

OTÁZKA & ODPOVĚĎ



**MUDr. LUCIE VALEŠOVÁ,**  
primářka oční  
kliniky DuoVize

JAK SE ZBAVIT BRÝLÍ?

Je mi 40 let a mám 4,5 dioptrie na dálku. Bohužel prý pro mne není laserová operace vhodná. Je to pravda? Co tedy vyřeší odstranění brýlí?

Inka, e-mail

Laserová operace pro vás vhodná je – buď metoda NeoLASIK, nebo NeoLASIK HD. Odstraní vám dioptrie do dálky a uvede vaše oči do stavu zdravého člověka ve vašem věku. Znamená to, že za pár let budete jako ostatní potřebovat brýle nablízko. Tomu se ovšem dá předejít tím, že se na jednom oku ponechá třeba 0,75 dioptrie krátkozrakosti, čímž se potřeba brýlí do blízka odsune ještě o dalších 7 až 10 let. Jiným řešením, které odstraní brýle do dálky a poskytne současně dobré vidění i do blízka, je implantace multifokální nitrooční čočky metodou PRELEX.



Zbavit se vrásek a omladit pleť není dnes žádný problém

# zdravíčko

tipy od lékařů, bylinářek a léčitelů

OMLAZENÍ  
BEZ OPERACE

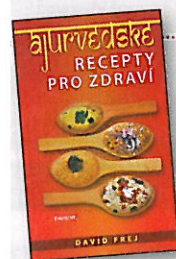


Odstranit vrásky lze díky nejnovějším technologiím bez rezání skalpelem i bez laserů. Takzvaná ablativní rejuvencace je podle primářky oddělení dermatologie kliniky Asklepion MUDr. Hany Šmutkové absolutní revolucí v omlazení pleti. Přístroj eMatrix využívá radiofrekvenční energii. Mezi elektrodami na kůži probíhají elektromagnetické vlny, což vede k prohřívání podkoží, v němž se vytváří kolagen, stahují se póry a mizí jemné vrásky. Povrch kůže téměř není narušen. K dobrému efektu jsou potřebná tři ošetření během čtyř až šesti týdnů.

Pro zdravou pokožku švýcarská receptura

Swiss Panthenol PREMIUM je kvalitní osvědčený kosmetický přípravek. Obsahuje extra vysoký obsah účinných látek D-panthenolu 10 %, aloe vera a vitamínů A, D, E a F. Účinně generuje a vyživuje suchou a podrážděnou pokožku po opalování, pobytu

v soláriu nebo v chlorované vodě. Přípravky Swiss Panthenol PREMIUM mají příjemnou konzistenci, snadno se roztírají, rychle vstřebávají a nezanechají na kůži mastné stopy. Jsou vhodné pro děti a pro všechny, kteří mají zvlášť citlivou pokožku.



TROCHU JINÉ LÉČENÍ

Pečovat o své zdraví můžete nejen tradičně – evropsky. Zkuste někdy využít starověkou indickou moudrost, z níž vychází ajurvěda. Inspiraci pro přípravu harmonické stravy, která navrací rovnováhu organismu, najdete v knize Ajurvédské recepty pro zdraví (nakl. Eminent). Za ajurvédskými olejovými masážemi, působícími na krevní, nervový i lymfatický systém, se můžete vypravit třeba do Lázní Teplice nad Bečvou. Masáže jsou novinkou, od začátku června je tu provádějí pod dohledem indického lékaře.

2x TIPY LETNÍ ZDRAVÍ

1 ÚLEVA OD BOLESTI

Kteroukoliv část bolavého těla si můžete i v létě šetřit Dolgit gelem. Na rozdíl od jiných podobných výrobků mohou tímto gelem namazané místo ozářit sluneční paprsky, aniž by to vyvolalo nepříjemnou oční reakci.



2 LEPŠÍ TRÁVENÍ

Při letním grilování se lidé často přejedí. Pomocí od žaludečních potíží může Pangrol 20 000 obsahující vyváženou směs trávicích enzymů.



tip REDAKCE

Českým dětem chybí vápník, zjistila loňská studie výživových odborníků. Aby se vápník dostal do kostí, potřebuje pomoc vitamínu D a toho přijímají naše děti dokonce jen něco přes polovinu doporučené denní dávky. Proto nyní přišly na trh jogurty Kostici s upravenou recepturou. Obsahují více vápníku a vitamínu D, jsou také hustší a lépe chutnají.

