სითბო — ჯანმრთელობის სამსახურში

სითბო აფართოებს სისხლძარღვებს და აღადგენს უჯრედების კვებას, დაბლა სწევს არტერიულ წნევას, ააქტიურებს ნივთიერებათა ცვლას, ხელს უწყობს ჭრილობების შეხორცებას და აქვს ტკივილგამაყუჩებელი ეფექტი.

თუ სხეულზე სათბურას დაიდებთ, 100-ჯერ გაგიუმჯობესდებათ ამ ადგილზე კანის სისხლით მომარაგება, რის შედეგადაც ქსოვილები აქტიურად იკვებება ჟანგბადით, სისხლი კი ინტენსიურად გამოდევნის მათგან ცხოველქმედების პროდუქტებს. სათბურას დახმარებით შეიძლება კუნთოვანი სპაზმების მოხსნა და ტკივილის შემსუბუქება. მაგალითად, შაკიკის დროს თავის ტკივილს დაგიამებთ ტერფებზე სათბურის დადება. ფეხების გათბობა აქვეითებს არტერიულ წნევას, გასტრიტის დროს სათბურას იდებენ კუჭის არეში, თირკმლების ჭვალის დროს კი — წელზე.

თუ ფეხები გიცივდებათ — ძილის წინ წაისვით ფეხების გამათბობელი მალამოები, რომელთა შემადგენლობაშია სისხლის მოძრაობის გამააქტიურებელი კომპონენტები: წითელი წიწაკის ან კოჭას, კაკაოს ცხიმის, როზმარინის, ქაფურისა და შირბახტის ექსტრაქტი. ფეხები მაშინვე გაგითბებათ და გაგიჩნდებათ სასიამოვნო შეგრძნება.

ფეხები თუ დაგეღალათ, თბილ აბაზანაში გახსენით 4 ს/კ მარილი და ტერფები ჩაყავით, დაღლილობა სწრაფად გაივლის. თუ აბაზანაში ჩადებთ ლიმონის რამდენიმე ნაჭერს, დაამატებთ 2 ს/კ მცენარეულ ზეთს და 15 წუთით ჩააწყობთ ფეხებს, არა მარტო მოგეხსნებათ კუნთების დაჭიმულობა, არამედ ტერფების კანი დარბილდება.

მაღალი წნევის დროს, ფეხები 10 წუთით ჩააწყვეთ 36⁰C-იან წყალში, თანდათანობით დაამატეთ ცხელი წყალი, წყლის ტემპერატურამ უნდა აიწიოს 42⁰-მდე, წნევა დაიწევს, თავიც დაგიამდებათ.

გაცივებისა და გრიპის დროს (თუ მაღალი სიცხე არა გაქვთ) ღრმა ტაშტში ჩაასხით ცხელი წყალი (37-38⁰C), ჩააწყვეთ ხელები იდაყვებამდე, როგორც კი წყალი გაცივებას დაიწყებს, დაამატეთ ცხელი წყალი. პროცედურა 10-წუთიანია.

ზედა სასუნთქი გზების დაავადებისას ძალიან სასარგებლოა მცენარეული ინჰალაციები (მაგალითად, ვირისტერფასი, ევკალიპტის, სალბის ან გვირილის). ქვაბში ცხელ წყალს დაამატეთ ამ მცენარეებიდან ნებისმიერი და ისუნთქეთ...

გახსოვდეთ! წყლის ტემპერატურა არ უნდა აღემატებოდეს 37,5⁰C-ს, რათა არ დაიწვათ.

ნერვულ დაძაბულობას და უძილობას შველის პიტნისა და ბარამბოს (წყლის ტემპერატურა 36-37⁰C) 15-წუთიანი აბაზანები. წიწვის ექსტრაქტიანი აბაზანა აღგიდგენთ ძალას, გაგიუმჯობესებთ გუნება-განწყობილებას, შველის თავის ტკივილსა და კანის დაავადებებს.

გადაღლილობას (განსაკუთრებით ფიზიკური დატვირთვის შემდეგ) მოგიხსნით ციტრუსების ეთეროვანი ზეთების აბაზანები.

სისხლძარღვებს აფართოებს და ნივთიერებათა ცვლას აუმჯობესებს ცხელი აბაზანები (40⁰C).

გახსოვდეთ! პროცედურა 5 წუთზე მეტხანს არ გრძელდება. წყალი არ უნდა სწვდებოდეს გულს!

ცნობისათვის: არ შეიძლება სითბოთი მკურნალობა, როდესაც სხეულის ტემპერატურა აღემატება 37⁰C-ს. გარდა ამისა, სითბოს გამოყენება არ შეიძლება მუცლის ღრუს ანთებითი პროცესის, გინეკოლოგიური და სისხლის მწვავე ინფექციური დაავადებისას, ჰეპატიტის დროს და სხვ.

ნინო ქურდაძის ფიტოკაბინეტი

1. მცენარეული წამალი მთელ კუჭ-ნაწლავის ტრაქტში (საყლაპავში, კუჭში, ნაწლავებში) ახორცებს ეროზიებსა და წყლულებს.

2. ძალიან მოკლე დროში მოქმედებს ბრონქიტზე — აძლიერებს სასუნთქი სისტემის იმუნიტეტს და იცავს ორგანიზმს ვირუსის შემდგომი გართულებებისგან.

3. ეფექტიანია საშარდე სისტემისათვის (ნეფრიტი, პიელონეფრიტი), შედეგიანია პროსტატიტების, უშვილობასთან დაკავშირებული (ანტისპერმალური ანტისხეულების არსებობა) პრობლემების დროს.

4. ნევროზების სამკურნალო საშუალებაა.

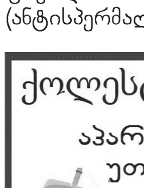
5. ჭიების წამალი კი რამდენიმე სახის პარაზიტზე (ენტერობიოზზე, ასკარიდაზე, მახვილაზე, ლამბლიაზე) მოქმედებს.

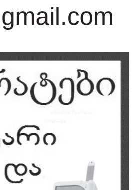
R

მიღება გრძელდება, წინასწარი ჩაწერით
მის: ქ. თბილისი, ლესელიძის ქ. №31
☎599-78-89-18; 298-98-54
ქ. ხაშური (შაბათ-კვირას)
9 აპრილის ქ. №10
E-mail: niqurdadze@gmail.com

ქოლესტერინის და გლუკოზის აპარატები

აპარატ "იზიტაჩის გქ"-ის დახმარებით- უარი უთხარით მიოკარდიუმის ინფარქტსა და ათეროსკლეროზს!





აკონტროლეთ თქვენი ჯამრთელობა !!!
იზრუნეთ მომავალზე !!!

მის: ბორჯომის ქ. №4 (გერმანიის საელჩოს პირდაპირ)
ტელ: 235 44 05; 599 19 60 55. www.glucometer.ge

ვაკონტროლოთ ქოლესტერინი

გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებებისგან არავინ არის დაზღვეული. უმეტეს შემთხვევაში ამ დაავადებების მიზეზია სისხლში ქოლესტერინის მაღალი დონე. ამ დაავადებებისაგან თავის დასაზღვევად დიეტოლოგები გვირჩევენ, მენიუში გავითვალისწინოთ სასარგებლო, თანაც ნოყიერი პროდუქტი: უცხიმო ძროხისა და ბოცვრის, კანგაცლილი ქათმის თეთრი ხორცი, უცხიმო თევზი (ვირთევზა, ნავაგა, ხეკი, ფარგა), ასევე 2,5%-იანი რძე, 10%-იანი არაჟანი, 5%-იანი ხაჭო, მოხარშული და აირღუმელში შებრაწული კარტოფილი, ყვავილოვანი კომბოსტო, ლობიო, ოსპი.

რაციონიდან უნდა ამოვიღოთ ქოლესტერინის მაღალი დონის შემცველი პროდუქტი: ბატისა და იხვის, ღორის ხორცი, ყველა სახის ძეხვეული, ღვიძლის პაშტეტი, თევზის კონსერვები, კრევეტი, ხიზილალა, მაგარი ყველი, კვერცხის გული, კარაქი, მარგარინი, ცხიმიანი ხაჭო, არაჟანი, შოკოლადიანი ხაჭო, ნაღები, ჩიფსები, ჰამბურგერი, ტორტი, ნამცხვრები, შოკოლადი, ჰალვა.

გთავაზობთ ერთი დღის მენიუს:

საუზმე: ბოსტნეულის სატენიანი ყაბაყი, ყველის, პომიდვრისა და მწვანილის ბუტერბროდი, ფინჯანი კაკაო.

მეორე საუზმე: 2 ვაშლი, 2 ს/კ ქატო, უმარილო პომიდვრის წვენი.

სადილი: თეთრი კომბოსტოს, პომიდვრისა და ოხრახუშის სალათა, სოკოს წვნიანი, ბრინჯის გარნირიანი მოხარშული თევზი, ჩირის (ქერმის, გარგარის, მსხლის) კომპოტი.

სამხარი: ფორთოხალი ან გრეიპფრუტი, 2 ს/კ ქატო, მწვანე ჩაი.

ვახშამი: დაჭყლეტილ ნიორგადასმული (1-2 კბილი) ერთი ნაჭერი შავი პური, ზეითუნის (ან მზესუმზირის) ზეთმოსხმული კიტრისა და სალათის ფოთლების, ბულგარული წიწაკისა და მწვანე ხახვის სალათა. 1 ჩ/კ თაფლით დამტკბარი მოცხარისა და ჟოლოს ფოთლების ჩაი.

იმუნური სისტემის დაქვეითების თავიდან აცილების ან კორექციის მიზნით „კამელინი“ უძლიერესი იმუნომოდულატორია

„კამელინი“ 100%-ით ნატურალური, ეკოლოგიურად სუფთა პრეპარატია, არატოქსიკური, ჰიპოალერგიული, გააჩნია ანთების საწინააღმდეგო, მარეგენერირებელი, ანტისეპტიკური, ტკივილგამაყუჩებელი ეფექტი, არის ძლიერი ანტიოქსიდანტი, არეგულირებს იმუნური სისტემის მუშაობას, აძლიერებს იმუნომოდულატორულ აქტივობას. აღსანიშნავია ის ფაქტი, რომ ხანგრძლივი იმუნოდეფიციტი ორგანიზმში ზრდის მრავალი დაავადების რისკს, აქედან გამომდინარე კი იმუნომოდულატორის ჩართვა პროფილაქტიკური მიზნით თავიდან აგვაცილებს ამის საფრთხეს. პრეპარატი „კამელინი“ ძლიერი იმუნომოდულატორია, რაც კვებეკის და ბერნის უნივერსიტეტების გარდა, საქართველოში დამწვრობის ცენტრში ჩატარებულმა კლინიკურმა კვლევებმაც დაადასტურა. საინტერესო აღმოჩნდა კამელინის იმუნოტროპული, ანტიოქსიდანტური თვისებები სხვადასხვა ხარისხის დამწვრობის მქონე პაციენტებში. დამწვრობის ზემოქმედება იმუნურ სისტემაზე და „კამელინის“ ეფექტურობა შეისწავლა თსუ-ის სამედიცინო ბიოტექნოლოგიის ინსტიტუტის იმუნორეაბილიტაციის განყოფილების გამგემ, პროფესორმა ბორის კორსანტიამ.

ბორის კორსანტია: „ჩვენს ინსტიტუტში ხდება არამარტო ახალი სამკურნალო პრეპარატების შექმნა და მათი ეფექტურობის შესწავლა ექსპერიმენტსა და კლინიკაში, არამედ სხვა პრეპარატის თვისებების კვლევაც. კერძოდ, იმუნორეაბილიტაციის განყოფილებაში ვსწავლობთ ადამიანის იმუნოკომპეტენტურობის დონეს სხვადასხვა პათოლოგიის დროს. ბატონმა ბესიკ იაშვილმა შემომთავაზა შემესწავლა თერმული ტრავმის მოქმედება იმუნურ სისტემაზე და „კამელინის“ ეფექტურობა დამწვრობით გამოწვეულ პათოლოგიაზე. ჩვენ ჩავატარეთ აღნიშნული კვლევების შედეგების იმუნოლოგიური ანალიზი დინამიკაში. აღმოჩნდა, რომ დამწვრობა იწვევს ორგანიზმის ძლიერ იმუნოდეპრესიას, რომელიც კორელაციაშია დამწვრობის ხარისხზე, სიღრმესა და გავრცელებაზე. 30-50პროცენტიანი დამწვრობა იწვევდა იმუნური პასუხის თითქმის სრულ ბლოკირებას. ამ ფონზე პრეპარატ „კამელინმა“ გამოავლინა დადებითი კლინიკური ეფექტი,

უფრო სწრაფი გამოჯანმრთელების თვალსაზრისით, თანაც გამოიწვია იმუნური სისტემის სრული ნორმალიზაცია. აღნიშნული კვლევების საფუძველზე თამამად შეიძლება აღინიშნოს ამ პრეპარატის იმუნომამოდულირებელი თვისება. ჩვენ ვიცნობთ მრავალ პრეპარატს, რომლის ანოტაციაშიც ვიხილავთ იმუნოტროპულ თვისებებს, მაგრამ პრეპარატის ასეთი შეფასება უნდა ხდებოდეს, ისე, როგორც „კამელინის“ შემთხვევაში. იმუნური სისტემის დაქვეითების თავიდან აცილების ან კორექციის მიზნით „კამელინი“ უძლიერესი იმუნომოდულატორია, რომელიც არეგულირებს იმუნური სისტემის მუშაობას და იცავს ორგანიზმს სხვადასხვა დაავადებისგან. „კამელინი“ შეიძლება გამოყენებულ იქნას კომპლექსურ თერაპიაში სხვადასხვა პათოლოგიის დროს განსაკუთრებით მაშინ, როცა მათ პათოგენეზში ადგილი აქვს იმუნოპათოლოგიურ ფაქტორებს. პრეპარატის უნარი, დაარეგულიროს ორგანიზმის რედოქსსისტემა ძალზე მნიშვნელოვანია პათოგენების ტოქსიკურობის ნეიტრალიზაციასა და ადაპტოგენურობის გამოვლენაში. პრეპარატი „კამელინი“ დიდ ინტერესს იწვევს, როგორც მეცნიერთა, ასევე პრაქტიკოსი ექიმების მხრიდან. მათი ინტერესის დაკმაყოფილებას კი ფარმაცევტული კომპანიის წარმომადგენლები და კვლევებში ჩართული ექიმები დამოუკიდებელ თემატურ კონფერენციებზე კლინიკურ კვლევებზე გამყარებული შედეგების პრეზენტაციებით ახდენენ. კომპანია ასევე აქტიურად იღებს მონაწილეობას სამედიცინო საზოგადოების მიერ გამართულ კონფერენციებსა და ღონისძიებებზე. კერძოდ, 2013 წლის 8-18 თებერვალს დაბა ბაკურიანში საქართველოს ექიმთა პოსტდიპლომური განათლების ასოციაციამ (პრეზიდენტი პროფესორი ალექსანდრე თელია, ვიცე-პრეზიდენტი პროფესორი გურამ დავითაია, სამეცნიერო დირექტორი პროფესორი ბორის კორსანტია) ჩაატარა პირველი პოლიპროფილური საერთაშორისო სამედიცინო კონფერენცია, რომელშიც სხვადასხვა ფარმაცევტულ კომპანიასთან და სამედიცინო ცენტრთან ერთად ფარმაცევტულმა კომპანია „კამელინმა“ მიიღო აქტიური მონაწილეობა. ამავე ასოციაციის მიერ 13-დან 21 ივლისამდე ჩატარდება დაბა ჩაქვში, სასტუმრო „ოაზისში“ მეორე პოლიპროფილური სამედიცინო კონფერენცია და ფარმაცევტული კომპანია „კამელინი“ ამჯერადაც წარმოადგენს კლინიკური კვლევების შედეგებს სხვადასხვა მიმართულებით.

P.S ქართული წარმოების 5 ფორმის პრეპარატი „კამელინ მ1“ ინიექცია, „კამელინ მ2“ კაფსულა, „კამელინ მ3“ მალამო, „კამელინ მ 4“ სანთლები და „კამელინფლუ“ სპრეი გამოიყენება სიმსივნური დაავადებების, ვირუსული და ბაქტერიული ინფექციების, გინეკოლოგიური, პროქტოლოგიური, სახსრების დეგენერაციულ-დისტროფიული და სხვა დაავადებების დროს.

მოამზადა მაია ცომაიამ

„კამელინთან“ დაკავშირებულ საკითხებზე ინფორმაციის მიღება და კონსულტაცია უფასოა, დარეკეთ: 2-98-57-78; 2-93-20-87; 2-98-62-25 (ოფისი); 2-45-33-68; 2-22-26-68; 2-75-04-08; 599-33-10-89; 599-58-09-07; 577-73-56-51; 599-23-03-33;
www. camelyn.ge ფოსტა: info@camelyn.ge

R