

13.03. - 19.03.2009

Popularny magazyn telewizyjny

Tele

Tygodnik

MAGAZYN
TELEWIZYJNY
2008
roku

Nr 11 9 marca 2009
cena 1,90 zł
w tym 7% VAT

TERA
WIĘCE
SERIAL
ROZRY
SPOR
I PROGRA
DLA DZ



SUPE
KONKUR
WYGR
100.00

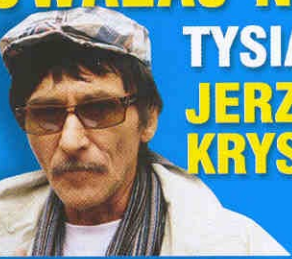
Wyślij SMS o tr
STO.TT
na numer 72
(koszt SMS 2.44 zł z V



M jak MIŁOŚĆ

KINGA
I PIOTREK
MAJĄ CÓRKĘ!
s.14

UWAŻAJ NA KIOSKARZA



TYSIĄC TWARZY JERZEGO KRYSZAKA s.38

CEZARY ŻA
- INSPIRACJA
DLA POSTACI
WÓJTA W RA
BYŁ MÓJ STR



TANIEC Z GWIAZDAM

ZA NAMI PIERWSZE EMOCJE KTO MA NAJWIĘKSZE SZANSE s.45

ISSN 1230-7912

Polecamy

Mężczyzna pod ochroną

Ekstrakty z dyni i żurawiny oraz nasion soi wchodzi w skład „Pro-komfortu” (Złota Farmacja), preparatu utrzymującego prawidłowy stan prostaty i łagodzącego przerost gruczołu krokowego. Tabletki zapobiegają stanom zapalnym układu moczowego.

■ Cena: ok. 15 zł

Niezawodny pomiar

Automatyczny ciśnieniomierz naramienny Geratherm Deskop wykrywa arytmie serca.

Ma duży wyświetlacz i spore przyciski, co ułatwia obsługę osobom starszym. Aparat pamięta 85 pomiarów.

Naramienny mankiet nadaje się do prania.

■ Cena: ok. 260 zł

Natura na odchudzanie

Chrom z zieloną herbatą (Virde) zmniejsza apetyt na słodkie, kaloryczne i tłuczkie potrawy oraz osłabia łaknienie, dzięki czemu wspomaga odchudzanie. Preparat został wzbogacony o cynk i witaminę B6, które wzmacniają działanie chromu. Preparat wspomaga trawienie i pobudza spalanie tkanki tłuszczowej.

■ Cena: ok. 8 zł

Piękni i szczupli

Preparat Biocol Omega 3.6.9 zawiera nienasycone kwasy tłuszczowe, olej z siemienia lnianego oraz witaminę E zapobiegające m.in. przesuszeniu skóry, wzmacniające włosy i paznokcie.

■ Cena: ok. 34 zł



DR MARZENA LEWIŃSKA
LEKARZ RADZI

Zastanawiam się nad wyborem metody zapobiegania ciąży. Czy naturalna antykoncepcja jest skuteczna?

Aneta z Wejherowa

Niestety, naturalne metody kontroli płodności to najmniej skuteczne sposoby zapobiegania ciąży. W metodzie termicznej codziennie mierzy Pani

Mamusiu!

Swędzi mnie!

Twoje dziecko będzie pewnego dnia zsypane krostkami. Zanim przyjdzie lekarz, sprawdź, co to może być.



Krostki i swędząca skóra bardzo często są oznaką groźnej choroby zakaźnej. Przyjrzyj się uważnie wysypec dziecka i zobacz, co to może być.

w domu i nie pozwól na kontakt z innymi dziećmi.

Ospa wietrzna

Jak wygląda? Najpierw pojawiają się grudki, które zmieniają się w pęcherzyki, później w swędzące krosty.

Co robić? Ospa jest chorobą zakaźną. Zostaw maluszka w domu.

Odra

Jak wygląda? Twarz zsypana jest czerwonymi plamami. Wysypka schodzi na tułów, pojawia się na rękach i nogach.

Co robić? Wezwij natychmiast pediatrę! Z odrą nie ma żartów, mogą po niej wystąpić zapalenie płuc lub mózgu. To choroba zakaźna, więc zostaw dziecko

Szkarlatyna

Jak wygląda? Plamki na ciele mają kolor żywoczerwony. Język jest malinowy. Czasem dziecko ma gorączkę i dreszcze. Boli je głowa i wymiotuje. W drugim tygodniu wysypki skóra zaczyna się łuszczyć.

Co robić? Natychmiast wezwij lekarza! Szkarlatyna bywa chorobą śmiertelną.

Różyczka

Jak wygląda? Trochę przypomina odrę, ale wysypka nie jest tak duża. Zwykle schodzi po 3 dniach.

Co robić? To choroba zakaźna, więc pozostaw dziecko w domu. **JOG**

Tylko bez paniki

Nie każda wysypka na skórze i na plecach jest chorobą zakaźną. U maluszka mogą pojawić się potówki (czerwone grudki). Krostki znikną, gdy dziecko będzie lepiej ubierać. Gdy skóra w miejscu przylegania pieluszki jest zaczerwieniona, może to być tzw. rumień pieluszkowy. Zwykle pomaga maść z cynkiem. Bąble, które pojawiają się po jedzeniu, to pokrzywka. Pomogą leki odczulające

Jak się zabezpieczyć?

temperaturę w pochwie przed wstaniem, i na jej podstawie wylicza się okresy nieplodne. Jest też metoda polegająca na obserwacji śluzu wydostającego się z pochwy. W okresie nieplodnym, zwanym suchym, śluz staje się gęsty i lepki, może zaniknąć. Natomiast w okresie płodnym jest przezroczysty i ciągliwy. Znaczący też może być ból w podbrzuszu. Jest on spowodowany rozciąga-

niem jajnika uwalniającego komórkę jajową. Zakłada się, że po 5 dniach od momentu wystąpienia bólu, można bezpiecznie współżyć. Natomiast nie zaleca się stosunku przerywanego, który wcale nie daje pewności, że nie zajdzie się w ciążę. Nad wyborem metody antykoncepcji warto zapytać się wspólnie ze swoim ginekologiem i lekarzem rodzinnym.