

TRI ČAJA LEKOVITA ZA SRCE

Koprivu, mirođiju ili planinski čaj dobićete u završnoj fazi ispitivanja zato što su to biljke koje štite kardiovaskularni sistem. Kopriva sadrži minerale, nitratre i fitohemikalije sa visokim biološkim dejstvom.

MIROĐIJA NIJE SAMO ZAČIN

Sveža ili osušena, mirođija se koristi i kao lekovita biljka, a u Centru testiraju kako deluje na trombocite.

PLANINSKI ČAJ LEČI GRIP

Planinski ili šarplaninski čaj (*Sideritis scardica*) raste u Makedoniji, Bugarskoj i na jugu Srbije. Vekovima se koristi u terapiji protiv prehlade, gripa i alergija. Olakšava i teškoće pri disanju.



Centar izuzetnih vrednosti za istraživanje ishrane i metabolizma pri Institutu za medicinska istraživanja pruža vam jedinstvenu šansu da saznate sve o svom organizmu

KUPON ZA PRIJAVLJIVANJE

Ime i prezime

Žena.....

Muš.....

Adresa i kontakt telefoni

.....

.....

.....

Godine ŽENA.....MUŽ.....

Visina ŽENA.....MUŽ.....

Težina ŽENA.....MUŽ.....

Visok krvni pritisak

ŽENA Da Ne MUŽ Da Ne

Visok nivo masnoće u krvi

ŽENA Da Ne MUŽ Da Ne

Visok nivo šećera u krvi

ŽENA Da Ne MUŽ Da Ne

USLOVI ZA PRIJAVLJIVANJE

• Popunjavanjem i slanjem ovog kupona prihvatam da učestvujem u istraživanju „Platan“ kojim će se odrediti moj rizik od obolevanja od kardiovaskularnih bolesti.

UPUTSTVO ZA PRIJAVLJIVANJE

• Popunite, isecite kupon i donesite u redakciju ili nam pošaljite poštom najkasnije do 22. jula u ponoć, na adresu „Blic žena“, 11118 Beograd, Žorža Klemansoa 19 (ugao Dunavske i Dobračine, ulaz iz Dunavske), s naznakom „Za moju ordinaciju“.

• Za sve informacije zovite 011/33-34-646

• Petočlana komisija Centra za istraživanje ishrane i metabolizma i „Blic žene“ odabraće 25 parova koji će dobiti besplatne testove.

• Putne troškove snosite sami.

PRE NEGO ŠTO POŠALJETE KUPON PROČITAJTE I OVO

Saglasni smo da naše fotografije i naše izjave budu objavljene u „Blic ženi“. Popunjavanjem ovog kupona potvrđujemo da smo saglasni da izdavačka kuća „Ringijer Akxel Springer“ (Ringier Axel Springer d.o.o., Beograd), koristi i objavljuje naše likove i podatke bez prostornog i vremenskog ograničenja, u svim svojim elektronskim, štampanim i ostalim medijima, a u svemu prema svojim potrebama.

✂ Pripremila RADENKA MARKOVIĆ, foto PETAR MARKOVIĆ, SHUTTERSTOCK

25 parova

U istraživanju mogu da učestvuju isključivo parovi, kako oni koji su u formalnom braku tako i nevenčani. Važno je samo da žive zajedno. Zašto parovi? Pre svega zato što su navike u ishrani parova koji žive zajedno skoro identične i najčešće oboje jedu istu vrstu hrane. Drugi razlog jeste taj što su muškarci kod nas ugroženiji i češće obolevaju od kardiovaskularnih bolesti, pa računamo da će, ako i supruga odluči da se uključi u testiranje, i on lakše rešiti da proveri svoje zdravstveno stanje.

Sliku svog zdravlja i vrhunske savete za budućnost.

Visokostručno osoblje Centra uradiće vam specifične analize krvne slike, koja je odličan presek zdravstvenog stanja, i ispitaće vaše prehrambene navike. Proceniće kako se hranite, da li imate višak sala ili mišićne mase, da li imate previše ili premalo vode u organizmu, unosite li previše ili premalo vitamina, minerala, soli, šta treba da promenite...

Rezultati analize, kakvu ne možete da dobijete ni na jednom drugom mestu u Srbiji, pokazaće kako treba da živite i šta da radite da biste živeli duže.

Lepljivi trombociti su opasni

U okviru istraživanja proći ćete i test koji će pokazati kako se ponašaju vaši trombociti i kolikom ste riziku od kardiovaskularnih oboljenja izloženi.

– Kod ljudi sa povišenim masnoćama u krvi i oštećenom unutrašnjošću krvnih sudova trombociti se lepe za krvne sudove i prave trombove koji mogu da izazovu i šlog i infarkt. Na floucitometru, aparatu koji imitira protok krvi i prati rad ćelija, može da se utvrdi da li su trombociti lepljivi i da li je rizik od obolevanja povećan – kaže dr Glibetić.

Do sada se to lečilo „aspirinom“, iako taj lek nije svemoguć.

POKLANJAMO najsavremeniji TEST ZDRAVLJA

Čajevi i „aspirin“ štite srce

– Kardiolozi često prepisuju „aspirin“ kao lek koji štiti srce. To je tačno, ali samo kod 60 odsto ljudi čiji trombociti pozitivno reaguju na njega. Kod preostalih 40 odsto pacijenata „aspirin“ nema blagotvorno dejstvo. U istraživanju proveravamo mogu li neke lekovite biljke da zamene „aspirin“. Mi smo odabrali tri biljke sa našeg podneblja, za koje se zna da blagotvorno deluju na kardiovaskularni sistem i njih testiramo. To su kopriva, mirođija i planinski čaj.

Redakcija „Blic žene“ ponosna je što je deo ovog važnog istraživanja. Uključite se u njega i vi!

Istraživanje „Platan“ vode, sleva nadesno, Tatjana Srdić-Rajić, Filip Stojanović, Marija Glibetić, šef tima i rukovodilac Centra, Dunja Kardum, Aleksandra Konić-Ristić i Marijana Topalović



Šestočlani tim vas vodi kroz pet faza

Ako vi i vaš suprug budete izabrani za učešće u projektu „Platan“, pozvaće vas osoblje Centra i zakazaće vam termine pregleda. Objasniće vam i kako treba da se ponašate pred testiranje i da li treba da menjate režim ishrane.

Moraćete dvaput da dođete u Beograd, i to o svom trošku.

Testiranje, inače, obuhvata nekoliko faza.

Prva obuhvata anketu o vašim navikama u ishrani u prethodna tri meseca, biohemijsku analizu krvi i uzimanje antropoloških mera. Specijalista će izmeriti koliko ste visoki i teški, i na osnovu toga će izračunati vaš indeks telesne mase, jedan od važnih pokazatelja rizika za obolevanje od kardiovaskularnih bolesti.

Sledeću fazu čini „klik ček test“ zuba i desni koji ukazuje na rizik od obolevanja od kardiovaskularnih bolesti. I ovaj test se prvi put radi kod nas, pošto je tek prošle godine dokazana veza između bolesti desni i srca.

Na Institutu za onkologiju i radiologiju, u okviru četvrte faze, radi se test o eventualnoj uzbuđenosti i lepljivosti trombocita i reakciji na „aspirin“.

Na kraju sledi konzumiranje čajeva od biljaka za koje se zna da deluju povoljno na kardiovaskularni sistem.



50 zdravih čitalaca