



# DELMAR & ATTALLA

PHARMACIES

FREE MAGAZINE

No.88 / Summer 2016



EVERY  
**Summer**  
HAS a STORY

/DELMARWEATTALLA



✉ Info@delmar-attalla.com

🌐 www.delmar-attalla.com



CALL

19955

US



Available on the App Store



GET IT ON Google play

Scan Now To Download

CALL  
19955  
US



المنحة البرشافة و الجمال



دلمار و عطالله  
DELMAR &  
ATTALLA  
PHARMACIES

## فروعنا

### مدينة نصر

■ ٨٨ ش عباس العقاد

### الظاهر

■ ٢٢ ش ميدان الظاهر

### مصر الجديدة

■ ٤٤ أ ش المنتزه

■ ٢٠ ش نبيل الوقاد  
أرض الجولف

### شبرا

■ ١ ش المستشفى  
شكولاني

■ ٧٧ ش ترعة جزيرة بدران

### ٦ أكتوبر

■ بيفرلي هيلز

### العباسية

■ ٨٠ ش العباسية  
من ميدان عبده باشا

### وسط البلد

■ ١٢ ش شريف باشا

■ ٩ ش ٢٦ يوليو

■ ١١ ش جواد حسني

■ ٧٩ ش ٢٦ يوليو

### الزيتون

■ ٨٩ ش ابن الحكم  
ميدان التجنيد  
جسر السويس

### الجيزة

■ ٦٩ ش الملك فيصل

■ ٢٤ ش العشرين - فيصل

■ ٥٥ ش النادي الرياضي

اول فيصل برج الأطباء

■ ٩ ش محمود غالب - الهرم

### المعادي

■ ٢٢١ ش مصر حلوان الزراعي

( خلف مستشفى

المعادي العسكري )

### القصر العيني

■ ٢٥ ش القصر العيني

امام معهد السكر



Scan & Send  
01002199551

/DELMARWEATTALLA



✉ Info@delmar-attalla.com

🌐 www.delmar-attalla.com

# صحتك رشاقتك و جمالك هو هدفنا

كم يسعدنا أن نضع بين أيديكم عدد جديد من مجلة صيدليات دلمار و عطالته آمين أن نتال إعجابكم .

يحتوي هذا العدد على مجموعة من المقالات المتنوعة التي تهدف إلى مساعدة عملائنا الكرام للحصول على صحة أفضل .

حان وقت استقبال الصيف .. هل أنتم مستعدون ؟

فبرغم من ارتفاع درجات الحرارة الشديد ألا انه يعد من أفضل الأوقات التي نستمتع بها مع العائلة و الأصدقاء بعيدا عن ضغوط الحياة .

أسرة صيدليات دلمار و عطالته تتمنى لكم قضاء صيف صحي و مميز .

# الصيف احلي معانا



No.88 Summer 2016

## داخل العدد



**18 هكذا تجعلين طفلك صاحب شخصية قوية**  
تقع مسؤولية تنمية مدارك و شخصية الطفل على الوالدين ..

**10 مرض القباء في ( القبط )**

و هو مرض فطري يصيب الجلد و الشعر و الأظافر في القبط و ..



**12 أخطاء تؤثر على وسامتك**  
الرجل الأكثر وسامة هو حلم كل فتاة , وتختلف معايير وسامة ..

**0 برنامج غذائي لكمال الأجسام**  
يجب تناول نظام غذائي متوازن يجمع بين البروتين و الكربوهيدرات و الدهون ..

**9-10 عالم التجميل بدون جراحة في**

من أبرز هذه التقنيات الحديثة " الخيوط الجراحية " ظهرت للمرة الاولى في فرنسا ..



**11 خسارة الوزن أثناء النوم**  
قد لا يجول في خلد أحدنا أن بوسعه فقدان الوزن خلال النوم! نعم خلال النوم ..

**P مكياجك و حرارة الصيف**  
يُعتبر الذهاب إلى الشاطئ و حفلات المسابح من أساسيات ..

**V إياك و هذه التصرفات**  
كما أن بعض الملابس أو الأحذية أو الحقيب قد تدمر إطلالة المرأة ..

CALL  
**19955**  
US

خدمة  
24 ساعة

# مكياجك وحرارة الصيف

• يُعتبر الذهاب إلى الشاطئ و حفلات المسابح من أساسيات النشاطات الصيفية. و قد يكون من الصعب أن تظهرى بأبهى حلك طيلة ليالي الصيف الصاخبة .

إمزجي كريم الأساس التمهيدي المرطب برذاذ لتثبيت المكياج إذ يمنح هذا الأخير كريم الأساس التمهيدي ثباتاً قوياً جداً لتبقى كل المستحضرات التي تضعينها فوقه ثابتة على حد سواء .

إستخدمي كريم أساس بتركيبه ذات أساس مائي ومقاومة للماء على كامل وجهك و جسمك . لا تقتضي كريمات الأساس بالتركيبه ذات الأساس المائي استخدام البودرة فوقها ، و هذه الأخيرة غير فعالة في ظل الرطوبة والحرارة. كما يساهم إبقاء كريم الأساس رطباً و ندياً في حفاظك على بشرة مشرقة لن تبدو بمظهر غير مرتب حينما تشارف السهرة على نهايتها .

إستعملي بودرة تسمير كريمية لأنها لا تحتاج إلى أي تصحيح . فهي غنية بالصبغات ، تدوم طويلاً وتقاوم الحرارة والماء جيداً.

إستخدمي مستحضراً للتفتيح كريمياً أو سائلاً أو بودرة تسمير للحصول على ثبات أقوى يدوم طويلاً بدون قوام بودري.

## العيون:

إستعملي ظلال العيون الكريمة والمقاومة للتشققات لأن مزجها أسهل من مزج المستحضرات المقاومة للماء؛ ربتي لون البيج مع لمسات من اللون الذهبي على امتداد ثنيات جفنيك، ثم إستخدمي قلم كحل مقاوم للماء باللون الفيروزي أو الأخضر الفاتح لإبراز لون عينيك.

قبل وضع المسكارا المقاومة للماء، ضعي دوماً مسكارا تمهيدية لأن المسكارا المقاومة للماء تميل إلى تجفيف رموشك. إختاري مسكارا تمهيدية تطري رموشك و تغذيها بهدف الحصول على رموش كثيفة إلى أقصى الحدود.

## الشفاه:

ادهني شفتيك ببلسم للشفاه قبل استخدام أي مستحضرات مقاومة للماء بهدف تجنب تشقق شفتيك أو جفافهما.

حددي شفتيك بقلم للشفاه مقاوم للماء ، ثم أضيفي فوقه طلاء الشفاه المقاوم للماء و أضيفي ملمع الشفاه لترطيب شفتيك بشكل دائم.

فليكن وجهك أكثر إشراقاً من شمس الصيف!

# L'ORÉAL EGYPT

## فرصة للفوز بـ خاتم الماس

عند شرائك  
أى من منتجات لوريال



حصريا

بصيديات دلمار و عطا الله



carino  
Hair Removal Spray



BYE  
BYE  
HAIR

Like Us [f /icarinaegypt](https://www.facebook.com/icarinaegypt)  
For More inquiries Call Us: 01220806366

## لاكارينا

سبراي إزالة الشعر

- الطريقة الأسهل والأكثر عملية وفعالية لإزالة الشعر الزائد والحصول على بشرة رطبة وناعمة.
- باحتوائه على هيامين E وخلاصة الأعشاب الطبيعية، له نتيجة فعالة على جميع أنواع البشرة، يزيل الشعر من جذوره يعطي نتائج تدوم لمدة أطول.
- يستخدم لجميع مناطق الجسم بما فيها منطقة bikini وتحت الإبط
- كل ماعليك فقط رش المنطقة المراد إزالة الشعر منها واتركيه مدة 5 إلى 10 دقيقة .... واستمعي بنعومة لا تميل لها.



Calendula



Aloe Vera



Chamomile

رجعي ثقتك في نفسك

E  
Vitamin

Get rid of it

fast

easy

painless

# برنامج غذائي للاعب كمال الاجسام و لزيادة الوزن و الكتلة العضلية

ملعقة زيت زيتون  
المجموع : ٨٦ سعر حراري و ٤٣ جرام بروتين  
**الوجبة الثانية:**  
٢٠٠ جرام صدور فراخ مشوية + ٣٠٠ جرام ارز  
ابيض (طبق كبير) + كابسولتين زيت سمك  
المجموع : ٧٥٤ سعر حراري و ٧٠ جرام بروتين  
**الوجبة الثالثة:**  
علبة تونة + ٣٠٠ جرام مكرونة (طبق كبير) +  
٥٠ جرام سوداني (كبشة ايد)  
المجموع : ٩٣٠ سعر حراري و ٦٠ جرام  
بروتين  
مجموع اليوم : ٢٥٥٠ سعر حراري و  
١٧٠ جرام بروتين

يجب تناول نظام غذائي متوازن يجمع بين  
البروتين و الكربوهيدرات و الدهون و  
الالياف و الماء و الفيتامينات و المعادن  
في غذاء لاعبي كمال الاجسام. فكل  
عنصر له دوره في بناء العضلات ..  
و يجب تناول سعرات حرارية أكبر من  
احتياجاتك اليومية لزيادة الوزن و الكتلة  
العضلية . مهما تناولت من كميات عالية  
من البروتين و تناولت كميات ضخمة من  
المكملات فلن يزيد وزنك بدون زيادة  
كمية السعرات الحرارية عن احتياجاتك  
اليومية.  
**بأختصار :**

تناول ٤٠ سعر حراري لكل كجم من وزن  
الجسم لزيادة الوزن تناول ٢ جرام بروتين  
لكل كجم من وزن الجسم تناول ٢٠-٣٠٪  
من سعراتك من الدهون .  
**مثال لنظام غذائي للاعب وزنه ٦٠  
كجم :**

كمية السعرات الحرارية المطلوبة = ٦٠  
كجم \* ٤٠ سعر حراري = ٢٤٠٠ سعر حراري ..  
كمية البروتين المطلوبة = ١٢٠ جرام  
بروتين

كمية الدهون المطلوبة = ٦٠ سعر حراري  
من الدهون , أي ٦٦ جرام دهون  
**الوجبة الاولى :**

٣ بيضات + ٢٠٠ جرام فول (طبق متوسط) +  
١٢٠ جرام خبز ابيض (رغيفين عيش) +



MN MARNYS®

رويال بروفيت ٥٠٠٠

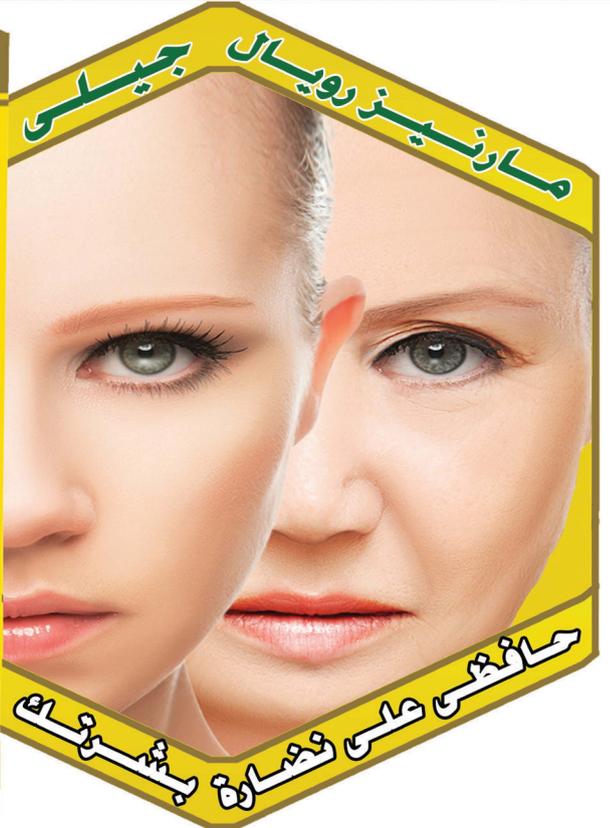
الآن منتجات  
مارنيز الاسبانية  
متوفرة فى مصر



مزيج من  
الحيوية و النشاط



Diet Walfarm



# إياك و هذه التصرفات .. فهي قد تدمر صورتك نهائياً

كما أن بعض الملابس أو الأحذية أو الحقائق قد تدمر إطلالة المرأة، كذلك هناك بعض التصرفات التي قد تخرب أناقة المرأة حتى ولو كانت ترتدي الأفضل

التحليل الشخصي لتصرفاتك، يا عزيزتي، هو من العوامل المهمة للتوصل إلى التصرف بأناقة، مشددة، في الوقت عينه، على أن ما من أحد مثالي، ولهذا لا تقسي على نفسك في حال اكتشفت أنك تقومين بإحدى هذه الأمور

## من قائمة التصرفات التي تنسف الأناقة :

ضرب الشخص الواقف بقربك على ظهره عندما تضحكين أو ضرب الكفين ببعضهما بصوت مرتفع، إضافة إلى المشي ببطء من خلال جر القدمين أو أرجحة اليدين كما يمشي الجندي .

الامتناع عن مسح الأسنان بواسطة اللسان أو الانحناء لتناول الطعام بدلا من جلبه إلى الفم، الأكل على جدران المصعد أو المنضدة أو شبك التذاكر تدخل في قائمة التصرفات التي تنسف الأناقة .

التوقف عن وضع الإصبع في الفم للتخلص من بقايا الطعام و الحك و التملل أو شد السروال أو القميص و سحب أشرطة حمالة الصدر مشددة على ضرورة الامتناع عن التحقق من المظهر أو الأسنان في المرأة الصغيرة في الأماكن العامة غير المرحاض و وضع الماكياج علناً، علماً أن يجوز فقط القيام بوضع بعض أحمر الشفاه سريعاً بعد تناول الطعام .

التحديق في الجو و ترك الفم مفتوحاً قليلاً، مشددة على ضرورة عدم قضم الأظافر و الجلوس مع مباحة الرجلين عن بعضهما أو إظهار الملابس الداخلية.

الركوع للالتقاط شيء ما بدلا من الانحناء وإغلاق الركبتين أو تمشيط الشعر أو اللعب به في الأماكن العامة تدخل في قائمة التصرفات التي تنسف الأناقة.





DS LABROTORIES

الان في مصر



شعر ك ائقل بكثير



NANOSOME  
DELIVERY SYSTEM

بتكنولوجيا



« د. نيفين يحيى صالح »

أخصائي أمراض الجلدية و التجميل و الليزر

عضو الجمعية الافرواسيوية للتجميل و الليزر »

# تقنيات جديدة في عالم التجميل بدون جراحة

## قبل



## بعد



من أبرز هذه التقنيات الحديثة " **الخيوط الجراحية** " ظهرت للمرة الاولى في فرنسا ، لذلك يطلق عليها أحياناً "الخيوط الفرنسية" أما الآن فهي متداولة في كل مكان في العالم ولدى أشهر مراكز التجميل بالدول العربية.

الخيوط الجراحية مصنوعة من مادة **PDO** ، و هي مادة تذوب خلال 6 أشهر في الجلد ، و تثير مادتي الكولاجين و الإيلاستين في البشرة ، تقوم بشد الجلد لفترة طويلة تصل إلى سنتين ، و بعد ذلك تترك الجلد بنسبة تحسن تصل الي ٨٠٪ .

**الدكتورة نيفين يحيى** (أخصائي أمراض الجلدية و التجميل و الليزر

عضو الجمعية الافرواسيوية للتجميل و الليزر ) ، تعمل بتقنية

" **الخيوط الجراحية** " في مصر ، و أكدت أن "الخيوط الجراحية" للتجميل لها عدة أنواع ، لكل نوع وظيفة و منها :

١- **خيوط "المونو"** : تقوم بشد الوجه و إذابة الدهون .

٢- **خيوط "الكوج"** : هي أكثر الخيوط المحببة لأطباء التجميل لأن نتيجتها تظهر أثناء الجلسة بنسبة ٣٠٪ ، و هي عبارة عن خيط رفيع يحتوي على أسنان صغيرة جداً ، تقوم بالتنشاك في الأماكن المطلوب شدها فتظهر النتيجة في الحال وخاصة مع أصحاب البشرة المتهدلة نتيجة فقدان الوزن أو التجاعيد فيبدو الوجه بعد الشد أصغر بعشر سنوات.

٣- **الخيوط الذهبية** : هي عبارة عن خيوط تشبه "المونو" لكنها مغلفة بخيوط من الذهب ، و تتميز بأنها تقوم بشد البشرة و تفتيحه ، و قادرة على إزالة البقع .

**و لزيادة الفاعلية** مع بعض الحالات يتم استخدام " **الفيلر** " ، و أشارت **د. نيفين يحيى** إلى أن الخيوط الفرنسية لا تحتاج الى استخدام البينج ، لكن فقط يتم استخدام بينج موضعي عند المنطقة المجاورة للأذن و هو مكان إدخال الخيط ، و هو شبيه بالسوستة التي تفرد في الجلد بعد دخولها للبشرة . و من المميزات التي توفرها " **الخيوط الجراحية** " للمرأة بمقارنتها بوسائل التجميل الأخرى هي أن المرأة لا تحتاج لوقت كي تتعافي كجلسات الليزر مثلا لكنها يمكن النزول للعمل فوراً في نفس اليوم ، كما أن المحيطين بحواء لا يلاحظون التغيير المفاجئ في الشكل لأن تحسن البشرة يحدث تدريجياً ، حيث يبدأ التحسن في أول شهر بنسبة ٣٠% ، ثاني شهر ٥٠% ، ثالث شهر ٧٠% ثم ١٠٠% .

تعالج الخيوط الفرنسية التجاعيد و البقع واسمرار الإبطين ، و دهون البشرة و ترهلاتها و تعالج أيضاً انتفاخ العين بمساعدة " **الفيلر** " . و أوضحت **د. نيفين يحيى** أن " **الخيوط الجراحية** " تفيد في علاج منطقة انتفاخ حول العينين التي تكون عبارة عن قطعة من الدهن داخل الجفن ، و توصل العلم الحديث ان الخيوط الجراحية تقوم بإذابتها باستخدام نوع مخصص لهذه المنطقة الحساسة ، يقوم الطبيب بزراعة الخيط داخل هذه القطعة الدهنية المسببة لانتفاخ الجفن ، بمساعدة حقن الفيلر في المنطقة المحيطة بالجفن ، و بالتالي تختفي الثنية بفضل الفيلر لمدة ٤ : ٦ شهور إلى ان تقوم الخيوط بمهمتها كاملة ، و خلال هذه الاثناء تعمل الخيوط بإذابة الدهون وإزالتها تماماً ، و لن تحتاج المريضة لحقن فيلر مرة أخرى ، و بذلك تنتهي المشكلة نهائياً .

**استخدام اي خيط من هذه الخيوط يعتمد على نوع البشرة و نوع المشكلة و كمية التجاعيد .**

**قبل**



**بعد**





# كيف يمكنك خسارة الوزن أثناء النوم؟

• قد لا يجول في خلد أحدنا أن بوسعه فقدان الوزن خلال النوم! نعم خلال النوم ؛ ذلك أن الدراسات كانت قد خلصت لنتيجة مفادها أن زيادة ساعات النوم ، بحد ٦ ساعات كحد أدنى ، من شأنه الإسهام في إنزال وزنك ؛ نظراً لزيادة حرق السعرات الحرارية .

**فيما يلي بعض الطرق التي من شأنها مساعدتك على خسارة الوزن أثناء النوم :**

## تناول الحبوب الكاملة مثل الشوفان و الأرز البني :

نظراً لكونها تحتوي على قيمة غذائية إضافية عن تلك الموجودة في الحبوب المعالجة ، بالإضافة لما فيها من ألياف و مواد مضادة للأكسدة لمنعها الإحساس بالجوع . وتحاشي تناول الشطة أو الثوم أو الطعام بصلصة الطماطم قبل النوم مباشرة ، و لا تنسي تناول شراب اليانسون و النعناع على وجه التحديد .

## إطفاء الضوء أثناء النوم :

أولاً من شأنه تعزيز صحتك المناعية ، بالإضافة لكونه يساعد على النوم العميق و بالتالي حرق مزيد من السعرات أثناء النوم .

## جعل الغرفة تميل للبرودة :

و بالتالي تستنزفين سعرات حرارية لتدفئة جسدك أثناء النوم . اجعلي حرارة الغرفة معتدلة و تميل للبرودة ، و لا تثقلي من البطانيات السميقة فوق جسدك .

## التوقف عن تناول الطعام منذ الساعة السابعة مساءً :

توقفي عن تناول الطعام منذ الساعة مساءً ، و إن كنت من اللاتي يعانين الجوع ليلاً ، فعليك ببعض الوجبات الخفيفة و قليلة السعرات مثل الشوفان و اللبن الزبادي أو قطعة توست كاملة الحبوب مع ملعقة من اللبنة منزوعة الدسم أو زبدة الفول السوداني .

## تجنّب البروتينات الكثيرة

**قبل النوم :** تؤدي نسبة البروتين العالية في الوجبة الغذائية لتحوّلها لاحقاً إلى دهون في الجسم . و احرصي على وضع بعض الكربوهيدرات في الوجبة إن كان بها بروتين؛ ذلك أنها محفزة لإنتاج هرمون السيروتونين المفضي للراحة والاسترخاء . إن أنت تناولت كمية معقولة من البروتينات قبل النوم، فستكون النتيجة جيدة ؛ إذ ستستنزفين سعرات حرارية أكثر و بالتالي ستسرّعين من عملية الأيض خلال النوم .

# rejuvi

ريجوڤي USA



~~1000~~ 780

عند شرائك سيروم التفتيح  
وجيل العين  
أحصل على غسول البشرة مجاناً



البرنامج المتكامل لعلاج مشاكل منطقة العين  
الهالات السوداء - الإنتفاخات - التجاعيد



هذا العرض ساري داخل فروع صيدليات دلمار و عطالله فقط ... حتى نفاذ الكمية

f rejuviegypt

FDA

CE

GMP

BUAV

صيدليات  
دلمار و عطالله  
DELMAR &  
ATTALLA  
PHARMACIES

CALL  
19955  
us

# ٥ أخطاء تؤثر على وسامتك.. تجنبها

الرجل الأكثر وسامة هو حلم كل فتاة ، وتختلف معايير وسامة الرجل عند المرأة العربية بشكل كبير، و في الواقع لا يوجد سمات معينة يمكن تعميمها على جميع النساء ، و لكن تظل هناك بعض الأمور التي يجب أن يحافظ عليها الرجل حتى يحافظ على وسامته ، كما أن هناك أخطاء قد يقع فيها الرجل وتؤثر بشكل كبير على قدر وسامته :

## ١- عدم ترطيب البشرة

يعتقد العديد من الرجال أن استخدام مرطبات البشرة يقتصر على النساء ، ومن الضروري تغيير هذه النظرة، كون البشرة تحتاج إلى الترطيب لإعادة توازن الزيوت الطبيعية إليها .

## ٣- إهمال استخدام الواقي الشمسي

لا تختلف بشرة الرجل عن بشرة المرأة كثيراً، فأنت بحاجة أيضاً إلى العناية و الوقاية من أشعة الشمس الضارة ، لذلك من الضروري استخدام واقي شمس مناسب .

## ٥- إهمال العناية بالقدمين

يغفل معظم الرجال عن ضرورة العناية بالقدمين ، إلا أن القدمين بحاجة دائمة إلى عناية يومية عن طريق تنظيفهما و تعقيمهما للتخلص من الجراثيم و الفطريات.

## ٢- عدم تجفيف البشرة

يهمل بعض الرجال تجفيف بشرة الوجه و الجسم بشكل جيد ، مما يتسبب بتهيج الجلد و احتمال انتقال العدوى الفطرية بسبب رطوبة البشرة الزائدة ، لذلك يجب أن يتم تجفيف الجلد بشكل جيد قبل ارتداء الملابس.

## ٤- عدم اتباع نظام غذائي مناسب

لا يعني النظام الغذائي الصحي تناول الأطعمة الحاوية على العناصر الغذائية الأساسية فقط ، بل تناول الطعام في أوقات محددة أيضاً ، و هذا أمر يتجاهله معظم الرجال.



LA ROCHE-POSAY  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



CALL  
19955  
US

عرض خاص  
خصم 10%

على كل منتجات  
من 1 يوليو إلى 15 يوليو  
حصرياً بصيدليات دلمار و عطالله



إكسب تلفزيون هدية من  
لاروش بوزاي وصيدليات دلمار و عطالله





# Ringworm or Dermatophytosis in cats

## ( القوباء ) فى القطط :

و هو مرض فطرى يصيب الجلد و الشعر و الأظافر فى القطط و هو مرض معدى للقطط و الكلاب و الإنسان تحدث العدوى بظهور شكل كلاسيكى للمرض و هو ظهور شكل حلقي او دائرى خالى من الشعر مع ظهور احمرار بسيط يخف ذاتيا مع نفسه بمرور الوقت بمجرد تحسن الظروف المحيطة و تحسن الجهاز المناعى للحيوان القطة ربما تكون حاملة للمرض دون ظهور اى عرض مرضى لكنها تنشر العدوى بالجراثيم الموجودة عليها فيحدث العدوى عن طريق الإحتكاك المباشر او عن طريق استخدام فرش ملوثة بالجراثيم او وضع الحيوان فى قفص ملوث نتيجة قط اخر مصاب كان به القطة الصغيره اكثر عرضه للاصابه بالمرض نتيجة ان الجهاز المناعى لم ينشط جيدا او نتيجة كثرة استخدام المركبات الستيرويدية او كنتيجة للاصابه باى مرض اخر او تعرض القط لاي نوع من انواع تغيير الظروف البيئيه المحيطة به و كذلك سوء التغذية .

يتم تشخيص هذا المرض اولا بظهور الأعراض المتعارف عليها كذلك باستخدام اللمبه الفلورينس حيث الشعر الموجود به الجراثيم يحدث إضاءه ملونه فى الظلام كما يمكن استخدام مجموعه من الشعر لفحصها تحت الميكروسكوب و ايجاد الجراثيم المسببه للمرض .

علاج هذا المرض هو بسيط لكنه يعتمد على تحسين الظروف البيئيه للقط . ايضا توفير غذاء صحى متكامل يحتوى على العناصر الهامه للجسم بالاضافه لاستخدام مضاد الفطريات التى يرشها لك الدكتور البيطرى .

زيارتك للطبيب البيطرى من حين لآخر هامه لفحص الحيوان و الاطمئنان على صحته

د. أميمه حجاج عطيه

ماجستير جراحة الحيوانات المنزلية  
طب بيطرى جامعة القاهرة





MEDICAL SYSTEMS

BIONIME  
Better health for more people

إسبالتيا

إسأل طبيب ومتسألش مجرب



www.esbitalia.com

للحصول علي معلومات واستشارات طبية مجاناً



تابعونا على Esbitalia إسبالتيا

لماذا جهاز بيونيم GM720 هو الأفضل ؟

مميزات الجهاز:

- 1- تكويد ذاتي.
- 2- ذاكرة تسع (1000) قراءة.
- 3- امكانية الحصول على متوسط القياسات من 1 يوم إلى 90 يوم.
- 4- شريط الاختبار مصمم لمنع انتقال العدوى.
- 5- عينة دم صغيرة جداً 0.7 ميكروليتر.
- 6- الأنزيم المستخدم GDH - FAD المتوافق عليه دولياً.
- 7- إمكانية أخذ عينة من الإصبع والوريد.
- 8- HTC من 10-70 % مما يجعله أدق جهاز لقياس السكر وبالأخص في حالات مرضى غسيل الكلى والاطفال حديثي الولادة .
- 9- أوسع مدى للقياس من 10-700 .
- 10- الجهاز حاصل على أعلى شهادات الجودة ISO رقم 15197-2013.

متعة التحكم  
في السكر

خصم 20% عند شرائك الجهاز عن طريق الفيسبوك



Bionime - Rossmax

لوزيد من المعلومات



Find Our Application on Play Store



سكر و ضغط



Johnson's كل لحظة حكاية.



هو يحب  
وقت الاستحمام

انت تحبين ان لمسيتك  
توعي حواسه



أوقات استحمام سعيدة = تنظيف + شامبو + ترطيب

عيشي إحساس  
النظافة والجفاف.  
كل يوم، طوال اليوم.



Carefree  
عيشي حياتك بلا انقطاع  
carefree.me.com

عندما تكتسبون الإفرازة النهائية للمرة الأولى، من الطبيعي أن يشغل هذا الأمر بك وينعكس على ثقك بنفسك. لا تشغلي بالك، فوط Carefree اليومية تمنحك إحساساً رائعاً بالنظافة والجفاف لكي تعمري براحة البال وتعيشي يومك بثقة.

WHAT BRUSHING STARTS  
LISTERINE® FINISHES

6  
BENEFITS  
IN one



new



Johnson & Johnson

إيموديوم®  
فوري

يقضي على الإسهال  
في أقل من ساعة



يدوب فوراً  
في الفم

For further information contact  
Johnson & Johnson

Florida Mall, 5th floor, Sheikhan Helwan, Cairo, Egypt.  
Tel: (02) 22679139 - Fax: (02) 22673394

# هكذا تجعلين طفلك صاحب شخصية قوية

• تقع مسؤولية تنمية مدارك وشخصية الطفل على الوالدين حيث يتولى الوالدين تربية الطفل و توجيهه و اختيار الأسلوب الذي يرايه الأنسب لذلك.

و قد تلتمس بعض الأمهات نقاط ضعف معينة في شخصية أطفالهن، كالخجل الشديد أو ضعف الشخصية وعدم القدرة على التواصل مع الآخرين بسلاسة. فتشعرن بالتوتر و القلق حيال ذلك. ولكن لا داعي للقلق مطلقاً حيث يستطيع الأهل تدارك الأمر خاصة إذا ما اكتشفوه في سن مبكرة و تنمية شخصية الطفل و تطويرها نحو الأفضل .

## وسنعرفكم اليوم على بعض الطرق التي يمكنها أن تقوي شخصية الطفل:

\* شجعيه واثني على سلوكياته وأخلاقه العالية أمام الآخرين وبالأخص أمام أصدقائه، أشعريه كم أنت فخورة به وبتصرفاته الجيدة. فذلك سيجعل كل شيء على مايرام.

\* شجعي الطفل أيضاً على اللعب مع الآخرين والتواصل مع الأطفال من حوله من خلال تسهيل انخراطه في المجتمع من حوله. كأن تقومي بوضعه في معاهد لتعليم السباحة أو الرسم أو العزف بحسب.

\* عليك أولاً و بشكل أساسي أن تخففي من تدليل طفلك دون حدود، حيث يضعف الدلال شخصية الطفل خاصة إذا ما اعتاد أن يحصل على كل ما يريد. احرصي على أن تكوني متوازنة في طريقة تربيته له و تلبية رغباته .

\* يمكنك أن تتبعي أسلوب الشرح والنقاش لتعريفه بخطئه . و يمكنك عقابه بحرمانه من شيء يحبه كمنعه من مشاهدة التلفاز لو كرر خطأه . لكن ابتعدي أيضاً عن القسوة الزائدة و الحرمان الدائم ، و الصراخ في التعاطي مع الطفل .

\* دعيه يعتمد قليلاً على نفسه ويحاول حتى لو فشل في المرات الأولى ، شجعيه على ذلك وعلميه أن يصبر ويكرر المحاولة وازريه بنفسه الإيمان بأنه سينجح في نهاية الأمر، فذلك سيعلمه الصبر والإرادة للوصول إلى ما يريد .

\* اشعريه بأن لديك ثقة كبيرة به من خلال بناء علاقة بينكما قوامها الحب والطمأنينة والثقة، استمعي لمشكلاته، حدثيه بحب وهدوء.



