

## Медицинский гороскоп на 2012 год



**♈ ОВЕН.** Участие в спортивных мероприятиях и активный отдых в наступающем году значительно укрепят здоровье, особенно сердечно-сосудистую систему, улучшат мозговую деятельность. Не рекомендуется увлекаться посещением сауны, бани, а солнечные ванны должны быть строго дозированы: в этом году возрастает вероятность перегрева, тепловых ударов, солнечных ожогов. Результативными окажутся походы к психологу или к специалистам нетрадиционной медицины.

**♉ ТЕЛЕЦ.** Год качественных изменений в состоянии здоровья. Но вероятно проявление скрытых, вялотекущих недугов. Если появились необычные симптомы, обращайтесь к врачу: наконец-то выяснится, чем вы больны. Летом и осенью повышается риск отравлений (как лекарственных, так и пищевых). Внимательно читайте инструкции, в том числе пункт об условиях хранения препаратов, сроках их годности, и не держите лекарства в зоне доступа детей. Помните, что детей особенно привлекают баночки с таблетками, покрытыми цветной оболочкой.

**♊ БЛИЗНЕЦЫ.** Этот год неоднозначно влияет на состояние вашей психики. Время от времени вы можете испытывать приступы подавленности и тоски. Если вам самому с проблемами не справиться, не стесняйтесь обращаться за помощью к специалистам-психологам, психотерапевтам, позвоните на «телефон доверия». Увеличивается риск отеков и связанное с ними ухудшение основного заболевания (например, гипертонической болезни, хронической венозной недостаточности). Нужно быть крайне умеренными с употреблением спиртного: возрастает вероятность заполучить алкогольную зависимость — причем совершенно незаметно для вас.

**♋ РАК.** Помните, что ваша повышенная эмоциональность и нерациональное питание могут привести к серьезному обострению желудочно-кишечных заболеваний, в том числе гастрита и язвенной болезни. Вероятно обострение бронхолегочных недугов, в том числе астматического характера (особенно весной и летом). Будьте бдительны во время поездок в дальние страны: аллергию могут вызвать растения, у нас не произрастающие. И побе-

регите глаза. Кстати, вы давно были на консультации у офтальмолога?

**♌ ЛЕВ.** В целом год для вас будет гармоничным, многие болезни и неприятности отступят. Но возможны внезапные изменения в состоянии здоровья, что в зрелом возрасте не должно действовать угнетающе. Вероятны кризисные явления в деятельности сердечно-сосудистой, нервной, кровеносной систем. Повышенная вероятность электротравм, особенно зимой и летом. Также обратите внимание на почки и не увлекайтесь продуктами, содержащими избыточное количество соли.

**♍ ДЕВА.** В вашей жизни периоды новых впечатлений будут сменяться периодами тревоги и беспокойства. Самое тяжелое время — начало весны, когда могут проявиться болезни, связанные с печенью и желчным пузырем. Так что правильное питание для вас особенно важно. Интересно, что наступающий год обещает вам новые полезные знакомства, которые приведут к повышению вашего социального статуса. Тем не менее не отказывайтесь от полноценного отпуска. Помните, что никакая карьера не заменит вам здоровья.

**♎ ВЕСЫ.** В этом году (особенно осенью и зимой) вы будете сильно подвержены влиянию прекрасного. Поэтому не забывайте не только о посещении театров и музеев, но и о красотах матушки-природы. Но летом возможно обострение заболеваний желудочно-кишечного тракта и урологических недугов. Возрастает риск инфекционных недугов, в том числе ангины. Если уж заболели, сидите дома и лечитесь, как положено. В противном случае можно заполучить осложнение на сердце.

**♏ СКОРПИОН.** Год повышения защитных сил организма, что, впрочем, не означает, что вашему организму не вредят постоянные перегрузки. Зимой и летом велик риск получить травму (особенно вывихи и растяжения). Весной желателен визит к врачу по поводу вашего основного заболевания и провести (в случае необходимости) интенсивный курс лечения. В течение всего года вероятно обострение костно-мышечных недугов, особенно артрозов и артрита.

**♐ СТРЕЛЕЦ.** Год благоприятен для очищения различных систем организма и оздоровительных процедур. Состояние организма в наступающем году будет во многом зависеть от того, насколько вы занимались своим здоровьем в году уходящем. Если вы встретите Новый год с простудой или обострением хронического недуга, это будет служить явным указанием на то, что нужно срочно бросать все дела и заниматься здоровьем. Вероятны периодические расстройства сна.

**♑ КОЗЕРОГ.** Год сопровождается бодростью духа, повышением энергии и жизненных сил: физических и душевных, выносливости организма и сопротивляемости болезням. Следует избегать переедания, но и жесткая диета — не ваш вариант. Год благоприятен для активного химиотерапевтического вмешательства, психотренинга, нетрадиционного лечения, духовных практик. Летом увеличивается риск серьезного обострения сердечно-сосудистых недугов. Соблюдайте назначения врача, и беда обойдет вас стороной.

**♒ ВОДОЛЕЙ.** Вам этот год обещает улучшение отношений не только на работе, но и в семье. Возможны неожиданные поступления денежных средств, которые рекомендуется потратить на здоровье, а не на покупку новой мебели. Год особенно благоприятен для проведения плановых операций, в том числе лапароскопических и микрохирургических, а также идеален для зачатия и лечения бесплодия (в том числе с помощью технологий ЭКО).

**♓ РЫБЫ.** В этом году вы получите удовольствие от напряженной физической деятельности — это будет прекрасной возможностью для сброса накопившегося напряжения. Эмоциональные всплески и некоторое состояние напряженности вам не помешают. Но в наступающем году могут обостриться эндокринологические недуги, болезни системы кровообращения, кожные и аллергические недуги. Будут очень эффективными массаж и физиотерапия.

Подготовил Виктор ЕРМАКОВ



# Без медпомощи на праздники не останемся

ТОТАЛЬНЫХ «НОВОГОДНИХ КАНИКУЛ» У БОЛЬШИНСТВА ГОСУДАРСТВЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ НЕ БУДЕТ



Берегите уши! Первыми от холода страдают именно они.

Нам обещают, что в период с 31 декабря по 9 января будет доступна не только стационарная, но и амбулаторная медицинская помощь, включая прием в поликлиниках врачей-специалистов. Причем во всех районах города.

