



Česká republika má hustou síť screeningových pracovišť, vždyť prevence je nejdůležitější.

Bojujte proti

Každý lékař vám řekne, že nejlepší zbraní proti rakovině prsu je prevence a dostatek informací o této nebezpečné nemoci...



Na otázky týkající se nebezpečného onemocnění nám odpovídala primářka pražského Mamma Centra MUDr. Miroslava Skovajsová, PhD.

tenti i sestřičky. Diagnostika pod jednou střežou, velmi často výsledky do ruky, to jsou vlastnosti českého preventivního programu, které nám Evropa závidí. V ostatních zemích není běžné, že se žena dozví výsledek ihned, a to i po doplňujícím ultrazvukovém vyšetření, a že v případě potíží je vyšetřena v krátké době, nebo dokonce ihned.

Když se rakovina prsu podchytí včas, je naděje na uzdravení velká. Přesto u nás každý rok umírají ženy proto, že přišly k lékaři pozdě. Právě proto jsou důležité informace a prevence.

Jak jsme na tom v boji s touto nemocí v Česku?

Máme zde plně fungující celoplošný program preventivních prohlídek prsu, který je reprezentován sítí screeningových pracovišť. Pracují zde školení a velmi zkušení lékaři, radiologičtí asis-

Proč se ženy vyhýbají vyšetření na mamografu?

Mnohé ženy nechtějí podstoupit mamografii, protože si myslí, že se jich tento problém netýká. V jejich rodině se nikdy nádor prsu nevyskytl, chybí jim tedy osobní zkušenost, a proto i zdravá dávka obavy z onemocnění. Jiné nechtějí proto, aby se náhodou "na něco nepřišlo". Myslí si, že onemocnět nádorem znamená

VYBRALI JSME PRO VÁS

Pro lepší zažívání

Sníst mnoho dobrot najednou může mít následky na vašem žaludku. Bolesti, křeče, nadýmání, pocit plnosti, to všechno vás může potkat. Pokud budete mít doma lahvičku první pomoci s přípravkem IBEROGAST, který je složen z devíti léčivých bylin, pak máte vyhráno. Účinně a rychle se s problémy vypořádá. Více na www.iberogast.cz



Účinná pomoc

Hemoroidy patří k těm zdravotním problémům, o kterých neradi hovoříme. Když nás ale postihnou, je důležitá rychlá a účinná pomoc. Volně je dostupný doplněk stravy Hemodin® AKUT, který je určen pro použití při akutních potížích s hemoroidy. Přípravek představuje unikátní spojení dvou nejefektivnějších přístupů při obtížích – okamžitého ošetření postiženého místa mastí a odbourávání vnitřních příčin pomocí tablet.



Proti trombóze

Jako většinou zdravotních komplikací cestovní trombóze lze vhodným způsobem předcházet. Vyzkoušejte cestovní podkolenky Avicenum 70 Travel, které jsou speciálně vyvinuty jako prevence cestovní trombózy. Zboží je obohaceno o mikrokapsle Skintex® Anti-Heavy-Legs a zakoupíte je v e-shopu www.aries-shop.cz



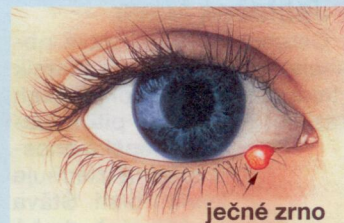
S vůní bylinek

Trápí vás senná rýma, nachlazení nebo obyčejná rýma? Zkuste jemný nosní sprej Physiomer Eucalyptus. Okamžitě uvolňuje ucpaný nos při nachlazení, rýmě a zánětu horních cest dýchacích. Navíc díky esenciálnímu oleji z eukalyptu a divoké máty poskytuje dlouhodobý pocit svěžesti.



Musí lékař ječné zrnko vždycky vyříznout?

Vznik ječného zrna způsobují bakterie (stafylokoky), které infikují drobné žlázy v očních víčkách. Obranné buňky proti těmto vetřelcům ihned zakročí. To se projeví tím, že víčko oteče. Do čtyř dnů se pak v místě nákazy vytvoří hnisavé ložisko, které se do týdne obvykle samo otevře. Ječné zrnko je sice značně bolestivé, ale většinou je neškodné. Nejdůležitější pravidlo zní: prsty pryč, mnutí oka by zánět jen zhoršilo! Proces léčení podpoříte antibakteriálními



ječné zrnko

ními očními mastmi. Pouze když trpíte silnými bolestmi nebo když nechce hnis sám odtékat, potom musí oční lékař otevřít ložisko sterilní jehlou. Nikdy to ale nezkoušejte sami!

Posiluje imunitu a celkově zlepšuje zdravotní stav

Zelený zázrak zvaný spirulina

Jedním z přírodních prostředků, který už dlouho vzbuzuje zvědavost vědců, je zelená sladkovodní řasa spirulina. Studií, které dokazují její mimořádný blahodárny účinek na zdraví lidí i zvířat, je celá řada.

Proč nám pomáhá: Tato nenápadná řasa obsahuje množství vitamínů, bílkovin a minerálních látek. Pro naše zdraví jsou

důležité zejména betakaroten, železo, vitamin B12 a vzácná esenciální mastná kyselina GLA. **K čemu se používá:** Užívání spiruliny se doporučuje zejména při poruchách imunity, cukrovce, vysokém krevním tlaku, při detoxikaci, problémech s pokožkou a při chronické únavě. Spirulinu ale můžete užívat i preventivně, ke zlepšení zdravotního stavu.