

przyjaźnia

NA DWA TYGODNIE



Odezwij się kochana siostrzo

Mama Teresy wyznała jej przed śmiercią, że ma siostrę bliźniaczkę str. 20

Kiedy wypada dysk str. 26
Skuteczne metody leczenia i pozycje, które przyniosą ulgę

ŚWIĄTECZNE OBYCZAJE

- malowanie jajek i dekoracje z pisankami
- staropolskie obrzędy str. 56



Tradycyjna Wielkanoc

- UROCZYSTE ŚNIADANIE** str. 32
Wyjątkowe propozycje naszej czytelniczki
- MIĘSA NA ŚWIĄTECZNY STÓŁ** str. 22
Na zimno i na gorąco
- plus** Smakowite baby i mazurki oraz słodkie dekoracje str. 40

KATARZYNA DOWBOR

Sama przygotowuję potrawy na święta str. 12



WYDANIE INTERAKTYWNE Instrukcja na str. 3

Tylko u nas!
Bezpłatne dyżury
lekarzy

W przychodni
nie udzielono ci
wyczerpującej informacji?
Masz wątpliwości?
Napisz lub zadzwoń do nas!

Nasi eksperci ODPOWIADAJĄ

PISZCIE DO NASZYCH EKSPERTÓW NA ADRES: „PRZYJACIÓŁKA”, 00-048 WARSZAWA, UL. WIEJSKA 19, LUB E-MAIL: dorota.mirska@edipresse.pl



**DOROTA
ŁUKASZUK**
z Warszawy

LEKARZ RODZINNY

Czy dorośli też chorują krztusiec?

Moja koleżanka (52 lata) od kilku tygodni bardzo kaszle. Lekarz podejrzewa krztusiec. Czy to nie jest przypadkiem choroba wieku dziecięcego?

Grażyna Z. z Nowego Sącza

Krztusiec, inaczej koklusz to choroba, którą może się zarażać każdy, niezależnie od tego ile ma lat. To prawda, że kiedyś chorowały na niego zwykle niemowlęta. To się jednak zmieniło po wprowadzeniu szczepień ochronnych. Niestety szczepionka po 8-10 latach od ostatniej dawki przestaje działać i każdy, kto przebywa w pobliżu chorej osoby, może się łatwo zarażać. Dlatego, gdy ktoś kaszle bardzo intensywnie ponad dwa tygodnie i nie pomagają mu tradycyjnie podawane leki przeciwkaszlowe, to można podejrzewać krztusiec. Jeśli lekarz będzie miał wątpliwości, zaleci badanie – wymaz z tylnej ściany gardła lub test z krwi. Może też od razu przepisać specjalny antybiotyk. Zazwyczaj zaleca się lek z grupy makrolidów, który jest skuteczny przy tym typie infekcji bakteryjnej.

Jakie leki brać przy depresji?

Psychiatra zdiagnozował u mnie depresję i zapisał lek tzw SSRI. Ale czytałam, że może mieć on wiele działań ubocznych. Czy to na pewno bezpieczny preparat?

dane do wiad. redakcji

Nazwa SSRI odnosi się nie do jednego specyfiku, ale do całej ich grupy. Są to leki przeciwdepresyjne – podnoszą nastrój i łagodzą lęk. Dodatkowo mogą działać nasennie lub pobudzająco, hamować lub zwiększać apetyt. Dlatego lekarz, w zależności od tego jak przebiega choroba, dobiera lek indywidualnie. Jeśli okaże się, że źle się Pani po nim czuje, można go będzie zmienić na inny.

Tylko u nas!

BEZPŁATNE DYŻURY
LEKARZY SPECJALISTÓW

Beata Szymczyk-Hałas
27 marca, pon., godz. 17.00-19.00

Dorothea Łukaszk
5 kwietnia, środa, godz. 19.00-21.00

ZADZWOŃ!!!
22 471 02 21

Z telefonów komórkowych
i stacjonarnych

Koszt połączenia równa się cenie jednego impulsu połączenia lokalnego.

PROSTO Z APTEKI

Przykładowe środki
dostępne bez recepty.



DOBRA KONDYCJE KOŚCI

pomogą zachować wapń i witamina D. Właśnie je – a także magnez – zawiera suplement diety Vitrum Osteo. Cena 23,99 zł za 60 tabl.

PRZY OBNIŻONEJ ODPORNOŚCI

wsparcie mogą się okazać Cukierki Aloesowe z trawą Cytrynową Reutter. Zawierają one wzmacniający ekstrakt z aloesu i olejek z trawy cytrynowej. Cena 7,90 zł za 50 g



PEDIATRA



**BEATA
SZYMZYK
-HAŁAS**
www.medicover.pl

Kiedy na dwór po zapaleniu ucha?

Mój synek ma zapalenie ucha (po raz trzeci!) i dostaje antybiotyki. Czy podczas leczenia może wychodzić na dwór? Co robić, żeby przestał chorować?

dane do wiad. redakcji

Dziecko może – a nawet powinno! – wyjść na dwór od razu kiedy tylko ucho przestanie je boleć i gdy spadnie mu gorączka. Żeby choroba nie na-

wracała, proszę pilnować, aby nikt w najbliższym otoczeniu dziecka nie palił papierosów. Ponieważ jednym z najczęstszych czynników doprowadzających do rozwoju tej choroby jest zakażenie pneumokokami, proszę porozmawiać z pediatrą na temat zaszczepienia dziecka przeciwko tym bakteriom. To mogłoby na przyszłość uchronić synka przed infekcją. Warto też udać się do laryngologa. Zdarza się, że do zapaleń uszu dochodzi u dzieci z przerostem migdałów (gardłowego lub podniebiennych), polipami w nosie lub zatokach, a także z przewlekłym stanem zapalnym zatok.

REKLAMA

Beverly Hills Formula

CZERŃ

TO NOWA BIEL *

* przynajmniej jeśli chodzi o wybielanie zębów



Beverly Hills Formula Natural White Black to innowacyjna, wybielająca czarna pasta do zębów z węglem aktywnym

- skutecznie i bezpiecznie wybiela zęby,
- usuwa przebarwienia,
- jest łagodna dla szkliva,
- zapobiega osadzeniu się kamienia nazębnego.

www.beverlyhillsformula.pl

