



Kratke zdravstvene

Ustno zdravje je pomembno

Slabo ustno zdravje je velik dejavnik tveganja za razvoj najbolj razširjenih bolezni, kot so diabetes, srčno-žilne bolezni, rak in druge. Število obolelih za rakom ustne votline narašča, saj je že na 8. mestu po pogostosti, vsako leto na novo zbolijo 250 bolnikov. Za rakom ustne votline in žrela lahko zbolijo ljudje z zobmi in brez njih, k nastanku raka pa močno pripomorejo kajenje cigar, cigaret in pipe, žvečenje tobaka ter pogosto pitje alkohola.

Kar 80 odstotkov rakov odkrijejo v zobnih ambulantah, zato zobozdravniki v maju pripravljajo akcijo Pravocasen pregled ustne votline lahko reši življenje. Več kot 500 zobozdravnikov bo en dan opravljajo brezplačne preventivne preglede, da bi odkrili morebitne zgodnje maligne spremembe na ustnih sluznicah in žrelu. Paciente, pri katerih bodo ugotovili tveganje razvoja raka, bodo napotili na specialistični pregled. Seznam ambulant za brezplačne preglede je na povezavi: www.zdravniskazbornica.si/zbornica-za-vas/pravocasen-pregled-ustne-votline.

Manj težav s prostato

Prostata lahko pri moških po 50. letu povzroči številne težave, kot so šibek curek, čakanje na začetek mokrenja, nekontrolirano kapljanje in uhajanje seča, pogosto mokrenje, občutek nepopolno izpraznjenega mehurja po mokrenju. Za boljšo kakovost življenja moških skrbi FidiMan[®]plus, ki vsebuje 5 naravnih rastlinskih izvlečkov s cinkom in vitaminom D. Poleg korenine koprive, ki podpira normalno delovanje prostate in sečil, ter cinka, ki prispeva k vzdrževanju normalne ravni moškega spolnega hormona testosterona v krvi, je v prehranskem dopolnilu še olje bučnih semen, kurkumin, likopen, piperin in vitamin D.

Na voljo je v lekarnah, specializiranih prodajalnah, lahko ga naročite tudi na www.fidimed.si ali na brezplačni telefonski številki **080 32 35**. Samo ob nakupu na brezplačni telefonski številki vam podarijo še čaj, ki dopolnjuje FidiMan[®]plus.



Znižajte vrednosti holesterola

Holesterol predstavlja glavno tveganje nastanka bolezni srca in ožilja. Znižajte ga brez neželenih stranskih učinkov in poskrbite, da bo vaše srce brez skrbi. Biostatine MED zagotavlja učinkovitost zaradi ciljnega sinergičnega delovanja petih naravnih sestavin: hitozana, artičoke, fermentiranega rdečega riža, bioflavonoidov in vitamina C. Poleg znižanja holesterola v krvi odpravlja tudi druge motnje v presnovi maščob.



Za zdravo črevesno floro

Ali jemljete antibiotike, ki vam skvarijo črevesno floro? Odlična rešitev je S-biotik Forte, s kar 20 milijard živih mlečnokislinskih probiotičnih kultur, ki so zelo odporne proti želodčni kislini in žolčni soli. Vsebuje tudi prebiotike, ki dodatno pospešijo razrast dobrih bakterij v črevesju. Žadostuje samo ena kapsula na dan. Dobite ga v lekarnah in na www.naturamedica.si, tel. št.: **03 56 30 022**.



Zdravo živim, za zdravje ledvic skrbim

Večja je verjetnost, da za kronično ledvično boleznijo zbolijo ljudje, ki imajo sladkorno bolezen, povišan krvni tlak, srčno-žilno bolezen, sečne kamne, povečano prostato ali so starejši od 50 let. Pomemben dejavnik tveganja za razvoj bolezni ledvic pa je debelost, opozarjajo pri Zvezi društev ledvičnih bolnikov Slovenije. Maščoba, ki se nabira v telesu, preobremenjuje ledvice, ki zato začnejo pešati, ali pa ledvična okvara nastane, ker debelost povzroči zvišanje krvnega tlaka ali sladkorno bolezen. Pomembna je preventiva, saj je za kronično ledvično bolezen značilno, da posameznik dolgo nima posebnih težav. Ko pa se pojavi povišan krvni tlak in se zmanjša količina urina, ki se tudi peni, so ledvice že zelo bolne. Z zgodnjim odkrivanjem lahko upočasnimo ali zaustavimo napredovanje ledvične bolezni in preprečimo nastanek ledvične odpovedi, hkrati pa tudi ohranimo zdravo srce.

A. Ž.