

## AKTÍVNE LETO

Krásne slnečné počasie prebudí k letným športom aj tých najlenivejších. Veď kto by odolal pestrej palete športov, z ktorej môžeme cez teplé obdobie čerpať po kúskoch. Či už sa pustíte do korčuľovania na kolieskových korčuliach, bicyklovania, behania, plávania, basketbalu, volejbalu alebo futbalu, nezabudnite na opatrnosť. Pretože aj najkratší moment nepozornosti nám môže zmarit naše ďalšie plány. Vedeli ste, že približne desatina úrazov pohybového aparátu sa stane pri športovaní? A tak tí „najväčší

frajeri“ môžu skončiť na zemi s rôznymi nehodami, prinajmenšom s pomliaždenou rukou alebo nohou. Ďalšími početnými udalosťami sú úrazy v domácnosti. Stačí, že váš organizmus nie je pripravený na záťaž, a následky pocítite napr. aj po dni strávenom v záhrade. Najviac ohrozenú skupinu predstavujú dospievajúci a muži v strednom veku. V týchto prípadoch je vhodné pribalit do lekárničky aj ten správny liek – IBALGIN® DUO EFFECT – prípravok vo forme krému, ktorý obsahuje nielen známy ibuprofén, ale navyše aj heparinoid. Ibuprofén tlmí bolesť, pôsobí proti zápalu a zmierňuje

opuchy. Heparinoid navyše znižuje zrážavosť krvi a urýchľuje vstrebávanie krvných výronov. Pomôže vám tak nielen od bolesti, zápalu a opuchov, ale zároveň urýchli aj vstrebávanie podliatin. Majte ho vždy poruke pri liečbe následkov športových úrazov, ako sú opuchy a krvné podliatiny, a ďalej pri vyvrtnutí kĺbu alebo poranenia mäkkých častí kĺbov. Oceníte ho aj pri liečbe bolestí chrbta. Dostanete ho aj v 100 g balení, ktoré je cenovo výhodnejšie. Používať ho môžu dospelí a mladiství od 12 rokov.

**Pozor na opuchy a modriny**



IBALGIN® DUO EFFECT je liek na vonkajšie použitie. Čítajte pozorne písomnú informáciu pre používateľov a poraďte sa s lekárom alebo lekárnikom. Viac na [www.ibalgin.sk](http://www.ibalgin.sk).

## Cestujte v pohode



Čas dovolení je jedným zo svetlých bodov roka pre každého z nás. Obávané pre mnohých je však cestovanie. Nadhadzovanie v aute alebo autobuse po cestách, necestách, brázdnenie divokých vôd, riek a morí výletnou loďou či trajektom, alebo tisícky vzdušných kilometrov nám niekedy vedú narobiť poriadnu šarapatu. Ak si aj vy na všetky výlety beriete igelitové vrecúško, prípadne nejaké zúfalo hľadáte počas cesty, viete, o čom hovoríme. Ušetrite sa nepríjemných príznakov cestovateľskej kinetózy a pribalte si účinný liek Kinedryl®, ktorý rýchlo a efektívne predchádza stavom nevoľnosti a nutkania na vracanie pri cestovaní dopravnými prostriedkami a lieči ich. Vhodný je aj pre deti od dvoch rokov, ktorých sa tieto problémy týkajú najčastejšie.

[www.kinedryl.sk](http://www.kinedryl.sk)

## Ovládajme každú kvapku

– ide to aj bez hormónov

Trápi vás nechcený, nekontrolovaný únik moču? Nie ste samy. Inkontinencia postihuje až 60 % žien, ktorých ťažkosti sa viažu na rad bežných situácií, ako je obdobie po pôrode, prebiehajúci alebo prekonaný zápal močových ciest, častý kašeľ pri viróze či chrípkovom ochorení. Dnes sa už netýka len žien v menopauze, ale čoraz mladších ročníkov. Neskrývajte problém s inkontinenciou doma pod pokrievkou, poraďte sa s odborníkom a fungujte opäť aktívne.

Ak túžite opäť ovládať každú jednu kvapku, siahnite po fytoterapii v podobe prvej nehormonálnej tabletky s CEL komplexom INCOVENAL comfort od tradičného slovenského výrobcu VULM SK. Účinná látka z extraktu semien Cucurbita pepo podľa zahraničných štúdií prispieva k zníženiu počtu inkontinenčných epizód až o 80 %. Okrem toho si doprajete prísun vitamínu D, horčíka a vitamínu C. Tablety sú nepoňahované, neobsahujú laktózu a rýchlo sa rozpúšťajú. Výhodou je komfortné užívanie dvakrát denne a balenie stačí na jeden mesiac. Vyskúšajte kombináciu Kegelových cvikov a nehormonálnej tabletky INCOVENAL comfort s CEL komplexom, ktorého aktívne látky prispievajú k posilneniu svalov panvového dna. Výživový doplnok kúpíte od júla 2014 v lekárni za 17,90 eur.

[www.incovenal.eu](http://www.incovenal.eu)

