскопски знак за вашата (не)способност за возење. Можеби само добро ќе се насмеете и ќе се забавувате, а можеби и ќе се препознаете себеси или некој близок член на семејството. Бидејќи се чини дека најлошото од нас излегува додека сме зад воланот во сообраќајниот метеж кога брзаме на работа.

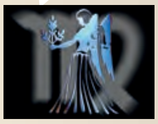
ОВЕН: Сака да вози брзо, сака да престигнува, сака да го чувствува адреналинот, па го привлекуваат брзи автомобили! Возачот овен, без оглед дали е маж или жена, има одлични рефлекси, секогаш коментира за возењето на другите, секако во своја полза. Луѓето родени во знакот овен се неуморни возачи и никогаш не ги доведуваат во прашање своите одлуки за возење. Меѓутоа, кај овните постои ризик во одреден момент да покажат карактеристики на агресивен возач токму поради нивната преголема самодоверба.

БИК: Биковите се фокусирани луѓе што се грижат за безбедноста. Но поради нивната тврдоглавост и посесивност понекогаш може да му се налутат на друг возач кога, на пример, ќе им го украде местото на паркингот. Ќе го препознаете по смиреното возење додека слуша тивка музика. Тие не се ризични возачи. Сакаат безбедни автомобили бидејќи безбедноста секогаш им е прв приоритет. Освен ако некој не ги предизвика, односно не ги испровоцира додека возат бидејќи тогаш се полоши од овните.

БЛИЗНАЦИ: Штом ќе влезат во автомобилот, ја пуштаат омилената музика. Тие се вешти возачи. Нив ги привлекуваат автомобили што не трошат многу, а притоа не се скапи за одржување. Лесно се задоволуваат со модел на автомобил за градско возење, а веќе по една година избираат нов автомобил. Притоа, воопшто не се врзуваат за автомобилите што ги купуваат. Луѓето родени во овој знак ретко се заморуваат зад воланот, а освен тоа, тие се одлични сопатници на патувањата бидејќи му помагаат на возачот.

РАК: Бидејќи доверливиот рак никогаш не сака да доцни, тој секогаш ги започнува патувањата навреме за да нема моменти на брзање и на ризично возење за да се надомести изгубеното време. Луѓето родени во овој знак се одговорни зад воланот и секогаш носат појаси и ги почитуваат сообраќајните прописи. Раковите се многу чувствителни на критики, така што мора да поработат на тоа помалку лично да ги сфаќаат постапките на другите возачи. Како што бараат некаква форма на дом и семејна средина во сè, исто така, тие го доживуваат и автомобилот, па во него често носат храна, кафе, сокови, па дури и садови.

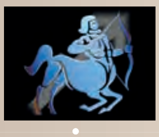
ЛАВ: Луѓето родени во знакот лав се самоуверени и храбри, а бидејќи се и лидери, секогаш се прв избор при донесувањето одлука кој треба да седне зад воланот на патување. Негативна страна на возачите лавови е тоа што се малку нарцисоидни, па додека возите може да се случи наместо на патот, да го гледаат својот одраз во ретровизорот. Тие никогаш нема да се одлучат да купат обичен автомобил. Штедат, дури земаат и кредит и го купуваат тоа што навистина им се допаѓа. Најмногу се нервираат ако ги запре сообраќајна полиција, па најчесто мрморат и се караат, обидувајќи се да докажат дека не направиле никаков прекршок.



ДЕВИЦА: За луѓето родени во знакот девица прв приоритет е автомобилот да биде безбеден и удобен. Се подразбира дека автомобилот е кристално чист, уреден и дека во него нема ниедна непотребна работа. Девиците се одлични возачи. Возат „школски“, максимално почитувајќи ги правилата и прописите, па затоа ја забележуваат секоја најмала грешка на другите учесници во сообраќајот, а тоа може да ги изнервираа. Постојано го проучуваат патот, прецизирајќи ги сите ризични точки.

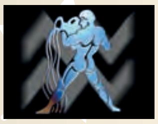
ВАГА: Како во животот, така и во сообраќајот тежнеат кон „дипломатско“ возење. Никогаш нема да се изнервираат, а ако се случи тоа, брзо им поминува. Возењето со вагите е забавно и релаксира. Обично избираат убави, елегантни и скапи автомобили, но никако не сакаат со нив да привлекуваат внимание, туку приоритет им е нивната удобност. Единствен недостаток на возачите ваги е тоа што понекогаш знаат да бидат неодлучни зад воланот.

СКОРПИЈА: Ако можат да избираат, тие ќе изберат автомобил во црна боја бидејќи мистичноста е заштитен знак на скорпијата дури и кога станува збор за возењето. Иако важат за сериозни и одмерени возачи, никогаш не ќе можете да предвидите како ќе се однесуваат во сообраќајот, а тоа може да биде проблем. А ако некој им застане на патот, тогаш може да ја видите најтемната страна на нивната личност.



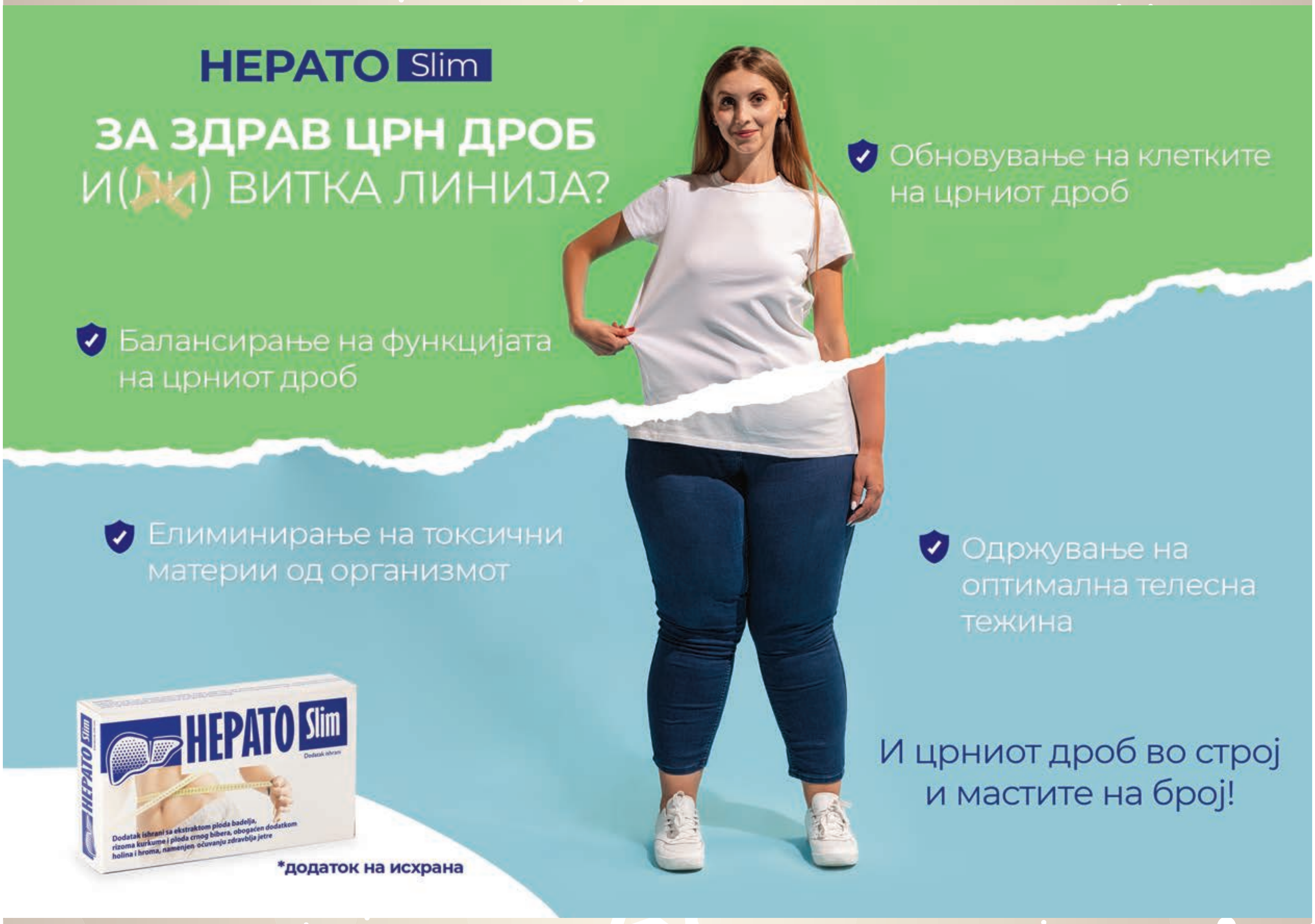
СТРЕЛЕЦ: Тој сака да вози автомобили бидејќи секое возење го доживува како мини авантура. Притоа, нема да згрешиме ако кажеме дека посебно ужива во спортски автомобили. Не му е непознато со автомобилот да качи стопери бидејќи сака луѓе и сака да разменува мислења. Инаку е безбеден возач, иако понекогаш пребрз. Појасот е секогаш прописно поставен, а со оглед на фактот дека ужива во движење, дозволата ја добива штом ќе наврши 18 години. Интересно е дека стрелците уживаат сами да возат ноќе, да пуштат музика и да го чувствуваат пулсот на градот.

ЈАРЕЦ: Совесен и доверлив возач што редовно го носи автомобилот на сервис и проверка. Јарецот сака елегантни и безбедни автомобили, а при возењето никогаш нема да влезе ни во најмала ризична ситуација. Не негува емотивна врска со своето возило, односно за него автомобилот е само превозно средство за да го однесе на работа или до посакуваната дестинација. Многу му е важно редовното одржување на автомобилот.



ВОДОЛИЈА: Претставникот на овој знак е многу импулсивен возач што нема „вообичаен“ однос кон возењето. Често ќе го видите како влегува во спротивна насока во еднонасочна улица. Се разбира, музиката е вклучена на најгласно, прозорците се отворени и сите се виновни освен тој. Водолијата нема доволно трпение за другите учесници во сообраќајот и често се расправа со нив додека вози.

РИБА: Иако изгледаат расеани и вечно сонливи, рибите се навистина добри возачи. Изненадувачки за нив, тие сакаат скапи и луксузни автомобили. Претставниците на овој знак посветуваат големо внимание на одржувањето на хигиената на автомобилот, но и на неговото техничко одржување. Не сакаат автомобилот да им го зајмат на пријателите бидејќи го гледаат како свој мини дом, но сакаат да превезуваат драги луѓе бидејќи сакаат да возат во друштво.



Со Rinolan Alerg заборавете на алергијата и уживајте во природата!

Rinolan Alerg содржи лоратадин. **Ги ублажува симптомите** поврзани **со алергиски ринитис** како кивање, течење на носот или чешање**, пецкање и надразливост на очите.**
Rinolan Alerg ги **ублажува симптомите на уртикарија** (чешање и црвенило) **позната и како осип.**

Rinolan Alerg се зема само **1 таблета еднаш на ден.**
Rinolan Alerg не се употребува кај деца под 6 години и кои се со телесна тежина под 30 kg.

Rinolan Alerg е во пакување со 10 таблети од 10mg

Подготвено: септ. 2021. MULTI-MK-00069

ПЛИВА дооел Скопје, Никола Парапунов б.б. Скопје,
тел/факс: 02 / 3062 702

PLIVA teva

Пред употреба внимателно да се прочита упатството! За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на лекот консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт.

СЛАВИМЕ
100
ГОДИНИ
ЗДРАВЈЕ

Тука сме за уште
100 ГОДИНИ

100 ГОДИНИ НИ ГО ДОВЕРУВАТЕ ВАШЕТО ЗДРАВЈЕ И ТАА ДОВЕРБА ПРОДОЛЖУВА ДА БИДЕ НАША ДВИЖЕЧКА СИЛА.
ЗАТОА НИЕ ПОСТОЈАНО СЕ СТРЕМИМЕ ДА ГИ ЗАДОВОЛИМЕ ВАШИТЕ ПОТРЕБИ КОИ СЕ РАЗВИВААТ, ИНСИСТИРАЈЌИ НА ОБЕЗБЕДУВАЊЕ КВАЛИТЕТ И ЧИСТОТА СЕКОЈ ПАТ, МНОГУ НЕШТА СЕ ПРОМЕНИЈА ВО ТЕКОТ НА МИНАТИОТ ВЕК НО, НАШАТА БЛАГОДАРНОСТ И ПОСВЕТЕНОСТ КОН ВАС И ВАШЕТО СЕМЕЈСТВО ОСТАНАА ВРВЕН ПРИОРИТЕТ. ВАШИТЕ ЗДРАВСТВЕНИ ЦЕЛИ БЕА НАШ ФОКУС ВО ИЗМИНАТИТЕ 100 ГОДИНИ И ЌЕ БИДАТ ЗА УШТЕ 100 ГОДИНИ.

Jamieson™
ТУКА ЗА ВАШЕТО ЗДРАВЈЕ