

Журнал «Ваше здоровье» - февраль 2016

С Наступающим 8 марта, милые дамы!

Счастья, любви, улыбок, красоты!

Марк Каценельсон, основатель и генеральный директор Sapir medical clinic



Здравствуйтесь, наши уважаемые читатели! Я Марк Каценельсон – глава израильской компании Sapir medical clinic, которая вот уже который год успешно занимается организацией высококвалифицированной медицинской помощи в Израиле для иностранных граждан.

Мы посвящаем этот выпуск онлайн-журнала «Ваше здоровье» темам, которые актуальны как для женщин, так и для мужчин, потому что февраль и март – это самые настоящие праздничные месяцы. Редакция журнала и я лично поздравляем Вас с чудесными праздниками февраля и марта! Желаем крепкого здоровья, любви, успехов в делах и счастья в отношениях!

Итак, в нашем февральском выпуске информация о том, как:

- правильно и вовремя проходить обследования мужчинам и женщинам,
- не допустить проявления наследственных болезней,
- грамотно следить за собой в любом возрасте,
- контролировать гормональные циклы женского организма,
- избежать разрушения костной ткани после 60 у мужчин.

А также традиционная страничка искрометного юмора ☺

Желаем вам полезного чтения и крепкого здоровья!

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Памятка: Как правильно следить за своим здоровьем?



С годами организм человека изнашивается и, чем старше мы становимся, тем более бережного отношения он к себе требует. Как противостоять патологической наследственности, не допустить у себя самых распространенных болезней возраста и сохранить здоровье на долгие годы мы узнали у сотрудников и врачей Sapir medical clinic - хирурга-маммолога Петра Лангера и онколога

Ирины Жевелюк, заведующей отделением амбулаторного онкологического лечения стационара больницы «Ассута». Подробнее <http://sapirmedical.ru/medical-news/medical-news/573-pamyatka-kak-pravilno-sledit-za-svoim-zdorovem.html>

Гормональные нарушения у женщин



Жизнь женщины – это сплошная смена циклов, и каждый из этих циклов имеет собственный гормональный фон и особенную психоэмоциональную окраску. Вначале менструальный цикл и ПМС, беременности, роды и кормление грудью, а с окончанием репродуктивного возраста – климакс и менопауза, которые также сопряжены с гормональными изменениями в организме женщины и, очень часто, неприятными соматическими и психоэмоциональными ощущениями. Подробнее: <http://sapirmedical.ru/medical-news/medical-news/102-gormonalnie-narusheniy-u-genschin-i-ix-vliynie.html>

Остеопороз у мужчин



Эта информация будет полезна для мужчин, вступивших в возрастную группу старше 50 лет. А те, кому уже за 60, должны познакомиться с ней обязательно. Речь пойдет об остеопорозе – заболевании, подверженности которому среди мужчин ненамного ниже, чем среди женщин. Чтобы избежать фатальных переломов и сохранить свои кости в целостности и сохранности, нужно знать всего 15 важных вещей. О них читайте здесь: <http://sapirmedical.ru/medical-news/medical-news/246-man-to-the-bone-osteoporosis-in-men.html>

Что делает любовь с мужчинами и женщинами?



Высказывание о том, что от любви человек глупеет, не совсем верно: на самом деле от любви глупеют только мужчины, а женщины, напротив, становятся очень сообразительными и находчивыми. Необычный эксперимент провели любознательные ученые из Сиракузского университета в Нью-Йорке: они давали влюбленным парам решать самые простые задачки, и вот что из этого получилось...

<http://9tv.co.il/news/2016/02/17/221793.html>

Смехотерапия)))



Смешная рубрика для тех, кто хочет стать долгожителем: ведь 1 минута смеха продлевает жизнь на 5 минут

Песня о настоящих мужиках от «Уральских Пельменей» - хит сезона!

<https://www.youtube.com/watch?v=hoabBSHN--o>

И второй хит сезона от «Уральских Пельменей» - о настоящих женщинах!

<https://www.youtube.com/watch?v=JaOCrpW6kV8>

Смотрите веселые приколы о настоящей любви!

<https://www.youtube.com/watch?v=CU0zKUH0sUw>