

РЕВИТА

БРОЈ 2 ● МАРТ 2013

БЕСПЛАТЕН ПРИМЕРОК

РЕ  МЕДИКА
приватна општа болница

ТЕМА

Знаеме како со неплодноста



ФОКУС

Дебелина

ЕНДОСКОПИЈА

Операција на
хипофиза

ОДБЛИСКУ

Алушовски

Префрлете се во Vip

и задржете го истиот број со префиксот

Префрлете се во Vip, задржете го бројот заедно со префиксот и станете нов Vip Припејд или Vip Постпејд корисник. Префрлувањето е брзо и едноставно, а вие нема да треба да ги известувате Вашите пријатели и соработници за промената на бројот.

За повеќе информации посетете ја нашата веб страница www.vip.mk или јавете се на 077 1234.



Повеќе за вас

vip

Во чекор со светот за бебе од епрувета

8

На дебелината се лепат најопасните болести

14

Силиконски прстен за здраво и брзо слабење

16

Матични клетки за оживување крвни садови

18

Хуманитарна модна ревија - „За Емилија убавината е добрина“

34

Античка магија на Стоби пресликана во дрво и во камен

35

ПРОФ. Д-Р
ГЛИГОР
ДИМИТРОВ



5

Знаеме како со неплодноста

ЕНДОСКОПИЈА

11



Операција на хипофиза низ носот



АЛУШОВСКИ

29

Избери ја работата што ја сакаш за да не работиш

Уредник:

Наташа
Бошковска-Златкова

Стручни соработници:

Проф. д-р Андреја Арсовски
Проф. д-р Глигор Димитров
Проф. д-р Ѓорѓи Оровчанец
Прим. д-р Зоран Петановски
Прим. д-р Марина Поп-Лазарова
Прим. д-р Иванка Стефановска
Прим. д-р Мане Хаџи-Манчев
Д-р Звонко Крстевски

Дизајн:

Марјан Делевски
Саша Белевска

Лектори:

Сузана Митревска
Кристина Јовановска

Фотографија:

Маја Ј. Илиева
Игор Бансколиев
Дарко Андоновски

Дистрибуција:

тел. + 389(0) 2 5511734;
+ 389(0) 2 5511740

Маркетинг:

тел. + 389(0) 2 5511723
+ 389(0) 2 5511727

Редакција:

тел. + 389 (02) 5511711;
факс. + 389(0) 2 3060651

Издавач:

НИК Нова Принт
Директор:
Ратко С. Лазаревски

Печати:

Графички центар - Скопје

„Ревита“ излегува
на секои три месеци



*Наташа
Бошковска-Златкова*

За почеток...

Кога пред три месеци го почнавме патувањето со првиот број на „Ревита“, си посакавме среќа, и не само за нас туку за сите. Со приказните во неа пропатувавме низ животот со сите негови радости, загуби, успеси, авантури... Тие патувања немаат крај, оти секој крај е нов почеток, ново раѓање. И светот може повторно да се роди. Една мудрост вели дека со секое бебе тој одново се раѓа. Вистина во која чиниш најмногу веруваат оние што се надеваат дека што поскоро ќе прегрнат свое чедо. Оти кај нив модерното време замешало прсти во тагата, па со лузните се борат со неплодноста. Ама се замешало и во среќата, оти има кој да ги брише тие лузни и да им влее верба за нов почеток. Лекарите се среќни кога се дел од секое ново раѓање на светот.

Голема радост е кога можеш да учиш од успешните, од шампионите. Ни рекоа - кога ќе почнеш, не застанувај. Диши гладоко. Радувај му се на секој миг, на секој успех, на сечие здравје, на секоја победа. Грабај кон модерното време, ама не заборавај ги корените, традицијата, исконското. Дури ни оние најмалите нешта, како мирисот на тазе варените 'рчели од тиквата на дада, како сирењето и кашкавалот од мандрите на Галичник, како виното во градовите барици. И тие сега одново се раѓаат, во модерно време, ама по старински рецепти.

А ако затаиш некаде, нè очажувај. Имај верба, оти има кој да ти подаде рака и да ти изнуди насмевка. Сеедно дами е тоа докторот во ординацијата, спортистот на теренот, научникот во лабораторијата. Сеедно дами ќе даде само едноставен лек, мајсторски гол или ќе издвои една клетка од тебе за од неа да израсне нов живот. Или кога од крајот на кариерата ќе создава нов почеток.

Ама не заборавајте и да уживате, не посоветуваа. Со пријателите, уметноста, со најмилиите, со оние што ни ги зацелуваат раните и со оние на кои ние ќе им се најдеме кога им е најпотребно, во богатството и убавината на едноставноста.

Успешните и докажаните се дел и од овој број на „Ревита“. За уште еден нов почеток.

Знаеме како СО НЕПЛОДНОСТА

Тој ги смирува пациентите, а него, вели, го смируваат децата и сопругата. Го обожаваат Маврово. Ако како млад првак во пинг-понг се двоумел дали да заигра професионално, подоцна да студира англиски, економија или, пак, да стане доктор, сега е сигурен дека правилно одлучил. Но не го заборавил и спортот. Всушност, рефлексите, точноста и прецизноста проф. д-р Глигор Димитров ги користи и во ординацијата и во операционата и родилната сала. Овој пат со него разговараме за проблемот на неплодност, кој ја мачи секоја осма двојка што се обидува да има дете. Се разбира, не можевме а да не го прашаме како се станува еден од најбараните

Сè повеќе двојки се соочуваат со неплодност. Може ли да се каже зошто?

- Официјални бројки за стерилитет кај нас нема, но според впечатоците на лекарите, стапката на неплодност се зголемува. Светските статистики велат дека околу 12-14 отсто од двојките во репродуктивен период имаат потреба од консултација со специјалист за асистирани репродукција. Сметам дека и кај нас тој процент е ист, а тоа значи дека секоја осма двојка има проблем со неплодност.

Кога станува збор за причините, прво треба да се има на ум дека сега одлуката да се основа семејство се донесува подоцна од порано. Тоа овозможува да се развијат болести, особено кај жената. Со текот на времето ослабнува и функцијата на јајниците. Биолошкиот часовник почнува да одбројува на 35 години. Двојките треба порано да планираат пород, а ако за една година не се случи бременост да почнат испитувања.



И кај мажите, најверојатно, начинот на живот, кој е драстично сменет во последно време, влијае на плодноста. Има голем број докази во светски рамки дека бројот и квалитетот на спермата полека се намалуваат. Токму затоа Светската здравствена организација ги намали вредностите за она што се дефинира како нормален спермограм. Ако пред 25 години нормален спермограм беше кога мажот има од 60 до 120 милиони сперматозоиди на милилитар, сега за нормален се смета ако мажот има најмалку 20 милиони.

Значи, треба помалку стрес, поздрава исхрана, повеќе физичка активност, помалку пушење и алкохол.

Како во „Ре-Медика“ им помагате на оние со ваков проблем?

- Ги работиме сите постапки, вклучувајќи ги и најсофистицираните инвитро-техники. При првото доаѓање се прават консултација за општото здравје на двојката и гинеколошки преглед, а ако неплодноста е веројатна, почнуваат и првите иследувања. Најпрво се испитува машкиот фактор, се прави спермограм. Кај жената, по утврдувањето на општото здравје, се обрнува внимание на два главни фактори - дали постои овулација и колку е редовна и каква е морфолошката состојба на внатрешните гениталии.

Ако причината за неплодноста кај мажот е точно утврдена, лекуваме медикаментозно или хируршки. За жал, кај повеќе од половина случаи на машка неплодност конкретните причини не се откриваат, па ни преостанува неспецифична терапија, интраутерини инсеминации и сè почесто инвитро-фертилизација (ИНФ). За среќа, ИВФ е успешна кај најголемиот број случаи на машка неплодност. Кај жените чести се проблемите со овулацијата (хормонски условена неплодност), која треба точно да се разграничи од кој тип е, за да се даде соодветна терапија.

Обично нема агресивни третмани, но огромен проблем може да биде т.н. оваријално откажување, кое може, но не мора, да биде врзано за возраста. Оттаму е и сè поголемата потреба за донација не само на машки туку и на женски полови клетки, проблем поради кој легислативата во државата ќе треба да се модифицира.

Кога постојат морфолошки (органски) нарушувања на внатрешните гениталии помагаат ендоскопските методи - хистероскопија, лапароскопија, минимално инвазивни методи во кои се користат микроинструменти. На пример, хистероскопска интервенција многу помага ако во матката има преграда, полипи, миоми... Лапароскопската, пак, на пример кога станува збор за затнати јајцеводи, ендометриоза, миоми, цисти, воспаленија...

Колку се ефикасни овие интервенции?

- Практиката ни покажа дека резултатите по хистероскопското отстранување на преграда на матка или на вадење полипи и миоми се одлични. При нарушени јајцеводи или хронична инфекција околу нив резултатите зависат од степенот на нивната оштетеност - колку помало оштетување толку поголеми шанси за природно забременување. Кога станува збор за женските органи, практично нема болест што не може да се третира со една од овие методи. Класичните операции се прават во помалку од пет отсто од случаите за неплодност.

Нашата статистиката кажува дека поголемиот дел наши пациентки останале бремени по интервенции уште пред да дојдеме до ин витро, кое се прави кога ќе се исцрпат сите други можности. Се разбира, секоја двојка треба индивидуално да се процени и третира со одредена динамика. И оние што ги насочуваме и третираме со ин витро во најголем дел забремениле. Со ваков интегрален, постапен и динамичен план за третман со сите методи на асистирани репродукција, кумулативните стапки на за-



Хиерархиската поставеност и тимската работа се многу важни и тие овозможуваат сè да функционира беспрекорно. Работам со искусни професионалци, секој си ја знае работата и сите проблеми се решливи



Со интегралниот, постапен и динамичен план за третман со сите методи на асистирани репродукција, кумулативните стапки на забременување во „Ре-Медика“ надминуваат 90 отсто

бременување во „Ре-Медика“ надминуваат 90 отсто.

Сепак, не е секогаш лесно да се дојде до резултат, ниту пак шансите кај сите двојки се еднакви. Токму затоа сакам да сум реален со пациентите, а од нив барам упорност и соработка.

Вашите колеги велат дека како раководител барате професионализам и дисциплина, а ги комбинирате со отворен пријателски однос, што резултира со големи успеси.

- Прво и основно, барам индивидуална стручност и компетентност на одделот. Второ, дисциплина, посветеност, критичност, грижа за пациентите, човечност. Хиерархиската поставеност и тимската работа се многу важни и тие овозможуваат сè да функционира беспрекорно. Работам со искусни професионалци, секој си ја знае работата и сите проблеми се решливи. Многу сум задоволен од работата на сите. Ако го земеме, на пример, делот на акушерството, она што мене ми импонира е фактот дека не сме имале ниту една сериозна компликација ни кај мајка ни кај дете. Од одделот за неонатологија, пак, каде што децата имаат потреба од интензивна нега, минатата година само едно дете сме испратиле на Клиниката за детски болести. Во оперативната гинекологија и онкогинекологијата сè повеќе сме барани како мултидисциплинарен тим составен од професионалци препознатливи со децении.

Ин витро и асистираниот репродукција за релативно кратко време остварија навистина завидни резултати.

Морам да истакнам и дека од техничко-технолошки аспект сме максимално опремени. На тоа не штедиме во „Ре-Медика“.

Како се стекнува репутација да се биде еден од најбараните гинеколози во Македонија?

- „Пред да почнеш да интервенираш кај пациентка по-



мисли дека тоа е твојата мајка сестра, ќерка или сопруга...“ е парафраза на предговорот на еден учебник од гинекологија и акушерство. На тие редови секогаш се потсетувам. Репутацијата што ја имам веројатно е поради тоа што работам уште од 1987 година и работам многу, и дење и ноќе. Второ, можеби сум имал и малку среќа што во одредени периоди од мојата кариера, кога се одлучувало по кој пат ќе се тргне, токму тогаш во Македонија доаѓале новини од мојата струка. На пример, во 1995 година јас бев тој што почна да работи со современите лапароскопски и хистероскопски операции. Во 1998 година станав член на првиот тим за ин витро. Понатаму, сите во потесното семејство ми се доктори - родителите, братот, сопругата. Ако за некои тоа е товар, за мене е предност и мотив. Веројатно пациентите се задоволни, а тоа задоволство го пренесуваат едни на други.

Ја сакам работата и додека работам не чувствувам замор и стрес дури и на најтешките зафати. А по некој тежок случај или операција, тогаш е „дозволено“ да ми се стресат носете.

Како ги полните батериите и кој е Глигор Димитров приватно?

- Би рекол, обичен човек, со доблести и маани. Децата ни се на возраст на која сè уште сите се бараме да сме заедно, а мене и сопругата нè смируваат децата. Особено кога сите заедно ќе се повлечеме во Маврово, кое сите дома го обожаваме. Порано многу играв пинг-понг и бев активен во пионерските и во кадетските тимови во Македонија. Дури имав и пресвртница дали да продолжам професионално да играм, но се одлучив да учам. Сега играм ретко и рекреативно, но следам спорт. Сакам и да гледам добар филм, да слушам музика од нашето време, да излеземе на пијачка со друштвото...

ПОБЕДНИЦИ

Во чекор со светот БЕБЕ ОД ЕПРУВЕТА

Јас дефинитивно ќе имам среќна пензија. Доволно е да ги собирам сите слики од овие бебиња чие раѓање го помогнавме и ќе можам да прелистувам еден огромен албум, вели прим. д-р Зоран Петановски, раководител на Центарот за асистирани репродукција во „Ре-Медика“ и еден од неколкуте бренд-имиња кога станува збор за ин витро во Македонија. За среќа на многу пациенти, сè уште е далеку од пензија. Тој и неговиот голем тим гинеколози, ембриолози, медицински сестри и психолози секојдневно ѝ се плеткаат на природата во работата. Но оправдано, за да ја изградува уште едно бебе. Среќа за мама и за тато, а макотрпна работа и многу обука за тимот на д-р Петановски. Но без тоа многумина не би го слушнале детскиот плач на своето чедо. Па, затоа и вреди маката, која лесно се претвора во радост кога тестот за бременост е позитивен.

СЕ РУШИ ТАБУТО

Двојките што ги поминале сите методи и лекувања за да се изборат со стерилитетот, а немало успех, доаѓаат кај нив. Вештачкото оплодување е предизвик за оние што се соочуваат со неплодност, во исто време и метода што постојано нуди новини за успех и има голем развој, а тие навреме стигнуваат и кај нас. Токму затоа никогаш и не е премногу да се зборува за неа.

- Секаде каде што се исцрпени конвенционалните можности на решавање на стерилитетот се оди на инвитро-фертилизација. Таа е како последна надеж на една двојка за да се стигне до посакуваната цел, бременост, па здраво дете и способно за живот - вели д-р Петановски.

Вештачкото оплодување е предизвик за оние што се соочуваат со неплодност, во исто време и метода што постојано нуди новини за успех и има голем развој, а тие навреме стигнуваат и кај нас. Токму затоа никогаш и не е премногу да се зборува за неа. Д-р Петановски ја нарекува круна на понудата на асистирани репродукција



3a



Охрабрувачки е тоа што во последно време стерилитетот не е табу

Прим. д-р Зоран Петановски

Двојките што ги мачи стерилитет може да се поделат во неколку групи. Кај едни има анатомски нарушувања кај половите органи на жените, кај други има нарушување кај спермограмот кај мажот или недостиг од сперматозоиди. Но постојат и пациенти кај кои лекарите велат дека има идиопатски стерилитет.

- Таа група е од 18 до 20 проценти од сите пациенти што влегуваат во процесот на испитувања. Кај нив не се откриваат причините за неплодност со конвенционалните методи. Се работи за нарушување на ниво на јајце-клетка и сперматозоид, односно поради одредени имунолошки причини, на пример, сперматозоидите не можат да ја пробијат мембраната на јајце-клетката. Така, сперматозоидот не може да навлезе во неа и да ја оплоди - објаснува д-р Петановски.

Во Македонија се прават од 1.600 до 1.800 инвитро-оплодувања годишно. Во минатиот период имаше времен-

ски вакуум во решавањето на случаите што имаа потреба од инвитро-фертилизација, бидејќи немаше центри за инвитро, па пациентите мораа да одат во околните држави и во Европа за да го решат тој проблем. Но не можеше секој финансиски да си го дозволи тоа. Со отворањето на центрите за инвитро кај нас тоа повеќе не е случај. Но останала одредена генерациска група пациенти, кои на постари години сега доаѓаат за инвитро-фертилизација, особено откако државата почна со финансиско партиципирање. Од друга страна, пак, порано двојката не влегуваше како тим во решавањето на стерилитетот. Жената беше таа што беше оптоварена со долготрајни испитувања и процедури. Машкиот стерилитет беше табу-тема. Д-р Петановски се радува зашто во последно време се урива табуто кога станува збор за неплодност.

- Охрабрувачки е тоа што во последно време младите навреме решаваат да



се соочат со проблемот, не се кријат, а стерилитетот не е табу-тема - вели нашиот соговорник.

СОФИСТИЦИРАНОСТ И ГОЛЕМ ИЗБОР НА МЕТОДИ

Инвитро-процесот почнува со контролирана оваријална стимулација, или постапка во која на жената ѝ се даваат хормони за да се формираат оптимален број јајце-клетки. Потоа, гинекологот со специјална игла од јајникот ја вади течноста, а ембриолозите од неа ги двојат јајце-клетките. Се избираат најдобрите, а кога ќе се прочисти спермата на мажот почнува оплодувањето. Оплодените ембриони се внесуваат во матката.

- Со една метода се чека женските и машки гамети сами да се оплодат, а таа се применува каде што машкиот фактор е со одличен квалитет. Друга метода, т.н. икси (оплодување со еден сперматозоид) се користи, меѓу другото, за тешка олигоспермија, кога нема доволно сперматозоиди или има комплетно отсуство на сперматозоиди во семената течност, па тие треба да се извадат со специјални техники од тестисите. Тогаш ембрилот го вметнува сперматозоидот во јајце-клетката. Ние оваа метода ја работиме во над 95 проценти од случаите. Тоа е затоа што има висок процент на машки стерилитет кај нашите пациенти - вели д-р Петановски.

Центарот што го води има огромен успех кога станува збор за машкиот стерилитет. Пред некоја година беше воведена микротесе-метода, која се применува кај мажи што немаат ниту еден сперматозоид во спермограмот.

- Во тие случаи со специјална опрема

се земаат најубавите делови од тестисот, а нашите ембриолози ги одбираат најдобрите сперматозоиди од него - објаснува нашиот соговорник.

Тој вели дека медицината се бори да се добијат што поквалитетни ембриони и квалитетна бременост, од една страна, а од друга, да се избегнат компликации од процесот на ин витро (повеќеблизначка бременост и хиперстимулација на јајчници).

- Затоа и се приклонивме кон земјите со високософистициран развој и внесуваме помал број ембриони во матката.

Кај жена до 35 години внесуваме два ембриона ако е прво ин витро, а ако е постара од 35 години може и повеќе - рече д-р Петановски.



Како Формула 1

Центарот може да се пофали со висока успешност на инвитро-оплодувањето.

Позитивен тест за бременост има кај околу 45 проценти од оние со вештачко оплодување, а клиничка бременост има околу 41 процент. Триесет и осум проценти од пациентите раѓаат бебе.

- Постојат многу варијабли, кои влијаат врз самиот процес да биде успешен. Редовно ги следиме светските трендови. Имаме специјални софтвери, кои ги одбираат најдобрите сперматозоиди, работиме метода со која ласерски се отвораат пори на самиот ембрион за побрзо да расте. Тоа го правиме кај постари жени или таму каде што има многу неуспешни вештачки оплодувања. Во план ни се уште неколку новитети, со кои уште повеќе ќе го зголемиме процентот на успех, а и квалитетот на самата бременост.

- Ин витрот е како Формула 1. Ембриолозите секој ден ги сетираат параметрите во центарот. А паралелно оди едукацијата на сите вработени во центарот. Како член на Комитетот за национални претставници на Европската асоцијација во хумана репродукција, редовно комуницирам со колеги и за предизвиците и за редовно востановување на новините - објаснува лекарот.

Д-р Петановски вели дека се радуваат на секој успех во процесот на вештачко оплодување, но нема поубаво нешто од породувањето.

- Се радуваме на секоја бремена жена, но врвот е кога ќе се роди бебето - вели д-р Петановски.



Операција на хипофиза низ носот

Низ носната празнина, преку централниот синус, хирургот внесува камера до хипофизата, жлезда сместена длабоко под мозокот. Потоа со ендоскопски микроинструменти интервенира врз туморот на оваа жлезда. За разлика од вообичаените операции во кои се користи микроскоп кога лекарот од подалеку ја гледа хипофизата, ендоскопската камера сега му овозможува да му биде пред очи. Со тоа може попрецизно да работи, а пациентот е побезбеден. Вака, на едноставен немедицински јазик, во неколку реченици проф. д-р Владо Столевски, неврохирург во „Ре-Медика“, ни опиша како се изведува ендоскопска операција на хипофизата. Се разбира, операциите што ги изведува нималку не се едноставни колку описот што ни го даде за да

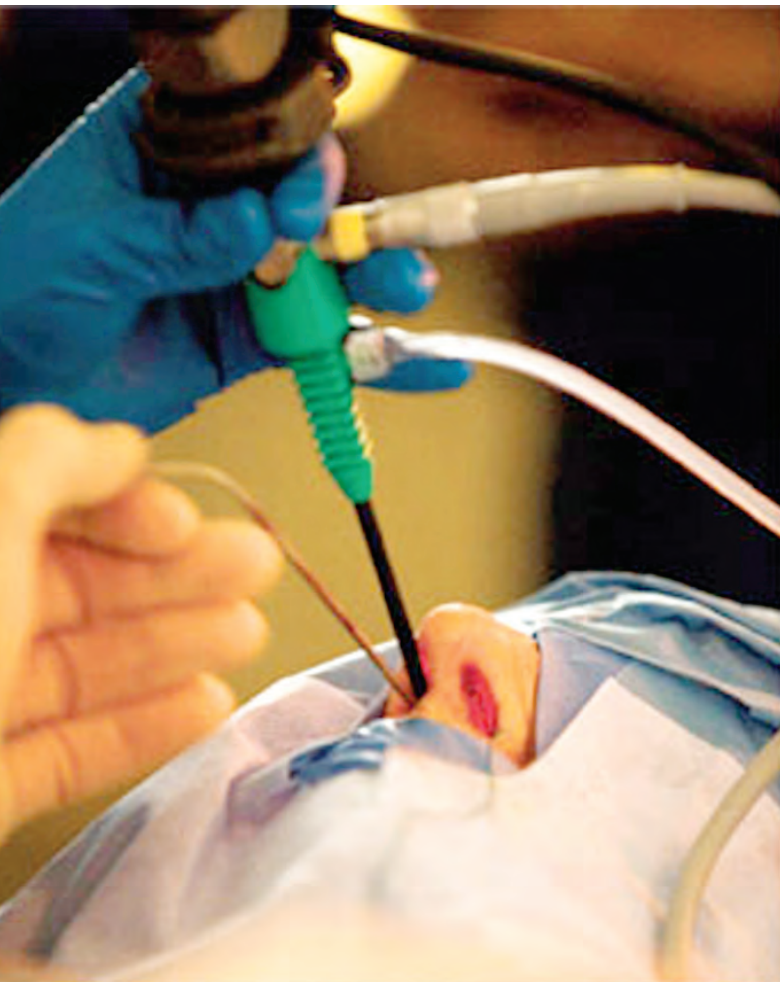
Ендоскопскиот начин на оперирање на туморите на хипофизата е најмалку агресивен хируршки метод, кој направи револуционерен напредок во ефикасноста на лекувањето



ЕНДОСКОПИЈА

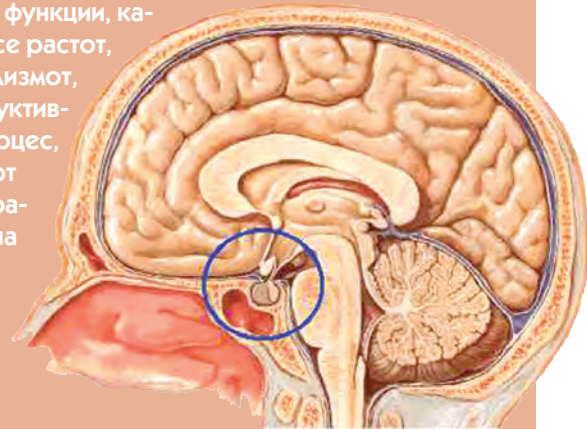
добиеме слика како хирургот интервенира во главата на човек. Туку напротив, за нив треба голема вештина, многу знаење, сигурна рака, огромна креативност. А и искуство и трпение, кое не се стекнуваат преку ноќ. Можеби и затоа и не е чудно кога ќе дознаете дека, освен во хируршката сала, д-р Столевски се пронаоѓа и меѓу кошниците со пчели, а и на сликарското платно. Всушност, во сè што работи вложува и љубов и енергија, а тоа може да го забележите и по краток разговор во лекарската ординација.

- Најсоодветна, најприродна и најмалку инвазивна операција за лекување на туморите на хипофизата е преку носот. Тогаш хирургот ги користи природните простори во главата, носната празнина и централниот синус, за отстранување на туморот што е сместен на долната страна од средниот дел на базата на черепот. Овој пристап се применува од 1907 година, кога австрискиот хирург Херман Шлофер првпат со овој метод оперирал пациент со тумор на хипофизата. Во 1962 година, канадскиот неврохирург Жил Харди ја напреднал воведувајќи оперативниот микроскоп. Така почнала ерата на многу подобра прегледност на



Контролор на телесни функции

Хипофизата е многу мала жлезда, но со огромна важност за организмот. Таа управува со функциите на другите жлезди и нејзината улога е незаменлива. Хипофизата тежи околу половина грам, а должината на нејзините страни е 10, 12 и 5 милиметри. Сместена е длабоко во главата, под мозокот, во таканареченото турско седло, и е опкружена со многу витално важни крвни садови и нерви. Без нејзиното правилно функционирање може сериозно да биде нарушено здравјето на човекот, зашто хормоните што ги лачи имаат контрола врз многу телесни функции, како што се растот, метаболизмот, репродуктивниот процес, половиот живот, работата на срцето.

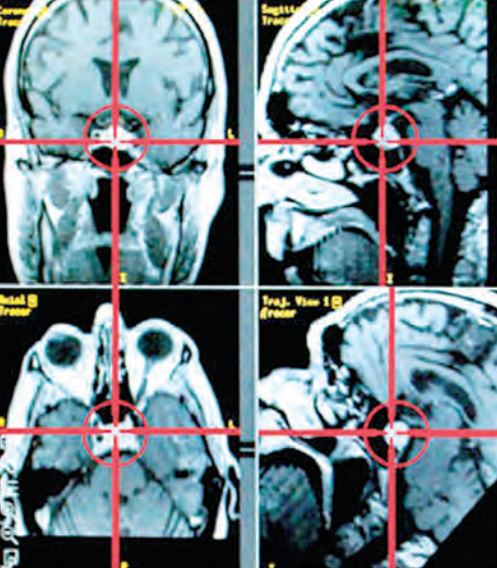


местото каде што се интервенира, на кое се наоѓаат животни важни мозочни артерии, очни нерви, сместени на многу мала површина - објаснува д-р Столевски.

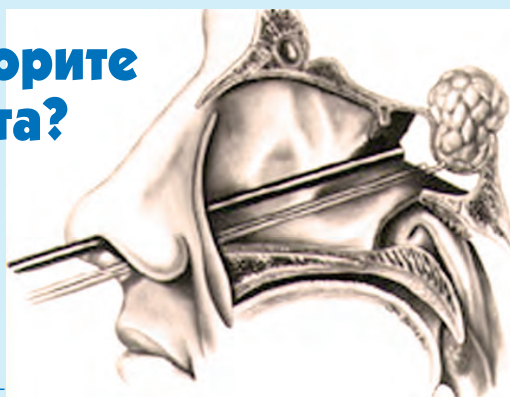
Ендоскопскиот начин на оперирање на туморите на хипофизата е минимално инвазивен хируршки метод. Д-р Столевски, кој го применува овој пристап во „Ре-Медика“, вели дека направил револуционерен напредок кога станува збор за софистицираноста, а со самото тоа и ефикасноста во лекувањето.

- Со ендоскопот имаме одличната „панорамска“ прегледност на оперативното поле и можност неврохирургот во клучните моменти од операцијата да се приближи (со помош на ендоскопот) на најблиско можно растојание до соодветната анатомска регија во главата. Со самото тоа, максимално можно хирургот ја гледа поставеноста на витално важните анатомски елементи (главните мозочни артерии, очните нерви, кавернозниот синус...). А има и можност за најголема радикалност во отстранување на туморот и соодветна проверка на неговото лежиште - вели д-р Столевски.

Овој метод, вели тој, овозможува на крајот на операци-



Какви се туморите на хипофизата?



Туморите (аденомите) на хипофизата може да бидат несекретирачки и секретирачки - кога прекумерно лачат хипофизарни хормони. Секретирачки се пролактиномите, кои може да ги навести

секреција на млеко од градите кога жената што не дои. Исто така и аденомите што поради зголемено лачење хормони доведуваат до акромегалија - зголемување на носот, усните, брадата, дланките и стапалата. Може да бидат аденоми чија хормонална активност се презентира преку Кушинговата болест. Поретки се аденоми што доведуваат до нарушувања на функцијата на тироидната жлезда.

Д-р Столевски објаснува дека кога големината на туморот на хипофизната жлезда ќе ги надмине границите на нормалните димензии на т.н. турско-то седло зборуваме за макроаденом. Тогаш најчесто туморот расте кон горе и врши притисок врз очните нерви, па го нарушува видот, т.е. неговата острина.

- Врз основа на симптоми на нарушување на хормоналната функција или нарушувања во видот, кај пациентите се прават испитувања: снимање со магнетна резонанса, офталмолошки и ендокринолошки преглед. По анализата на резултатите од нив може да се даде препорака за оперативно лекување - вели д-р Столевски.

тата соодветно да се „затвори дефектот“ што го направил туморот околу хипофизата, со тоа што ќе се постави васкуларен флеп (резен) земен од слузницата на носната преграда.

Со ендоскопскиот пристап може да се интервенира и кога големите тумори на хипофизната жлезда (макроаденомите) се прошириле како во горните регии, така и во крајно деликатните и тешкодостапните регии на кавернозните синуси, за операции на други тумори (краниофарингеоми, менингеоми, хордоми) во соседните анатомски регии.



КОМПРЕСИВНА ПРОГРАМА

www.medicushelp.com.mk info@medicushelp.com.mk



Медикус Хелп ОРТОПЕДСКИ ПОМАГАЛА со цел да го штити и чува венското здравје постојано ја надополнува програмата за чорапи/хулахопки за венска компресија која ги обфаќа сите класи, видови, бои и големини. Светските брендови на чораги и хулахопки застапени во понудата на Медикус Хелп се одликуваат со идеален стој на функција и естетика, што овозможува пациентот да се чувствува конфорно и здраво.



Скопје Водно (02 / 3 130 015) - Скопје Аеродром (02 / 2 447 017) - Битола (047 / 236 530) - Штип (032 / 382 070)
 Прилеп (048 / 420 482) - Велес (043 / 211 509) - Охрид (046 / 271 005) - Тетово (044 / 342 259) - Кавадарци (043 / 411 520)

На дебелината се лепат најопасните болести

Дебелината ја зголемува веројатноста за појава на болести на срцето и крвните садови, дијабетес тип 2, болести на зглобовите, малигни заболувања, атероматоза на крвните садови, коронарна исхемична болест, срцев или мозочен удар, проширени вени на нозете, венска тромбоза...

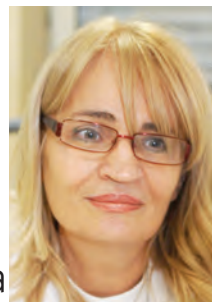


Во последните 20 години дебелината е еден од главните фактори за појава на многу заболувања, а особено загрижува тоа што е сè присутна кај младите. И Македонија е дел од оваа глобална слика, покажуваат најновите податоци. Македонците се прејаднуваат, а немаат доволно оброци, јадат многу слатка, брза, мрсна и пресолена храна. Среќа што се јаде доволно овошје и зеленчук и што главниот оброк неретко е во друштво, но тоа не е доволно. Недоволно сме физички активни, па сè на сè, не е чудно што податоците на Институт за јавно здравје велат дека половина од граѓаните имаат вишок килограми, а 21 процент се дебели. А прекумерниот број на килограми го зголемува ризикот од низа болести. - Дебелината ја зголемува веројатноста за појава на болести на срцето и крвните садови, покачен крвен

притисок, дијабетес тип 2, отежнато дишење во текот на спиењето (слип апнеја), болести на зглобовите, проширени вени на нозете со ризик за развој на венска тромбоза или белодробна емболија, па дури и некои малигни заболувања. Докажано е дека со намалувањето на килограмите се намалува и потребата од лекови за висок крвен притисок. Дебелите многу често имаат покачени маснотии во крвта, што доведува до атероматоза на крвните садови (таложење масни наслаги на нивниот ѕид), а потоа и коронарна исхемична болест (состојба кога до срцето не стигнува доволно крв), вклучувајќи и срцев или мозочен удар - вели д-р Лидија Паланова, специјалист по интерна медицина во „Ре-Медика“. Ова укажува дека дебелината е сериозен здравствен проблем и справувањето со неа е влог во здрава попу-

$$\text{ИТТ} = \frac{\text{МАСА}}{\text{ВИСИНА}^2}$$

Дебелината е сериозен здравствен проблем и справувањето со неа е влог во здрава популација



Д-р Лидија Паланова



Пресметајте дали сте дебели

Индексот на телесната тежина (ИТТ) е мерка преку која се искажува дебелината. Се добива кога телесната маса во килограми ќе се подели со висината во метри помножена сама со себе. Оние што имаат ИТТ помеѓу 25-30 спаѓаат во групата на лица со прекумерна телесна тежина, а оние со и над 30 во групата на т.н. екстремна дебелина

лација. Но не со брзи диети, за кои лекарите генерално имаат негативно мислење.

- Главниот третман за дебелината се состои од правилна диета (режим на исхрана) и физички вежби. Брзата и висококалорична исхрана треба да се замени со здрава, разновидна и нискокалорична исхрана и да се јадат обезмастени млечни производи, нискокалорични јагленохидрати и поголеми количества овошје и зеленчук. И сето тоа комбинирано со физичка активност - во почетокот барем лесни вежби или пешавање во траење од половина час, пет пати во неделата. Многу е значајно да се пие доволно вода, најмалку 2 литри дневно - вели д-р Паланова. Луѓето кај кои индексот на телесната тежина е поголем од 30 најчесто имаат потреба од вклучување во програми за намалување на тежината и промена во животниот стил и видот и начинот на исхрана. Тие програми препорачуваат помали оброци, повеќе пати дневно броене на калориите и избегнување одредени видови храна. Физичката активност обично се спроведува групно, со организирани вежби за поголема мотивација. Доколку подолг период нема резултати од сето ова, денес постојат хируршки интервенции за третирање на дебелината.

Слушнете што ви зборуваат килограмите!

Напролет се зголемуваат контактите со средината, а таа ни го проценува и изгледот. Па така, ако со дебелината и слоевите гардероба можеле да се скријат килограмите, сега тие излегуваат на виделина

Дебелината или вишокот килограми се симптоми што често може да кријат психичка заднина. Психологот и психотерапевт, м-р Марија Стојкоска-Василевска предупредува дека наглата желба за храна, доколку не е органски предизвикана, може да крие нерешен психички проблем. Кога луѓето ќе се освестат за тоа, па сами или со помош, ќе ја најдат причината, тогаш својата енергија ја насочуваат на вистинското место, а не кон храната.

- Кога, на пример, имаме некаква фрустрација, се јавува дисбаланс во функционирањето и често не се соочуваме со вистинските причини за неа, ние избираме начини тоа да го компензираме. Тогаш почнуваме со зголемено внесување храна, или прекумерно јадење. Тоа во извесен период може да значи некоја компензација, која ни дава привиден баланс. Ние ја поддржуваме несвесноста, го држиме проблемот под тепих. Така се шириме, а не сакаме да прифатиме дека се дебелееме, односно наоѓаме други причини за тоа (на пр. хормони) и го негираме вистинскиот проблем - вели Стојкоска-Василевска.

Напролет се зголемуваат контактите со средината, а таа ни го проценува и изгледот. Па така, ако со дебелината и слоевите гардероба можеле да се скријат килограмите, сега тие излегуваат на виделина.

- Па, наместо да трагаме од каде се, ние се проектираме на дебелината (на пример, несреќен или нервозен сум поради дебелината).

Тоа повторно не е соочување со вистинските причини, туку може да значи измачување, што повторно ќе даде привиден баланс. И ќе ослабиме со изгладување, а задоволството изостанува и се вртиме во круг. Но, кога стануваме свесни што правиме, тогаш енергијата и агесијата ги насочуваме онаму каде што треба. Грижењето за себе значи и грижење за своето тело, и физички и психички.

Колку што имаме проблеми, толку има несвесни причини за тоа. Има луѓе што доживеале траума и свесни се дека со јадење ја намалуваат тензијата кога се присетуваат на траумата. Има некои што не се ни свесни за вистинската причина за вишокот килограми. Па, откако ќе направат низа здравствени анализи, на крај можеби ќе се сетат дека со желбата за храна покриле психички проблем - вели нашата соговорничка.

Дебелите не секогаш се гледаат како дебели, па соочувањето со дебелината може да значи шок за нив. Стојкоска-Василевска вели дека, кога станува збор за психички условена дебелина, личноста прво треба да се освести дека се дебелее, да ги најде вистинските причини и кога тоа ќе се реши, оди кон правилен режим на исхрана и мерки за враќање во нормала.

Наглата желба за храна, доколку не е органски предизвикана, може да крие психички проблем



М-р Марија Стојкоска-Василевска

Во **фокусот**

Силиконски прстен за здрavo и брзо слабеење

Откако хирургот ќе постави силиконски прстен на желудникот на пациентот му се намалува апетитот за 20-30 проценти. Дополнително, тој мора да јаде правилно, мали парчиња храна, добро изцвакани за тие да може да поминат во желудникот

Проблемот во поголем вишок килограми може да се реши и со поставување силиконски прстен „гастрик бендинг“ на влезот на желудникот, со што се регулира прекумерниот внес на храна во организмот. Прстенот е поврзан со т.н. порт или регулатор, кој се става под кожата на stomакот и со него лекарот го контролира, го стеснува или пак го проширува. Намалувањето на апетитот се должи на тоа што рецепторите за ситост се наоѓаат на горниот дел на желудникот, при што се испраќаат импулси до мозокот дека човекот е заситен.

Дополнително, оној што има поставено прстен мора да јаде мали парчиња храна, да се добро изцвакани, а во моментот кога ќе почувствува дека храната поминала низ прстенот да го земе другото парче. Во моментот кога ќе почувствува мала ситост треба да престане да јаде, зашто може да добие нагони на повраќање. Овој метод за поставување на прстенот во земјава се прави единствено во „Ре-Медика“.

- Оваа интервенција се прави ла-



Пациентка пред и по поставување на прстенот



пароскопски и претставува најнеинвазивен, најсигурен и најнедеформирачки метод. Со неа нема исфрлање дел од желудникот или пак деформирачко премостување на системот за варење. Стеснувањето и опуштањето на прстенот, пак, се прават со специјална игла. Со неа се влегува во портот и се регулира проодноста низ прстенот - вели прим. д-р Мане Хаџи-Манчев, абдоминален хирург, кој ги поставува прстените во „Ре-Медика“.

Прстенот што го поставува е од „Хоспи медикал“ од Швајцарија и има три степени на затегање. Оперираниите пациенти немаат никакви проблеми, живеат нормален живот, може да спортуваат, а жените да раѓаат.

- За уште повеќе да се поттикне слабеењето во нивната исхрана се препорачува да се намали внесувањето на маснотиите и на шеќерите, а и да се внесува цврста храна - вели д-р Хаџи-Манчев.

Интервенцијата може да се прави кај пациент што има индекс на телесна тежина (ИТТ) над 35 и хронични заболувања, а доколку нема дополнителни заболувања, ИТТ треба да биде над 40.

- Имам оперирано пациент што пред три години имаше 180 килограми, сега има 113, а е висок 180



Предноста на интервенцијата со силиконски прстен во однос на другите е што не е инвазивна

Прим. д-р Мане Хаџи-Манчев

сантиметри. Друг пациент со 185 килограми, висина 185 сантиметри, еве стигна на 130 килограми. Уште ќе слабее овој пациент - вели нашиот соговорник.

Предноста на интервенцијата со силиконски прстен во однос на други е што не е инвазивна. Се прави преку четири микрорезови, низ кои се внесуваат лапароскопот и специјални инструменти.

- Оперираниите имаат желба да ослабнат, а ефектите ги прават порадосни. Со овој метод се намалува 2-3 килограми месечно, здрав и сигурен начин на слабеење. Инаку, половина од оперираниите се мажи, половина жени - додава д-р Хаџи-Манчев.

и убави и **ЗДРАВИ**

Пилатес-вежби за рамен стомак

Пилатес е систем од физички вежби создадени во 20 век. Вежбите ги зајакнуваат и обликуваат мускулите и, меѓу другото, придонесуваат за правилно држење на телото, ги развиваат флексибилноста и рамнотежата на телото, ги соединуваат телото и умот и го усовршуваат неговиот облик. Инструкторката Рита Чокрева ни издвои неколку вежби за зацврстување на стомакот. За почеток таа препорачува да се повторуваат по 10 пати или помалку, колку што дозволува вашето тело



Легнете на грб, ставете ги дланките на тилот, а рацете поставете ги така што лактите ќе бидат испружени нанадвор. Кренете го левото рамо, а десната нога свиткајте ја во колелото за лакотот и колелото се допрат. Потоа, на другата страна од телото уште 10 пати повторете ја вежбата, сега со допирање на десниот лакт и левото колело.

Легнете на грб, рацете поставете ги покрај телото, а нозете исправете ги нагоре, под агол од 90 степени. Поткревајте ги задникот и долниот дел на грбот нагоре и враќајте ги во првобитната положба.



Легнете на страна, а топката поставете ја меѓу стапалата. Поткренете се на лакотот на раката легната на подот и во исто време поткренете ги нозете нагоре. Оваа вежба направете ја и легнати на другата страна на телото.



Потпрете се на топката како на сликата и правете ги т.н. стомачни. Топката ќе ве принуди да одржувате рамнотежа, со што ќе активирате многу повеќе различни мускули отколку да ги правите на подот.



Легнете на грб, главата нека биде поткрената, а рацете во права линија со рамениците. Нозете стојат под оној агол што овозможува половината да е залепена за подот. Движете ги само рацете горе-долу покрај телото, додека нозете се мирни. Вдишувајте и издишувајте на секое трето замавнување со рацете.



Легнете на грб, испружете ги рацете наназад. Левата нога свиткајте ја во колелото, а десната нека стои права. Поткревајте се нагоре и во исто време кревајте ја исправената нога. Вежбите повторете ги и кога десната е свиткана, а левата стои право.

Матични клетки за ОЖИВУВАЊЕ КРВНИ

Регенеративните методи со матични клетки, единствено во „Ре-Медика“ на нашите простори, се користат за решавање на проблемите на дијабетично стапало кај оние со шеќерна болест - дијабетес, кај кои изумираат малите крвни садови на нозете, но и во комбинација со бајпас-техниките (за премостување на патот на крвта) кога пациентот има проблем со затнати крвни садови

Боривој Стојкоски од Скопје можел да остане без прст на ногата на кој почнала да се развива гангрена. По интервенции со матични клетки целосно му се затвориле живите рани.

- Немам дури ни лузна. На прстот од ногата имав огромна дупка, а сега е како нов. Причината за раните, меѓу другото, беше дијабетес - вели Стојкоски.

Регенеративните методи со матични клетки, единствено во „Ре-Медика“ на нашите простори, се користат за решавање на проблемите на дијабетично стапало кај оние со шеќерна болест - дијабетес, кај кои изумираат малите крвни садови на нозете, но и во комбинација со бајпас-техниките (за премостување на патот на крвта), кога пациентот има проблем со затнати крвни садови.

- Тоа се клетки што не се диференцирани и во какво ткиво ќе ги ставите во такво ќе се претворат. Соматските матични клетки со кои работиме може да се извадат од масно ткиво, периферна крв или коскена срцевина. Ние најчесто ги вадиме од периферна крв и коскена срцевина, комбинирани, и ги вшприцуваме на потребното место - објаснува д-р Влатко Цветановски, кој ги применува овие методи.

Затнувањето на крвните садови се случува поради тромбоза (крвен засирок) и поради артериосклероза, кога на



Заздравување на прст на стапало по третман со матични клетки



Што се матични клетки?

Матичните клетки се дел од нашиот организам, постојано се обновуваат, а науката сега работи на тоа да се користат и за обновување цели органи. Организмот се создава од една матична клетка, од која настануваат сите органи. Па така, матичната клетка има особина да го обновува оштетеното ткиво или да сака да му помогне.

Матичните клетки драстично ја намалија смртноста од леукемии со интервенции со пресадување коскена срцевина.

САДОВИ

крвните садови се таложат масти, па се намалува проодноста на крв. Затнувањето може да направи срцев или мозочен удар, а слабата проодност, пак, може да умртни делови од телото.

- Кога ќе се случи тромбоза на крвен сад, местото што се храни од него умира. Тогаш таму се вшприцуваат матични клетки и тие ги обновуваат крвните садови. Ние, инаку, ги ставаме во мускули и на места каде што нема крвни садови. Нема да направат голем крвен сад, но ќе создадат толку мали што низ нив ќе минува доволно количество крв - вели д-р Цветановски.

Кога кај пациентот се прави премостување или артериски бајпас, се носи крв од едно на друго место, односно се менува нејзиниот пат. Тој може да се работи со природна вена, но и со протеза, која се вградува во системот за циркулација.

- Поддршка на оваа интервенција е третман со матични клетки. Тие се засадуваат на крајот на постапката или по неа, амбулантски. Ние имаме значителен успех кај пациентите. Првиот ефект го даваат за шест недели, а пикот е за 24 недели - вели нашиот соговорник.

Соматските матични клетки со кои работиме најчесто ги вадиме од периферна крв и коскена срцевина, комбинирано, и ги вшприцуваме на потребното место



Д-р Влатко Цветановски



ВИ ЧЕСТИТАМЕ! ДОБИТНИК СТЕ НА ВРЕДНОСЕН ЧЕК
од 2.000,00 ден

2,5%


КРОАЦИЈА ОСИГУРУВАЊЕ® - ЖИВОТ
АД за осигурување на Живот

ОДЛИЧНА МОЖНОСТ ЗА СИТЕ СЕГАШНИ И ИДНИ МАЈКИ!

- Подарок 2,5% од осигурената сума
- Вредносен чек од 2.000,00 денари

Виртуелно патување

Прим. д-р Благоја Даскалов, радиодијагностичар во „Ре-Медика“, може да ви се пикне под кожата, да ви прошета низ крвните садови, желудникот или белите дробови, да направи проверка на срцето и на мозокот или да види во каква состојба ви се коските и мускулите. Откако ќе се пошегува дека му успева иако е крупен човек, она што го прави ќе го нарече виртуелно патување низ телото. Му успева со кликање на маусот и на тастатурата. А, му го овозможуваат мултислоен или мултидетекторски компјутерски томограф и посебната т.н. работна единица, единствени во „Ре-Медика“ на просторите на поранешните југословенски републики.

Компјутерскиот томограф нуди огромна палета можности со кои се поставува правилна дијагноза за пациентот, а снимките нудат одлична основа за дијагностицирање, планирање на интервенциите. Снимањето, пак, е најбезбедно за пациентите.

- Се скратува времето на снимање, со тоа и радијационата доза. Овој модел на компјутерски томограф има убедливо најмали дози на зрачење и најмал несакан ефект за пациентот. Ако до вчера за една слика требаше една ротација на цевката на апаратот, сега за истото време правиме 128 слики. Тоа е големо олеснување и за пациентите на кои итно мора да им се помогне и за медицинскиот персонал. На пример, болен што крвави се снима за 12 секунди - објаснува д-р Даскалов.

При одредени снимања, лекарите даваат медикаменти, контрасти. А со самото тоа што целото тело се снима најмногу 16 секунди, се намалува количеството на употребеното контрастно средство, а со тоа и несаканите ефекти од него. Апаратот снима пресеци на телото на 0,3 милиметри. Преку програмите на работната станица може да се набљудува и анали-



Овој модел на компјутерски томограф има убедливо најмали дози на зрачење и најмал несакан ефект за пациентот

**Прим. д-р
Благоја Даскалов**

зира секој дел од телото и да се гледа од сите можни агли. Така, може да се издвојат и гледаат само мускули, или само крвни садови, само коски, цревата, само еден нерв...

- Не постои контраиндикација по однос на состојба на пациентот ко-

га станува збор за снимање со овој апарат. Со програмите со кои работиме може да се планира и да се проектира, на пример како би изгледале естетски промени на телото, да се провери состојба на импланти - додава д-р Даскалов.

НИЗ ТЕЛОТО



Него во просторијата за работа може да го начекате како чита снимки со музика во заднина. А надвор од неа, освен што слуша, и сам ја создава музиката, свирејќи на многу инструменти, освен на труба. Дваесет и петгодишното искуство како радиолог, вели, го научило дека здравјето и болеста се лицето и опачината на животот, а животот е еден и единствен, музика, најсвршена симфонија - слика на природата, единствено вреден ако е исполнет со самопрегор, посветеност, љубов во сите нејзини форми.

- Почитувај, да те почитуваат - вели д-р Даскалов.

Компјутерскиот томограф нуди огромна палета дијагностички можности, со кои се поставува правилна дијагноза за пациентот, а снимките нудат одлична основа за дијагностицирање, планирање терапија и интервенции. Снимањето, пак, е безбедно за пациентите, со минимални дози на изложеност на рендген-зраци, без досега познати контраиндикации

MESSER
Gases for Life

Messer Medical



КОНЦЕНТРАТОР ЗА КИСЛОРОД СО ОПРЕМА

Апарат кој произведува кислород од амбиенталниот воздух со помош на електрична енергија.

Концентрација на кислород:	0.5 - 1.0 L/min 95% 1.0 - 5.0 L/min 92%
Димензии:	72,4 cm x 40 cm x 36,8 cm
Тежина:	24,5 kg
Мрежен напон:	220 V/50 Hz
Мокност:	350 W
Главен осигурувач:	2A
Аларми:	оптички и акустичен аларм при пад на концентрацијата



FM 41
со бленда 0-15 л/мин

Влезен притисок:
Излезен притисок:
Проток:
Приклучок на боца:
Излезен приклучок:



FM 42
со бленда 0-15 л/мин

200 бари макс.
0,1 - 1,8 бари
0-15 л/мин
DIN 447 W21,8 x 1/14
2 парчиња M12 x 1 со команди на префрлање на 9/16



ОВЛАЖНУВАЧ



МАСКА



НОСНА КАНИЛА



MESSER
Messer Vardar Tehnogas

Источна индустриска зона б.б.
Маџари 1040 Скопје, Р.Македонија
тел. +389 (0)2 2551 418
+389 (0)2 2551 419
+389 (0)2 2581 386
факс: +389 (0)2 2581 386
E-mail: messersvt@t-home.mk
WEB: www.messer.com.mk

Part of the Messer World

за добро **Здравје**



ПРОВЕРКА НА ВЕДНАШ

Голем број деца што имале оштетен слух во минатото добивале дијагноза ретардација токму поради тоа што оштетувањето не било откриено навреме. Ако рано се открие глувоста, со децата поинаку се работи

Едно од 300 новородени деца страда од оштетување на слухот, а тоа може да биде од умерено до тешко. Раното откривање на оштетувањето и брзата интервенција со третмани се двата клучни елементи што ќе му дадат на детето најголема шанса за нормален развој на говорот. Прим. д-р Лидија Спасова, педијатар во „Ре-Медика“, објаснува дека голем број деца што имале оштетен слух во минатото добивале дијагноза ретардација токму зашто оштетувањето не било откриено навреме. Поради овој факт, меѓу другото, во болницата, уште по раѓањето на бебето се прави скрининг или тест со кој се покажува дали слуша.

НАВРЕМЕНО ОТКРИВАЊЕ НА ОШТЕТУВАЊЕТО



- Правиме скрининг на слух кај новородени, но и кај деца што се родени во друга установа, а колегите ги испраќаат на проверка. Првото тестирање се прави 48 часа по раѓањето, па децата практично ги пуштаме дома со компјутерска листа на која е резултатот од скринирање. Апаратот има дел што се става во увцето на детето, а тестирањето е безболно и не е опасно за здравјето. Ако по првиот скрининг резултатот е негативен, тој се повторува уште неколку пати. Доколку и при повторувањето се покаже дека детето не слуша, ние го испраќаме во аудиолошки центар во кој се грижат за третманот на овие дечиња - вели д-р Спасова.

Таа објаснува дека, за жал, многу деца во



СЛУХОТ ПО РАЃАЊЕТО



КАЈ КОИ ДЕЦА ИМА РИЗИК?

Има низа причини поради кои може да настане оштетување на слухот кај децата. Д-р Спасова ги подели во повеќе групи. Така, во пренатален период, уште додека бебето е во утробата на мајката, слухот може да биде оштетен поради генетички причинители или наследни фактори, од инфективни причинители како инфекции во бременоста, поради токсини, лекови што може да ги прима мајката или механички притисоци на плодот.

Со раѓањето детето може да има проблеми со слухот поради асфиксија на плодот (недостиг од кислород на пример), продолжено раѓање, интракранијално крвање - крвање во мозочето, билирубини над оптималната граница, недоносеност, мала родилна тежина. По раѓањето причини може да бидат инфекции на мозочните структури, инфекции на средно уво, морбили - сипаници, употреба на лекови токсични за увото, повреди, изложеност на многу гласни звуци.

- Најчесто, според искуството, како проблем се покажуваат ототоксични лекови - вели д-р Спасова.

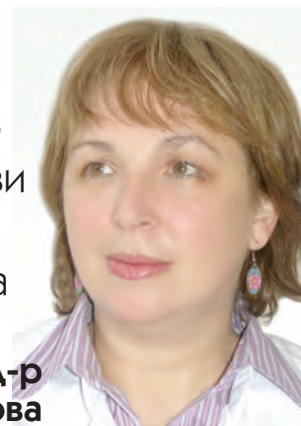
минатото добивале дијагноза за ретардација или аутизам, а потоа се покажало дека добар дел од нив биле глуви.

- Ако рано се открие глувоста, со нив поинаку се работи. Како влијае слухот врз развојот на говорот и јазикот? Имено, говор претставува способност да се изразат мисли, емоции и апстрактни идеи преку изговорени зборови. Јазик е систем на симболи преку кои луѓето комуницираат. Критичен период во кој децата со нормален слух ги учат говорот и јазикот е првата година од животот. Токму поради тоа е значајно навреме да се открие оштетување. Дополнително, ќе може и навреме да се реагира со лекување или со поставување импланти - објаснува нашата соговорничка.



Уште по раѓањето на бебето се прави скрининг или тест со кој се покажува дали слуша

Прим. д-р
Лидија Спасова





Најдоброто за највредното.

Со генерации истражуваме нови патишта за вашите деца...

...Назад кон природата.



Секој што произведува храна за бебиња носи огромна одговорност. За да ви овозможиме да го храните вашето бебе што поздраво, заштита на природата, одговорно справување со нејзините скапоцени ресурси и зачувување на биолошката разновидност се во центарот на нашето внимание со генерации.

Пред повеќе од 50 години Клаус Хип започна да се фокусира на органско земјоделие – денес, HiPP е најголемиот преработувач на органски произведени сировини во светот.

Ние лично гарантираме за ова.

Klaus Hipp & Stefan Hipp

за добро **Здравје**

Акни и црвенило, а поминал пубертетот

Розацеата ја нарекуваме и акни кај возрасни. Се јавува ненадејно со вцрвување на лицето, кое брзо поминува и пак се повторува. По некое време се појавува постојано црвенило во средишниот дел на лицето и може да се прошири на образите, челото, брадата и на носот

Се вцрвувате и при најмал срам, имате акни иако одамна ви поминал пубертетот или ви се истакнуваат капиларите на кожата. Ова се само неколку симптоми по кои лекарите ќе се посомневаат дека имате розацеа. Од неа може да бидат зафатени и очите, ушите, градите и грбот. Може да се појават ситни крвни садови околу вцрвенетите делови од кожата, на која веќе има и мали мозолчиња. Прим. д-р Лидија Бисеркоска-Атанасовска од „Ре-Медика“ објаснува дека, за разлика од случаите на акни, кога се работи за розацеа на кожата нема комедони - црнки.

- Сите ги немаат сите симптоми, а проширените мали крвни садови може да се резултат и на долготрајна изложеност на сонце, а не на розацеата. Сепак, ако кожата не ја враќа нормалната боја, а промените се видливи, одете кај дерматолог - објаснува д-р Бисеркоска-Атанасовска.



КОГА СЕ ПОЈАВУВА БОЛЕСТА?

Мали црвени мозолчиња, од кои некои со гној, се појавуваат на лицето придружени со црвенило и видливи тенки крвни садови на површината на кожата. Во потешки случаи се развива и ринофима, кога лојните жлезди се зголемуваат и прават оток и црвенило на долната половина од носот до образите.

- Ринофимата најчесто се јавува кај мажи. Околу 50 проценти од луѓето со розацеа имаат печење и чешање на очите. Тоа е конјуктивитис, кој може да направи компликации на видот - вели нашата соговорничка. Розацеата најчесто се појавува кај возрасни од двата пола, на возраст од 30 до 50 години, кои имаат

Розацеата најчесто се појавува кај возрасни од двата пола, на возраст од 30 до 50 години, кои имаат светла кожа



Прим. д-р Лидија Бисеркоска-Атанасовска

ат светла кожа. Понекогаш болеста е почеста во менопауза, па жените често се жалат на голема чувствителност на козметички препарати. Заболениите од розацеа треба да избегнуваат топли пијалаци, зачинета храна, кофеин, алкохол и долга изложеност на сонце. Престојот на сонце мора да се ограничи, да се носи капа и на секои два часа да се мачкаат кремове со заштитен фактор над 15. Треба да се избегнуваат и екстремно ниски температури и што почесто да се биде на чист воздух.

ПОСЕБНА ТЕРАПИЈА ЗА СЕКОЈ ПАЦИЕНТ

- Лицето не смее да се чеша, трие или масира ниту, пак, да се користи козметика и производи за лице со алкохол. Пациентот треба да води дневник дали црвенилото се појавило од храна, активности, лекови - докторката ги советува пациентите. Д-р Бисеркоска-Атанасовска препорачува комбинација на третмани за секој пациент посебно. Подобрување кај нив се забележува по три-четири недели терапија, а поголем ефект има по два месеци. - Малите проширени крвни садови се за третман со ласер, а црвенилото може да биде покриено со зелено обоена пудра. Ринофимата се третира со дермабразија, ласер и други хируршки методи - вели Д-р Лидија Бисеркоска-Атанасовска.

СОВЕТУВАЛИШТЕ

За вашите проблеми пишете ни на revita@remedika.com.mk. Лекарите на „Ре-Медика“ ќе ви ипратат одговори на мејл, а дел од нив ќе бидат објавени во наредното издание на „Ревита“

P&O

Одвреме-навреме, кога ќе се закашлам, плукам по малку крв. Дали сметате дека тоа е сериозен проблем?

Марко Стојановски од Скопје



Проф. д-р Андреја Арсовски

Проф. д-р Андреја Арсовски, торакален хирург - Плукањето крв може да биде најбезопасен, но и сериозен симптом. Треба да се сфати многу сериозно и сериозно да му се пристапи. Причината може да биде од најбанално пукање на некој капилар во носната или оралната слузница, но некогаш може да биде и еден од првите знаци за развој на карцином на белите дробови. Во секој случај, пациент што плука крв мора многу сериозно да се прегледа. Ако се исклучи банална причината, се прави бронхоскопија. Не треба да се крева паника, но не треба ниту лежерно да се сфати.

Дали калциумот што го примам ќе предизвика појава на калцификати во телото? Дали се штетни млечните производи за повозрасни?

Виолета од Битола



Прим. д-р Иванка Стефановска

Прим. д-р Иванка Стефановска, ортопед - Појавата на калцификации во крвните садови или околу зглобовите не се должи на зголемено

внесување калциум. Што се однесува до млечните производи, напротив, тие треба да се конзумираат во поголемо количество, но да бидат со понизок процент на маснотии.

Дали е оправдан стравот од будност при општа анестезија?

Александра од Куманово



Д-р Звонко Крстевски

Д-р Звонко Крстевски, анестезиолог - Постојат три главни вида анестезија (целосна обезболеност) што дозволува да се изврши одреден хируршки зафат врз пациентот: општа, спроводна и локална анестезија. Локалната обезболува само мал дел од полето што се оперира. Спроводната анестезија е таа што обезболува поголем регион од телото и постојат спинална, епидурална или периферна блокада на дел од телото.

Општата анестезија е таа од која пациентите најмногу се плашат бидејќи вештачки се заспиваат и се одржуваат во сон сè до завршетокот на интервенцијата. Најчесто им е страв од тоа дали ќе се разбудат и дали ќе „слушаат“ во текот на интервенцијата.

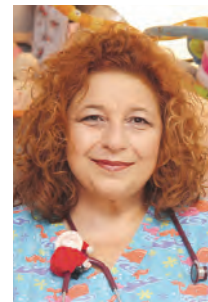
Современата анестезија овозможува комплетен мониторинг на пациентот во текот на операцијата, при што се следат срцевата работа, дишењето, релаксацијата и сонот, со што се избегнуваат компликации во текот на анестезијата.

Кога пациентите во тек на општа анестезија се релаксирани и не може да реагираат, примиле само

аналгетици за обезболување, а премалку хипнотици, кои го одржуваат сонот, се случува да им се пожалат на докторите дека во текот на операцијата слушале, но не можеле да реагираат. Тоа во „Ре-Медика“ се избегнува со стандардно користење најсовремен мониторинг, со што се обезбедува целосна безбедност за пациентот со одлична обезболеност и контрола на длабочината на сонот со мерење ентропија (ЕЕГ-сигнал од мозокот) и се избегнува несаканата будност во текот на операцијата. Користиме најсовремени краткотрајни анестетици, кои обезбедуваат пациентите лесно да се разбудат и да немаат несакани ефекти од анестезијата, како тешко дишење, гадење и повраќање.

Кога е најдобро да се прекине со доење на бебето?

Марија Петровска од Скопје



Прим. д-р Марина Поп Лазарева

Прим. д-р Марина Поп Лазарева, педијатар - Препораката на педијатрите (вклучително и СЗО и УНИЦЕФ), базирано на медицински релевантни студии, е дека децата треба да се дојат во првите 4-6 месеци, а потоа постепено да се почне со воведување дополнителна храна, со која ќе се заменуваат подоите. Оптимално е доењето да трае до 12 месеци, а по избор и подолго. Кога децата ќе почнат да внесуваат и друга храна освен мајчиното млеко, доењето станува поважно од имунолошки аспект и комфор, а не само поради исхрана.

ПРЕДИЗВИЦИ

Предаден првиот извештај за општествена одговорност во ОН

Првата приватна општа болница „Ре-Медика“ го предаде првиот извештај за општествена одговорност на мрежата кон Глобален договор на ОН, чија членка стана во 2011 година. Со придружувањето, болницата ги прифати десетте принципи за добро корпоративно управување, кои ја претставуваат основата на овој договор. Почитувајќи ги, меѓу другото, покажа грижа за корисниците на медицинските услуги, вработените, установувањето стандарди, заштитата на животната средина, етичкото управување, односно сет вредности што демонстрираат општествена одговорност.

- Нашата определба е цврсто да чекориме по патот за кој се определивме, при што интерно истото тоа прераснува во двигател на најдобри практики што привлекуваат, зачувуваат и ги мотивираат нашите вработени, а ќе ја зголемат нашата оперативна ефикасност. Нашиот бизнис има проактивна улога во борбата против предизвиците со кои се соочува општеството во моментов, со што посебно се гордееме. На тој начин ја задржуваме репутацијата што ја имаме - пишува во извештајот генералната директорка на болницата Елица Јорданова.

Извршната директорка на мрежата на Глобалниот договор за Македонија, Никица Кусникова, за извештајот на „Ре-Медика“ изјави дека посветеноста, разбирањето и примената на овој концепт во целокупното работење на болницата се пример за целиот сектор. „Ре-Медика“ е прва приватна здравствена установа што објави извештај за општествена одговорност.



Поволности по повод роденденот на „Ре-Медика“

По повод осмиот роденден, кој „Ре-Медика“ го слави на 7 април, сите пациенти на болницата во текот на овој месец, секоја сабота, ќе може да добијат бесплатни консултативни прегледи од врвни специјалисти. Прегледите претходно треба да се закажат на телефонскиот број 072 443 802, секој работен ден од 10 до 14 часот.

Исто така, болницата ќе подели вредносни ваучери за користење здравствени услуги на своите пациенти. Сите добитници на ваучерите ќе бидат известени со СМС.

Кампања за здрави ѝрбети на децата

Истражувањето во седумте основни училишта во општината Центар покажа дека родителите имаат познавања за сколиозата, но мали и недоволни. Оваа болест се јавува многу незабележливо, родителите сами тешко може да ја откријат во првата безболна фаза, а кога е веќе видлива - штетата е направена. Таа, и покрај редовните систематски прегледи, многу често е застапена. Сколиозата, пак, носи страшни последици во натамошниот живот.

- Кампањата на „Ре-Медика“ има за цел да се издигне свеста на родителите за искривувањето на ѝрбетите на децата, да се поттикне нивното редовно следење, особено во периодот на интензивен раст, како и да се укаже на важноста на редовни физички активности - изјави прим. д-р Иванка Стефановска, ортопедски хирург.



Оформено советувашиште за доење

Секој вторник и петок, од 17 до 20 часот, мајки добиваат одговор на сите дилеми поврзани со доењето од тимот педијатри-неонаталози на „Ре-Медика“. Во советувашиштето е ангажиран искусен професионален стручен тим, кој обезбедува соодветна медицинска стручна поддршка со совети и практична помош за да се надминат одредени проблеми и тешкотии во доењето.

Заинтересираните мајки може да закажат термин за совет секој работен ден на телефонскиот број 2603 110. Директен контакт во советувашиштето, во вторник и во петок од 17 до 20 часот мајките може да остварат на телефонскиот број 2603 145.

ПРОБАЈТЕ НОВО РЕШЕНИЕ ЗА ИСКАШЛУВАЊЕ.



Хербион®

Хербион® сируп од бршлен.

Ново решение за **искашлување на секретот**.
Развиен и произведен според најновите научни
упатства на Европската агенција за лекови кои
обезбедуваат квалитет, ефикасност и безбедност.

www.krka.si

 KRKA

*Нашата иновативност и знаење
создаваат ефикасни и сигурни
производи со највисок квалитет.*

Секогаш внимателно прочитајте го упатството.
За дополнителни информации обратете се кај Вашиот доктор или фармацевт.

Избери ја работата што ја сакаш за да не работиш

Во семејството Алушовски сè се заснова на чесност, почитување, љубов и на работа, а кога е спортот во прашање, гените си ја завршиле работата. Мимоза е горда сопруга на спортска легенда како Стевче и уште погорда мајка на талентираниите млади ракометари Дарио и Дона

Ако сакате да се убедите дека залезот на една спортска играчка кариера не е крај, ами почеток, погледнете го македонскиот ракометар Стевче Алушовски, а ако сакате да направите слика за модерно, успешно и задоволно семејство, во кое сè е засновано на работа, љубов, посветеност и на чесност, тогаш соберете ги на едно место сите Алушовски - Мимоза, Дарио, Дона и Стевче. И не берете гајле дека мора да го познавате ракометот. Со нив е лесно, оти се и спортисти и љубители на добра скара, кафе и на убав муабет, ем шампиони, ем скромни. Ги посетивме во нивниот дом под Водно во Скопје, каде што сега живеат по 26 години поминати во родната





Битола на Стевче и на Мимоза.

- Децата се скопјани, а нас нè влече и Битола - велат тие.

Си работат гените, не за џабе Дарио тренира за голман, Дона е крило во ракометната академија на македонскиот шампион Металург, а Мимоза најверниот навивач. Стевче е приказна за себе. Како машинскиот инженер стана македонски ракометар со најдолг стаж во репрезентацијата со дури 243 одиграни натпревари и 24 титули по настапите во четири клуба.

- Пред крај сум на професионалната играчка кариера. Кога ќе подвлечам сè, задоволен сум од мојата кариера. Сум настапувал во четири клуба. А сè почна кога се распадна поранешната држава во која живеевме. Студирав машински и паралелно играв ракомет. Признавам, сопругата, тогаш моја девојка, многу ми помагаше. Го завршив факултетот успешно, како што играв и на теренот. Кога во 2009 година се пласиравме на Светското првенство, добивме стипендија и јас ја искористив за постдипломски студии по спортски менаџмент - ја почнува Алушовски својата приказна.

ИМАМ ШТО ДА ИМ ПРЕНЕСАМ НА МЛАДИТЕ

Вели дека сака да продолжи во ракометот. Сака да работи со младите таленти, да биде тренер, оти, вели, во својата кариера имал големи учители и тоа знаење стекнато од нив сака да им го пренесе на идните македонски ракометни асови.

- Сакам да останам во Металург бидејќи во Македонија во тој клуб се работи најправилно со младите и со првата екипа. Металург е голем клуб со европски амбиции и тоа и го покажува. Се гледам таму и понатаму. Ќе видиме. Наскоро ќе знам што понатаму - оптимистички си ги кажува желбите.

Впрочем, оптимист бил отсекогаш, како што е и голем професионалец, посветен на спортот и на работата, пожртвуван, дисциплиниран. Сам не се фали, ама тие што го познаваат не штедат зборови. Велат, ако треба да се напише учебник за добар спортист, тогаш тој треба да се направи според Стевче. А првите реченици во тој прирачник треба да ги напише токму тој.

- Тоа ми импонира. Прво би напишал - упорност и многу работа. Ентузијазам секако, но ентузијаст можеш да бидеш три дена, а упорноста треба постојано да биде присутна. Во животот се водам од мислата на Конфучиј: „Избери ја работата што ја сакаш и нема да мора да работиш ниту еден ден во животот“. Вреден сум, упорен и сакам да работам. Тоа ми е во гените. Дедо ми играл фудбал до 45-та година - вели Стевче.

Спортските гени си го направиле своето. Мимоза го слуша разговорот внимателно, исто како што работи внимателно со децата. Ама не додржа.

- Гените не се шега. И децата го наследиле тој ген. И синот и ќерката тренираат ракомет во Металург. Синот е голман кај Данило Брестовац, а ќерката Дона игра крило кај Јулијана Црвенковска - се надоврзува Мимоза.

Разговорот за нив им го сврте вниманието на Дарио и на Дона, кои до-

тогаш гледаа фудбалски натпревар. Дарио е од „бандата“ на татко му кога женскиот дел од семејството гледа женски серии.

- Порано другарите ни бараа да им носиме автограми од татко ни. Сега бараат и влезници за натпреварите на Металург - се шегуваат децата.

Ама така е кога имаат спортска звезда дома.

- Децата ги воспитувам онака како што мене ме воспитувале, да бидат вредни и чесни. Пред да се вработи сопругата, таа беше повеќе со децата и околу куќата, а сега јас се вклучив во тоа повеќе - раскажува Стевче. И Мимоза вели дека воопшто не е тешко да се биде сопруга на врвен ракометар.

- Заедно сме 23 години, од кои 15 во брак. Имаме многу заеднички работи. Сите сме планинари и често го искачуваме Пелистер. Дома заеднички ја креираме играта и за многу работи уште од почеток се согласуваме, освен за сериите - се шегува Мимоза. Тековните проблеми кај Алушовски не се сфаќаат премногу стресно, како дома така и на теренот, каде што за Стевче царува напорната работа. - Не треба да има стрес, особено не во спортот. Кај нас премногу трагично се сфаќа поразот, со стресови. Победите ги славиме до небо. Но поразот е секогаш многу трагичен. Ко-



КАДЕ ШТО
здравјето се паѓа!

га натпреварите се позгуснати, нема многу време за размислување и се претвораш во машина, па и немаш време за големи преиспитувања, анализи и проверки - вели Стевче.

ПРВО АНАЛИЗА ВО ГЛАВА, А ПОТОА НА ДЕЛО

Но во животот е поинаков. Убаво анализира сè, создава слика во главата, па потоа прави што ќе прави.

- Терезија сум во хороскоп и сакам сè да измерам и сè прво да ми биде во главата. Прво јас да си го дозволам тоа, па потоа следува реализација. Мора сè да биде добро анализирано за да биде успешно - додава ракометарот. Скромен е и покрај многуте успеси, титули, подвизи, дури и сега, на залезот на професионалната играчка кариера, не знае за крај. Сака нов почеток. И покрај сè, не смета дека е славен, а место тоа, кога некој го персира, се чувствува старо. Ама не поради седата коса ниту поради тоа што ја раситнува 40-та. - Во ракометот нема млад, стар. Ме нервира кога некој ќе рече стар или млад играч. Има добар и лош играч. Не се пријавувам да пеам на „Златно славејче“, па да сум стар за тоа. Спортот е наука, со одрекувања од мно-

Имам ритуал, ама верувам во Бога



Заспортистите важе дека имаат свои ритуали пред натпревар, дека се суеверни. Сакавме да чуеме дали и Стевче е од тојков, но иконите во неговиот убаво наместен дом како да не премислуваа. А мене одолеавме да прашаме.
- Имам ритуал пред натпревар. Уште од дома, кога ќе влезам во автомобилот, ќе го допрам крстот што ми е закачен на ретровизорот, како и иконата што ја имам. Во соблекувална прво облекувам десен чорап, па лев, па десна патика, па лева. Не сум суеверен и верувам во Бога, а тоа со ритуалите е повеќе спортски, останало со годините - признава тој.

гу работи и посветување на него - го поткренува малку гласот.

ЗНАЕВ ШТО СМЕ НАПРАВИЛЕ ЗА МАКЕДОНИЈА КОГА ВИДОВ КАКО НАЦИЈАТА ПЛАЧЕ

Алушовски е и еден од најомилените ракометари на публиката. А таа, пак, нему му е соиграч. Сака да ја радува и да се радува со неа. Најмногу му прави мерак кога ќе изработат добра акција, која ќе заврши со добар гол, сеедно дали негов или на некој од соиграчите, или, пак, добра одбрана на голманот. Нешто што ќе ја крене целата публика на нозе. За него играта е цел еден филм, а тимот како колектив, заедно со публиката, е дел од тој филм, па се радува за сечји успех. - На терен работиме осмислени акции, но некогаш се излегува од тој шаблон. Еве конкретно, тајмаут се зема за тимот психички да се смири

и набрзина да се каже како понатаму. Тоа изгледа хаотично, но кога, на пример, Лино ќе каже „шведско лево“, ние знаеме која е таа акција. А публиката е многу важна, особено во ракометот, дава поттик, бодри и толку влијае што двојно повеќе даваме од себе - објаснува Стевче. По природа не е горделив, не се удира в гради, го издава сопругата, ама кога се работи за клубот, за репрезентацијата, за Македонија, тогаш главата е високо крената. - Најдраги моменти ми се кога илјадници Македонци се собраа на плоштад да нè поздрават. Кога гледаш како луѓето плачат од радост, стануваш свесен колку си направил за нацијата, за државата, за клубот. А за да се исполниш себеси и другите, треба работа. За мојата позиција крило, пак ќе речам, најважна е упорната работа, исто колку и да имаш добар зглоб, рака, добар шут, паѓање - заклучува. Е, арно ама, Алушовски не паѓа. Кај него паѓаат само главите.



сцена

Модерна ба

Преку моделите од новата колекција Маја Кикириткова не создава само облека. Тргува од 1600 година, се движи низ високите баронски кругови, па од нив ги пренесува енергијата и стилот на животот

Можеби ќе звучи чудно, но за Маја Кикириткова уште од мали нозе се знаело дека ќе биде моден креатор, иако имала интерес и за природните науки. Ако тогаш ја пречекувала мајка си од работа во модели што самата ги правела од ќесиња за прашок за перење алишта, потоа ги проучувала природните науки за двата интереси да ги спои во еден, сега за модата, која ја претвора во уметност, им предава и на студентите како асистент на Технолошко-техничкиот факултет при универзитетот „Гоце Делчев“ во Штип. Со многу љубов им ги пренесува и искуството и знаењето.

А тие не се мали, не поради шесте години работа како моден дизајнер, ами многу повеќе поради многубројните колекции и кај нас и во странство. Најновата возбуда нашата модна креаторка ја предизвикува со колекцијата претставена на Модниот викенд во Скопје.

– Можеби не сме имале барок, но во кодот сепак тој е дел од нашето свет-



ско наследство - вели Кикириткова.

Преку моделите од новата колекција, Маја не создава само облека. Тргува од 1600 година, се движи низ високите баронски кругови, па од нив ги пренесува енергијата и сти-

лот на животот. Користи цврсти и, како што вели, тешки материјали како брокатот, а во делата тој со губење на текстурата преминува во лелеави свили, тантели. Во исто време цврстината ја утврдува со бисери.

рокна бајка

- Лајтмотив е златната лента, преку која се поврзани сите модели. Во целиот концепт главна улога игра светлината. Преовладуваат нијанси на белото и неговиот контрастен одблесок на црна површина, „прошаруваат“ златни „моменти“, кои го симболизираат сончевиот колорит - вели Кикириткова.

Колекцијата содржи 16 женски и еден машки модел. На жената, вели креаторката, ѝ ја дава целосната слобода во ограничениот простор, која таа го контролира.

- Таа е остра, има задача да ја скроти природата на нештата, а со тоа и да управува со неа - додава нашата соговорничка.

Презентирањето на новата колекција е поддржано од Ана Јорданова, основач на продукциската куќа „Луминари медиа“, а и од самата куќа. За бајката да биде комплетна ги искористија просторот и душата на винарницата „Стоби“ и работеа заедно со искусни професионалци, но и со млади и многу надежни аматери.



„Ани и Дими“, фотографско студио што е веќе докажано, ја работеше професионалната фотографија. Стефан Соколовски, пак, беше задолжен за работната атмосфера и фотографијата за работите на и зад сцената. Моделите Ана Калачоска и Илија Илов, кои се од поодамна присутни во светот на модата, пак, соработуваа со младите Иларија Кирилов и Сандра Јовановска, нови но надежни имиња. За колекцијата накитот го изработи Олгица Стојковска, а „Оливети“ беше задолжена за чевлите.

- Студиото „Диор“ од Штип, или поконкретно Зоки Давитков, го наполни целокупниот изглед со фризура и шминка. Колекцијата ексклузивно ќе се продава на веб-страницата „Бастет Ноир“ - вели Кикириткова.



Здравје, мода и **етика**

Хуманитарна модна ревија – „За Емилија убавината е добрина“



Целта е промовирање на здравјето кај бубрежно болните, издигнување на свеста за зголемена потреба од пресадување бубрег од жив донор во Македонија и хуманитарна помош за бубрежно болните, преку финансиски средства и мотивирачка литература

Два факултета од универзитетот „Гоце Делчев“, Технолошко-техничкиот (катедра за моден дизајн) и Филозофскиот, во копродукција со режисерката и продуцентка Ана Јорданова, основач и извршен директор на „Луминари медија“, работат на несекојдневно хуман, интердисциплинарен и мултимедијален проект од областа на културологијата и модата. Тие подготвуваат модна ревија и аукција на женска колекција од донацијата на Емилија и Марија Кукубајски, донесена од САД.

Целта е промовирање на здравјето кај бубрежно болните, издигнување на свеста за зголемена потреба од трансплантација на бубрег од жив донор во Македонија и хуманитарна помош за бубрежно болните, преку финансиски средства и мотивирачка литература.

Катедрата за дизајн на универзитетот работи на креации или интервенции аплицирани на високоелегантните фустани од колекцијата пролет-лето, со акценти од мониста и везови во современ стил, донирани од народните ракотворби на Лиљана Лакиќ и членки на ЗДМ.

Средствата од аукцијата ќе бидат наменети за подобрување на условите во центрите за дијализа во Скопје и во Штип, чиј пациент беше прерано починатата жртва на бубрежно заболување „лупус нефритис“, Емилија Кукубајска (1979-2006 г.). Оваа американско-македонска писателка, хуманист и нутриционист, до својата 27 година достоинствено и полна со љубов за животот и за луѓето се бореше да пронајде лек и на универзитетот „Харвард“ во САД и во Германија и во Македонија. Во чест на нејзината 11-годишна храбра и восхитувачки инспиративна борба за спас од дијализа, оваа акција е продолжување на идејата и практиката за подобрување на квалитетот на живеење и



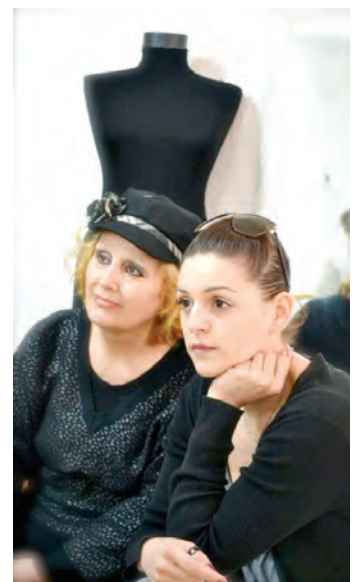
кај болните и кај општата популација, преку промоција на етичките вредности како примарна естетика во „Екологија на душата“. Тоа е и мисија на невладината организација ЕМАРИ, основана од Емилија заедно со нејзината мајка Марија, во Вашингтон, Арлингтон, САД, во 2004 година.

Д-р Марија Емилија Кукубајска е доцент на штипскиот универзитет и предава на Филозофски факултет. Дел од оваа колекција лани таа презентира на меѓународна конференција на „Харвард“, преку нејзиниот научноистражувачки труд од областа на културологијата, модата и етиката како естетика.

Насловот на продажната изложба на моделите од САД е „27 мета-материјали за квантната биоетика на Еми“, и тој соодветствува на фасцинацијата на Емилија со космологијата, човековите вредности и со здравјето.

Мултимедијалната ревија е во режија на инвентивната и фасцинантна Ана Јорданова. Дизајнерите м-р Маја Кикирићкова, м-р Сања Спасова и м-р Ванѓа Димитријева, асистентки на Технолошко-техничкиот факултет, ќе ги изложат дезените со креативни интервенции на студенти на универзитетот. Настанот ќе го отвори деканката доц. д-р Венета Сребренкоска, а д-р Кукубајска ќе ја проследи изложбата со свои мини-есеи, дел од нејзината најнова книга „27 мета-текстови за Еми“ - велат професорите.

Модната ревија со аукцијата ќе се одржи во Мултимедијалниот центар на универзитетот „Гоце Делчев“ во Штип, на 24 април 2013 година, во 18 часот.



за сите **сетила**

АНТИЧКАТА МАГИЈА НА СТОБИ ПРЕСЛИКАНА ВО ДРВО И ВО КАМЕН

Барик е всушност мало дрвено буре од 225 литри, ама името уба-во му легнало за вински подрум, па си останало така. Подрумот на „Стоби“ е дел од винарницата, ама забоден в земја. Ем традиционален, ем модерен. Ја измамил мајсторската рака да го пренесе него во виното и во тулите, во барикот и во раскошот од традиција, вера и архитектонско совршенство



На виното му треба љубов исто како и на човекот, за од одлично да стане совршено. Во винарницата „Стоби“ знаат како се прави тоа и затоа го направиле најуникатниот барик на овие простори. Таму ја чуваат за нив скапоцената напивка, наточена во дабови буриња, зад дверски порти, девет метри под земја, меѓу делкан камен и дрво, под црковни сводови наденати на масивни столбови. Таков е винскиот подрум на Стоби. Врзал во себе приказни натопени со традиција што се протега од првото буре до археолошкото наоѓалиште на неколку километри понатаму. Или, пак, „Стоби“ ја измамил мајсторската рака да го пренесе него во виното и во тулите, во барикот и верата, во традиција и архитектонско совршенство.

ЕМ ТРАДИЦИОНАЛЕН, ЕМ МОДЕРЕН

Барик е всушност мало дрвено буре од 225 литри, ама името убаво му легнало за вински подрум, па си останало така. Подрумот на „Стоби“ е дел од винарницата, ама забоден в земја. Ем традиционален, ем модерен.

Проектот за барикот го направила архитектот Вера Жежељ од „Бетон“, водена од визијата на инвеститорот и од својата умешност да ја долови традицијата. Му дала душа, го облагородила да раскажува по една винска приказна, исто како што таа нам ни ја раскажа нејзината приказна за градењето на барикот.

- Заминав за Верона, во месноста Соаве, целата со непрегледни лозја и винарници. Секоја од тие винарници си имаше своја приказна. Решивме и нашиот барик да има своја приказна, па предложивме барикот во „Стоби“ да има сводови како нашите православни цркви. Покривот

е на девет метри висина над просторот од 900 квадратни метри, каде што стојат бочвите и бариците. Проектиравме осум калоти и четири цилиндрични форми централно поставени, носени преку пандатифите и лачните греди до шест слободни и десет утопени столба во сидовите, секој со свој постамент и капител - ја почнува архитектот својата приказна како го направиле барикот.

Осветлувањето е посебно доживување, кое до совршенство ја дополнува целата слика на древна магија. Како секој зрак светлина да краде по еден здив од секој посетител-намерник, по една голтка од најубавите вина.

- Капителите и постаментите ни послужија за поставување светилки што од нигде не се гледаат, а даваат различни светлосни ефекти. Такви се и подните светилки што фрлаат снопови светлина на релефните камени сидови - објаснува Жежељ.

Е, сидовите се приказна во приказната. Посебна епизода во филмот. Големите сидови, големи идеи и уште поголеми зафати.

- На нив вметнав елементи од сидарија, и тоа по урнек од нашето археолошко наоѓалиште Стоби. Вградив двапати по три реда сидарија од специјално направена тенка долга тула. На сидот покрај кој се движат посетителите на барикот има четири ниши како оние од Стоби, кои сакавме да ги промовираме - дополнува архитектот.

КАМЕН ПО КАМЕН ДО ВИСТИНСКА МАЈСТОРИЈА

Да се изсида каменот е вистинска мајсторија, а неа најдобро ја знаат мајстори од Мала Преспа. Сите камења ги делкале и ределе еден по еден. Цели 550 квадратни метри под црвен како виното.

- Подот е од златиборски црвено-сив камен. Сакав да изгледа како да е газено врз него. Во Македонија нема технологија за таква обработка, па работата беше завршена во Италија. Така добивме под од камени плочи со



Во барикот сакавме да го внесеме Стоби, неговата душа, традиција и архитектура. И успеавме. Ги споивме традицијата и модерната техника и го направивме најуникатниот вински подрум на овие простори



Вера Жежељ,
архитект



различна големина, со излитени рабови, а одозгора измазнети, како калдрмата во Старата скопска чаршија - се присетува нашата соговорничка.

Во барикот од околу 900 квадратни метри има околу 450 бочви и буриња, наредени амфитеатрално по големина, во форма на буквата П. Стегнати со челичните обрачи се претопуваат со каменот наоколу. За да се добие впечаток дека во барикот влегувате како во подрум, просторот каде што се помалите бочви и буриња е спуштен со неколку скали над кои во повисокиот дел доминираат големите скапи бочви од 5.000 литри. Тој дел, визуелно преку висечка стаклена преграда, се надоврзува со енотеката на долното ниво и со собата за дегустација над неа. Тука, на полиците од енотеката, лежат 16.500 шишиња вино.

- Голем предизвик беше и креирањето на надворешниот изглед и влезот во барикот, а да не се наруши целината на фасадното решение на комплексот. Влезот го потенцирав со камен и дрво, материјали што доминираат во внатрешноста. Тука е проектирана дрвена стреа, со големи дрвени порти под неа, и прозорец со големи дрвени лизгачки капаци над неа, вметнати во ѕидаријата од камен. А како финиш, над прозорецот е логото на винарницата „Стоби“, излеано во бронза - вели Жежељ.

И УМЕТНОСТ И ТЕХНИКА

Во целата таа реплика на старина и традиција сепак не можело и без модерната техника, оти на барикот му треба специјална микроклима. Влажноста мора да биде 75-80 проценти, а температурата и во најголемите горештини да не премине од 14 до 17 Целзиусови степени.

Бариците обично се во подрум, затоа и се викаат вински подруми. Но овој е практично навлезен во земја и само неговата северна страна се гледа од терен, со зелен покрив од земја, трева и ниски растенија.

- За одржување на температурата е направен еден специјален и многу специфичен начин на ладење на калотите од барикот што досега, колку што знаеме ние, го нема како техничко решение за постигнување микроклима во барик. Тоа е систем од цевчиња низ кои струи студена вода што ги лади калотите, но без појава на кондензација. Сето ова за нас беше вистински предизвик за од нас да излезе целото наше инженерско умевање, и во техничка и во естетска смисла. Сè што е внатре и надвор во овој објект од дрвен масив го дизајнирав со колегите од занаетчишкиот погон на „Бетон“, каде што и се изработија - вели Жежељ, не криејќи колку се надградил со овој проект, и покрај нејзиното 30-годишно искуство како архитект, поради што е и емотивно врзана за него.

Ентериерот на барикот го почнала во септември 2009 година, а објектот е целосно завршен на 15 октомври 2011 година. Оттогаш секој мал барик врзува по еден намерник. Му раскажува приказна. Пивка како рујното, топла како традицијата, стара како Стоби.

Ентериерот на барикот го почнала во септември 2009 година, а објектот е целосно завршен на 15 октомври 2011 година. Оттогаш секој мал барик врзува по еден намерник. Му раскажува приказна. Пивка како рујното, топла како традицијата, стара како Стоби.



Нова природна супер енергија од **Виталиа** за оваа пролет



Др Нела Деспотовска
– нутриционист од
Виталиа компанија
лидер за здрава храна

Љубовта кон здравата храна и желбата да ги задоволеме барањата на нашите ценети потрошувачи со иновативни здрави производи се движечката сила на Виталиа изминативе години. Успешното следење на најновите трендови во здравата храна, експертизата, долгогодишното искуство и постојаното воведување на нови и уникатни ингридиенти со предзнакот “здрavo и корисно за човечкиот организам”, ја движат Виталиа секогаш да биде чекор понапред. Токму на почетокот на годината, во која ја прославуваме 20 годишната успешна приказна за здравата храна со која градиме здрави генерации, ви ја претставуваме новата линија на производи:



Vitalia Sweet Stevia е 100% природен и здрав засладувач кој потекнува од растението *Stevia rebaudiana*, познато како “сладок лист” употребуван од страна на индијанските племиња пред повеќе од стотици години токму поради своите извонредни карактеристики.

Vitalia Sweet Stevia е единствената безкалорична природна алтернатива за белиот шеќер со 0 калории, 0 шеќери, без вештачки засладувачи и низок гликемиски индекс што го прави овој производ идеален за диетална исхрана. Како резултат на безкалоричноста, единствениот вкус и природната слаткост се препорачува за намалување на телесната тежина, за сите оние кои сакаат витка фигура, за дијабетичари и луѓе со кардиоваскуларни нарушувања. Засладете ги вашите напитки и десерти со Vitalia Sweet Stevia и уживајте во омилените слатки вкусови, но отсега со многу помалку калории.

1 кафена лажичка Vitalia Sweet Stevia заменува

2 кафени лажички бел шеќер или 15,4 калории. Само со едноставно засладување на чајот, кафето, свежо цедените сокови и останатите напитки со Vitalia Sweet Stevia драстично ќе го намалите неделниот внес на калории.



ЧИА - супер семе со извонредни карактеристики. Познато е уште од времето на древните култури и претставувало значаен извор на енергија на Маите и Инките. Поради извонредните карактеристики на семето Маите му го дале називот “Chia” што значи “Сила”. Чиата е најбогатиот растителен извор на Омега-3 масни киселини (дури 30%), Омега-6 масни киселини (10%), протеини и моќни антиоксиданси. Ова “супер семе” како што го нарекуваат нутриционистите е одличен извор на есенцијалните минерали фосфор, манган, калциум и цинк), а содржи и висок процент на диетални влакна. Со негово редовно консумирање ќе почувствувате зголемено ниво на енергија и подобро расположено, подобро на концентрација, работна способност и појасно размислување. Богатството од Омега-3 масни киселини влијае на намалување на високиот крвен притисок и намалување на холестеролот во крвта. Позитивно влијае во одржување здрави коски поради висок процент на калциум, една лажица семе од чија содржи исто количество на калциум како две чаши млеко. Високиот процент на диетални влакна (растворливи и нерастворливи) во семето од чија позитивно влијае при дигестија на храната, перисталтиката на цревата

и го елиминира проблемот со опстипација, а исто така позитивно влијае во одржување здрава телесна тежина и витка фигура.

А, за љубителите на слатките задоволства Кранчи мусли со темно чоколадо и Гранола бар со кикирики, збогатени со семе од чија.

Кранчи мусли со темно чоколадо и чија се

супер вкусна и здрава комбинација од крвави житарици, семе од чија, темно чоколадо, зебра стагчиња и чоколаден корнфлекс за исклучително и единствено уживање. Тие се природен извор на нутритивни материји неопходни за активен ден. Благодарение на богатството од диетални влакна позитивно влијаат на дигестијата на храната и забрзување на метаболизмот.

Вашите омилени гранола барови отсега и со нов вкус - **Гранола барови со кикирики и чија.**

Совршената комбинација на овесни снегулки, семе од чија, кикирики и мед засладени со кафеаво Крцкава, здрава и вкусна ужинка за секој дел од денот.

Виталиа – 20 години љубени во здравата храна



шеќер.



SERVICE

15-551

ТАКСИ ПРЕВОЗ ЗА СЕКОЈА ПРИГОДА

contact@intaxi.mk



Кеј 13 Ноември бр.28, 1000 Скопје

Дома

ПРОЛЕТНО

разубавување на домот

Како да го освежиме просторот во кој живееме без голем напор, инвестиција или трошење многу време? Архитектката Викторија Будимовска-Скарочева нè советува како да направиме пролетно освежување на домот во неколку потези



Игра со бои на СИДОВИ И СО СЛИКИ

За оние што веќе имаат модерен мебел, а сакаат да вметнат некоја мала промена за да ја разбијат монотонијата на сопствениот поглед доволно е еден од постојните сидови да го обојат со интензивна темна боја, или, пак, да постават некој дезениран тапет. Може и старите слики што го красат домот да ги замените со нови или, пак, со црно-бели фотографии од ваши профили. Сега се во мода. Старите слики, секако, зачувајте ги. Сигурно еден ден повторно ќе ги красат вашите сидови.



Освежување со ИНТЕНЗИВНИ НИЈАНСИ

Мислите дека треба стариот мебел да се замени со нов? Погледнете колку убава просторија за дневен престој се добива со освежување. Дрвената конструкција од фотелјите и клуб-масата треба да се бајцоваат и лакираат, а тапацирот да се замени со нов во интензивна боја по ваш вкус. Секако, дополнителна декорација се перничњата, кои се во разни бои и дизајни. А стариот плакар покрај сидот не се ни забележува.



Облога и НОВИ ПОЛИЦИ

Што можете да промените во вашата дневна соба со мала инвестиција? Сидот кај што е поставен телевизор може да се обложи со табли облагородена иверка во темен тон. На тој начин ќе ги прикриете сите кабли што секогаш ни пречат. На него може да се постават полици во посветол тон. И, секако, ефектно светло и мини-украси.

ВКУСОВИ

ВИНО И СИРЕЊЕ ЗА ИГРА СО СЕТИЛАТА

Виното и сирењето отсекогаш биле совршена комбинација. Но таа комбинација треба да се погоди, оти денес има толку многу вина и толку многу сирења, а за вкусовите и да не зборуваме. Основите за комбинирање вино и сирење поаѓаат од неколку едноставни правила, кои ни ги откриваат од винарницата „Стоби“

Лесно вино оди подобро со лесно сирење, додека поструктурни вина одат со потешки сирења, бидејќи потешките сирења можат да го надвлдаат виното доколку е тоа полесно или, пак, вкусот на сирењето воопшто да не

се почувствува доколку виното е структурно. Колку е посолено сирењето, толку виното треба да биде со поинтензивна арома и тело, а со што позачинето сирење оди вино со што поизразена овошна арома. Тврди кашкавали, како пармезанот, бараат вино со поизразени танини, почесто црвени вина, додека полесни и покремасти сирења, подобро одат со вина со поголема киселост, како белите вина. Следниве препораки се веќе проверени и докажани како одлични. Но, велат, вкусот нема пријатели, затоа слободно експериментирајте со ваши комбинации и направете си ваш идеален спој.

Галички овчи кашкавал и „каберне совиньон“

Стар полномасен кашкавал, како добро препознатливиот галички овчи кашкавал, извонредно одговара со вино направено од сортата на грозје каберне совиньон. На оваа исклучителна комбинација тешко може да се остане рамнодушен. Создава чувство на полн вкус, кој за момент прави слика на уживање во миријада вкусови. Вистинска класика.

СЛАТКО.....



'Рчели

Требаат тиква, шеќер, вода и шира, но и многу љубов и умешност за да се создаде слаткото 'рчели. По бабини рецепти. И понатаму ќе беа подзаборавени ако специјалитетот од тиква не се најдеше на менито на ресторанот во винарницата „Стоби“. За традицијата да не потсети дека од даровите на природата магија на вкусови се создава.

Овој вистински предизвик за вкусот, велат, го подготвуваат кога ќе излупат тиква, а потоа ќе ја исечат на мали коцки. На страна ставаат вода и шира да зовријат заедно. Откако ќе зовријат, додаваат шеќер. На килограм тиква оди килограм шеќер.

Тиквата ја варат околу два-три часа. Садот со сварената тиква го покриваат со влажна крпа и го оставаат да стои десет часа постепено да се лади. Слаткото се собира во тегла и се чува во студена просторија.

Секоја тегла, нов предизвик.

Слатко и солено - „роксана“ и рокфор

На рокфор-сирењето, како посолено, потребно му е поовошно и благо вино, најчесто „куве“ од сортите врапец, каберне и мерло, како и виното „роксана“. Слаткоста на виното се неутрализира со соленоста на сирењето и создава интензивен, но хармоничен вкус.

Младо козјо сирење и „ркацител“ за илузија

Младо козјо сирење одлично се комбинира со вино добиено од сортата грозје 'ркацител. Оваа едноставна комбинација од свежи вкусови на скокотлив начин си поигрува со сетилата, велат експертите за вино. Овој spoj отвора дополнителна арома, која создава интригантно чувство и илузија дека тоа што го јадеме и пиеме е дискретно зачинето со свеж бел пипер, што, пак, прави исклучителен финиш.



PE
прва



МЕДИКА
приватна општа болница

LINEX® Lady

вагинални капсули



најдобрар
сојузник
на женското здравје!



LINEX® Lady

За рамнотежа на вагиналната флора

Linex Lady вагиналните капсули содржат висока концентрација на *Lactobacillus casei v. Rhamnosus Döderlein*:

- брзо ја нормализира флората и pH вредноста на вагината
- спречува размножување на штетни бактерии и габички
- спречува појава на повторни инфекции
- ги олеснува непријатните знаци како: надразнета слузница, чувство на печење, чешање, зголемен исцедок и непријатен мирис

LINEX® Lady содржи потполно природни состојки и дејствува веднаш поради локалната (вагинална) употреба.



член на компанијата Sandoz

Пред употреба прочитајте го упатството!
За повеќе информации консултирајте се со
вашиот лекар или фармацевт.

нега

Подмладување и помалку брчки и лузни со филери

Дермалните филери се супстанции од природно или синтетичко потекло, направени за инјектирање во кожата, за да ги пополнат брчките, да ја измазнат контурата на лицето, а им даваат и волумен на усните. Со нив се прави и корекција на различни дефекти на лицето и на телото. Филерите се поделени на три вида, според трајноста на резултатот од терапијата

Филерите најчесто се користат за обем и обликување на контурата на усните, пополнување површни и длабоки брчки, обликување на носот, јаболчиците, брадата, пополнување различни видови лузни (на пример од акни), лифтинг на очните капаци... Привремените филери, објаснува д-р Наташа Теовска-Митревска, дерматовенеролог во „Ре-Медика“, обезбедуваат трајност на ефектите од 2 до 12 месеца, а содржат главно хијалуронска киселина и најмногу се користат оти се безбедни. Полуперманентните филери даваат ефект од 1 до 5 години, а перманентните не се разградуваат.

ЗОШТО ДА ГИ БАРАМЕ ПРИВРЕМЕНИТЕ ФИЛЕРИ?

- Привремените филери што ги употребуваме имаат помалку и привремени и несакани ефекти (особено оние што содржат хијалуронска киселина), додека при апликација на перманентните и полуперманентните има висок ризик од формирање гранулом, тип туѓо тело и други компликации. Од друга страна, модата за формата и за големината на усните се менува на секои пет години, па така се менуваат и желбите на пациентите. Кога ќе се аплицира постојан или полупостојан филер не може да се инјектира друг, бидејќи не се истражени можните реакции меѓу нив. Тогаш не може да се искористат предностите на успехите на модерната наука и новите технологии

- вели д-р Теовска-Митревска. Примената на трајни и полуперманентни филери е ограничена, а во многу држави нивната употреба е забранета, поради сериозните несакани ефекти.



Д-р Наташа Теовска-Митревска

АПЛИКАЦИЈА И РЕЗУЛТАТИ

Пред терапијата лекарот прави консултативен преглед за да се прецизира начинот на аплицирање и решавање на проблемот. Понекогаш треба комбинирање филер со друг вид терапија (на пример инјектирање ботулинов токсин или мезотерапија).

- Лицето се чисти од шминката, се дезинфицира, се нанесува аналгетски крем или се дава анестезија, особено при третман на усните и пределот околу нив. Потоа производот се инјектира во кожата. Терапијата трае околу 20-30 минути, по што може да продолжат секојдневните обврски на пациентот. Првите контроли се за една недела, за лесни докорекции за оптимален резултат - објаснува нашата соговорничка. Резултатите од терапијата се видливи веднаш по нејзиното завршување, но оптималниот резултат е по намалувањето и исчезнувањето на отокот, црвенилото, евентуалните хематоми, што се случува по една или две недели од терапијата. Инаку, несаканите ефекти зависат од типот на производот и од вештината на лекарот. Најчестите од нив се привремени: црвенило, оток и хематоми, кои исчезнуваат спонтано по неколку дена. Кај некои од производите постои ризик од алергиска реакција, формирање грануломи, цисти и апсцес.



Eucerin®

За изедначен и сјаен тен EVEN BRIGHTER

Хиперпигментацијата е состојба при која делови на кожата се со потемна боја. Тоа потемнување се должи на зголемено производство на меланин (пигментот кој ѝ дава боја на кожата) и негово нерамномерно таложење во кожата. Новата линија на производи од Eucerin® EVEN BRIGHTER наменети за третман на пигментните промени на кожата содржи уникатна комбинација на активни состојки. Високоефикасниот и нежен за кожата **Б-резорцинол** го регулира производството на меланин до нормални нивоа, **глицирхетинската киселина** ја штити кожата од штетното влијание на УВ зраците и ја помага нејзината регенерација, а заштитниот фактор од сонце (**SPF 30**) и **УВА** филтерот во дневниот крем ја штитат кожата од создавање на нови пигментни дамки и го спречуваат предвременото стареење на кожата.

За подобри резултати во третман на хиперпигментните промени на кожата и добивање на рамномерен и сјаен тен, ви советуваме да направите комбинација од два производи за нега. Зависно од индивидуалните потреби на кожата на располагање имаме Eucerin® EVEN BRIGHTER дневен и ноќен крем, концентрат и коректор.

НЕТРЕТИРАНА КОЖА

4 СЕДМИЦИ

8 СЕДМИЦИ

12 СЕДМИЦИ

EVEN BRIGHTER
НОЌЕН КРЕМ



EVEN BRIGHTER
КОРЕКТОР ЗА ДАМКИ



EVEN BRIGHTER
КОНЦЕНТРАТ



EVEN BRIGHTER
ДНЕВЕН КРЕМ
SPF 30 + УВ ЗАШТИТА



НОВО

Eucerin® Медицинска нега на кожата со видливи резултати

BDF ●●●●●
Beiersdorf

ЕДНА ПОИНАКВА ФОРМА НА ОМЕГА 3



ОМЕГА 3 МАСНИ КИСЕЛИНИ
ОД КРИЛ, *EUPHAUSIA SUPERBA*

Здрав начин на регулирање на масиите во крвта




- * Помага во регулирање на нивоите на холестерол во крвта
- * Здрав стил на живот
- * Комплетен извор на есенцијални масни киселини
- * Содржи природен антиоксиданс
- * Клинички докажана ефикасност




**АЛКАЛОИД
СКОПЈЕ**
Здравјето пред сè
www.alkaloid.com.mk

БиоКрил АКТИВ

www.krill.mk

 [www.fb.com/biokrillactive](https://www.facebook.com/biokrillactive)