

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΤΙΣ 12/12 ΜΕ ΤΟ ΕΘΝΟΣ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ & ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΜΕ € 4,00

ΑΡΜΟΝΙΑ

ΤΕΥΧΟΣ 125 - ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2011

CANDIDA

ΜΗΠΩΣ ΕΝΑΣ
ΜΥΚΗΤΑΣ ΣΑΣ
ΠΑΧΑΙΝΕΙ;
ΕΙΔΙΚΗ ΔΙΑΙΤΑ

ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗ
ΠΡΟΣΟΧΗ
Μήπως γι' αυτό είναι
κακός μαθητής;

ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ,
ΠΡΟΣΛΑΜΒΑΝΕΣΤΕ!

Οι στρατηγικές για
να τα καταφέρετε

ΥΓΕΙΑ

Εξετάσεις που
σώζουν... ζωές

Το μενού του ΑΡΜΟΝΙΑ

- Έτσι μαγειρεύει η μαμά μου!
- Συνταγές από... σπίτι δοκιμασμένες & σίγουρα πετυχημένες

ΕΞΥΠΝΟ FITNESS

Αποτέλεσμα σε χρόνο ρεκόρ!

ΣΒΗΣΤΕ 5 ΧΡΟΝΙΑ

Φυσικό Lifting

- ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ MINI LIFTING ΣΕ 5'
- BEAUTY COOK: ΦΤΙΑΞΤΕ ΤΟ ΜΕΝΟΥ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΣΑΣ!



Η ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΛΕΞΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

High tech εξετάσεις που σώζουν... ζωές

Διαβάστε μερικές από τις πλέον εξελιγμένες διαγνωστικές ιατρικές εξετάσεις και θεραπείες που υπόσχονται αποτελεσματική, γρήγορη και αναίμακτη διάγνωση και θεραπεία.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΛΕΞΙΑ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ

Οιο είναι το μυστικό για να ζήσετε χρόνια πολλά και καλά; Να παρακολουθείτε τις εξελίξεις και να ακολουθείτε τις εξατομικευμένες οδηγίες που σας παρέχει ο γιατρός σας. Επειδή όμως η τεχνολογία εξελίσσεται με γρήγορους ρυθμούς, ενημερωθείτε για τις νέες μεθόδους και μνηξεχνάτε ότι τον τελευταίο λόγο τον έχει πάντα ο γιατρός σας. Εκείνος θα αποφασίσει αν πρέπει να ακολουθήσει τις νέες ή τις παλαιότερες τεχνικές, ανάλογα με την περίπτωση.

ΕΛΑΧΙΣΤΑ ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΗ ΒΙΟΦΙΑ ΜΑΣΤΟΥ

Καθορίζει αν ένας όγκος είναι καρκινικός

Ο μοναδικός τρόπος παλαιότερα για να γίνει βιοφία σε έναν όγκο του μαστού ήταν η xειρουργική επέμβαση. Σήμερα, όμως, υπάρχει και η μη επεμβατική μέθοδος, που δεν απαιτεί νυστέρι. «Η βιοφία γίνεται χωρίς τομή. Πλίρνουμε κύτταρα με τη βοήθεια μιας βελόνας, τα στέλνουμε για κυτταρολογική εξέταση και ανάλογα με το εύρομα αντιμετωπίζουμε το περιστατικό», λέει ο μαιευτής-χειρουργός γυναικολόγος κ. **Στέλιος Παπαδόπουλος**. Αναίμακτα και χωρίς πόνο, η γυναίκα μπορεί να επιστρέψει στην καθημερινότητά της.

ΕΝΔΟΣΚΟΠΙΚΗ ΚΑΨΟΥΛΑ

Ελέγχει την υγεία του λεπτού εντέρου

Η χρήση ενδοσκοπικής κάψουλας για τη διάγνωση των παθήσεων του λεπτού εντέρου έχει μπει στην κλινική διάγνωση τα τελευταία επτά χρόνια, παρ' όλα

αυτά παραμένει σχεδόν άγνωστη στο ευρύ κοινό. Είναι μια εξέταση σχετικά απλή. Ο ασθενής πρέπει να πάρει ένα καθαρικό μια μέρα πριν από την εξέταση. «Η μικροκάψουλα έχει ενσωματωμένη κάμερα, παίρνει φωτογραφίες, οι οποίες καταγράφονται σε ένα καταγραφικό και προβάλλονται σε οθόνη ψηπλής ευκρίνειας. Το βασικό της πλεονέκτημα σε σχέση με τις παλαιότερες μεθόδους είναι ότι είναι ανώδυνη και πολύ ακριβής στο 100% του λεπτού εντέρου», εξηγεί ο γαστρεντερολόγος-ππατολόγος, διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του Πλανεπιστημίου Αθηνών, κ. **Αναστάσιος Ρούσσος**. Κι αν σκέφτεστε ότι έτσι μπορείτε να αποφύγετε την κολονοσκόπηση, ο κ. Ρούσσος δίνει την απάντηση: «Δυστυχώς, η εξέταση αυτή δεν μπορεί να αντικαταστήσει την κολονοσκόπηση, την ενδοσκόπηση διπλαδή του παχέος εντέρου, γιατί γίνεται ορατό μόνο το 70% του εντέρου με τη μικροκάψουλα. Στο μέλλον, όμως, είναι πολύ πιθανό να ξεπεραστούν τα εμπόδια και να εξελιχθεί ακόμα περισσότερο η μέθοδος».

ΛΕΪΖΕΡ ΓΙΑ ΤΟ ΛΑΡΥΓΓΑ

Αφαιρεί καλοόθεις και κακοόθεις όγκους

«Το βασικό πλεονέκτημα της χρήσης λέιζερ για την αφαίρεση όγκων από το λάρυγγα είναι ότι γίνεται χωρίς αιμορραγία και ότι ο ασθενής επανέρχεται γρηγορότερα στην καθημερινότητά του», λέει ο δρ **Γεώργιος Μοιρέας**, χειρουργός-ωτορινολαρυγγολόγος, επιστημονικός διευθυντής του Exelixis Medical Institute. «Το λέιζερ μπορεί να χρησιμοποιηθεί και στην αφαίρεση καρκινικών όγκων, ανάλογα με τον ιστολογικό τύπο του όγκου, τα όριά του –να μην έχει κάνει μεταστάσεις– και τη σταδιοποίησή του», τονίζει ο δρ Μοιρέας. Ο γιατρός σας θα σας υποδείξει τι συνίσταται για σας.

ΚΑΥΤΗΡΙΑΣΜΟΣ ΕΝΔΟΜΗΤΡΙΟΥ

Σταματά την υπερβολική κολπική αιμορραγία

«Γίνεται καυτηριασμός του ενδομητρίου με μικρο-επεμβατική μέθοδο, το ενδομήτριο καταστρέφεται και η γυναίκα απαλλάσσεται από την αιμορραγία, χωρίς να χρειαστεί να κάνει υστερεκτομή», εξηγεί ο μαιευτής-χειρουργός γυναικολόγος κ. **Στέλιος Παπαδόπουλος**. «Πρόκειται για μια ολιγόλεπτη, ανώδυνη επέμβαση που επιτρέπει στη γυναίκα να επιστρέψει γρήγορα στην καθημερινές της υποχρεώσεις», συμπληρώνει.