

WIN!

- * Design-eettafel
- * Vakantie voor de hele familie
- * Meubelcheque
- * Culinair arrangement

ELKE WEEK EEN FEESTJE!

de woonmaand is begonnen

DEZE WEEK: DE BULB-TREND UIT MILAAN

- * Buitenmode
- * 'Beestenboel' in huis
- * 7x vegetarisch

EN OOK!



Simpel, snel en vega



www.libelle.nl



Julia Roberts

"Als kind had ik geen idee dat we geldzorgen hadden"

Met een huisdier LEEF JE LANGER, GELUKKIGER EN GEZONDER!

MET HEEL VEEL EXTRA! LIBELLE-KORTING! 40 UITJES VOOR GROOT EN KLEIN

HERFST DAGJES UITGIDS

- Klimmen * Spookkasteel * Pretparken
- * Overdekte speeltuinen * Op pad met de boswachter * Ballet * Film en nog veel meer!



Baasje gezocht

DE LEUKSTE DIEREN UIT HET ASIEL

WOEF & CO



MEDISCH NIEUWS

Van pleister tot pilletje, van ijferweetje tot opzienbarend feit: nieuws over lichamelijke én geestelijke gezondheidskwesties.



Blikvangers

Iedereen vindt het gezellig op zijn tijd: kaarten. Maar gaan de ogen achteruit, dan kan het lastiger worden om nog het verschil tussen ruiten en harten te zien. Oud-ergotherapeut Nicole van Dijk ontwikkelde daarom een speciale kaartset: Icatchers. Aanvankelijk voor haar 84-jarige moeder die nog graag een kaartje legde. Maar door de vele enthousiaste reacties, en positieve tests met goeden slechtzienden, kinderen én gehandicapten, is haar kaartspel nu in productie genomen. De Icatchers zijn échte blikvangers: ze hebben een duidelijke, zwarte 'soort' opdruk in één richting en zijn bedrukt met essentiële informatie in vrolijke, sterk contrasterende kleuren. www.icatchercards.nl

Jeuk? Melden!

Weleens jeuk, uitslag, schilfers of rode ogen gehad na cosmeticagebruik? Of ademhalingsproblemen, haaruitval, neus-slijmvliesklachten of hoofdpijn? Al deze klachten, hoe mild ook, kun je melden op www.cosmeticaklachten.nl. Dit online meldpunt van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu en de Voedsel en Waren Autoriteit maakt onderdeel uit van een onderzoek waarvan de resultaten volgend jaar bekend worden gemaakt. Gemiddeld gebruiken vrouwen vijf cosmeticaproducten per dag: van tandpasta en nagellak tot deodorant, shampoo, gel, crème, scheerschuim, zeep en make-up. Meestal zijn het niet de producten zelf, maar bepaalde ingrediënten of kleurstoffen die irriteren. De 'klachtenlijn' moet helpen dit goed in kaart te brengen.

6x slapen

Kunt u het ook niet uitstaan dat hij al 'weg is' zodra hij zijn kussen raakt? Terwijl u zelf ligt te draaien, zuchten, piekeren, nog dorst heeft, wil praten...? U bent de enige niet.

1. Uit Brits onderzoek blijkt dat een op de vier vrouwen haar slapende partner wakker maakt. Met een por, de tv, het licht of gewoon door stug te blijven doorpraten. Waarom? Gewoon, uit slaapnijd...
2. Je partner wakker houden is overigens niet slim. Een op de twintig koppels gaat uit elkaar omdat een van de twee uitgeput was.
3. Ouders missen de eerste twee jaar van hun kind zo'n zes maanden aan slaap!
4. Mensen die gemiddeld zeven uur slapen gaan het gezondst door het leven.
5. Mensen onder de zestig jaar die minder dan vijf uur slapen, lopen drie keer meer risico op hartfalen in vergelijking met mensen die zeven uur per nacht slapen.
6. Eén goede nacht kan verloren slaapuren in de dagen ervoor niet helemaal compenseren. Af en toe uitslapen doet de hersenen wel goed.

VRAAG ? ANTWOORD

Kan ik gewoon aambeienzalf gebruiken?



Dr. Sylvie Lo Fo Wong, Libelle's Huisarts van het jaar 2006:

"Pijn tijdens of direct na de stoelgang of bloed bij het afvegen zijn lang niet altijd het gevolg van aambeien. Soms worden deze klachten veroorzaakt door kloofjes (fissuren) bij de sluitspier. In dat geval zal een aambeienzalf niet werken en is juist een middel nodig dat een vaatverwijdend effect heeft, zoals isosorbidecrème. De doorbloeding zal dan toenemen waardoor de wondjes kunnen genezen. In geval van aambeien, uitgerekte en opgezette bloedvaatjes, wil je juist geen vaatverwijding. Naast aambeien, kunnen dus ook fissuren, fistels of andere aandoeningen in het darmkanaal soortgelijke symptomen geven. Het is daarom altijd verstandig uw huisarts hiervoor te raadplegen. Vooral bij plotselinge felle pijn rondom de anus, bij herhaald optreden van bloed in de ontlasting of bij plotselinge of geleidelijke verandering in het stoelgangpatroon."

30%
VAN DE MANNEN MET OVERGEWICHT IS GEZOND, BIJ VROUWEN IS DAT 10%

Hartproblemen na chemo

Ruim een kwart van de kinderen die zijn genezen van kanker heeft op jongvolwassen leeftijd een hartafwijking die uiteindelijk kan leiden tot hartfalen. Dit blijkt uit onderzoek van het Emma Kinderziekenhuis in Amsterdam waarin 601 kinderen werden gevolgd. Van ruim driehonderd oud-patiënten werd zo'n vijftien jaar nadat ze genezen waren verklaard een echo van het hart gemaakt. Afwijkingen kwamen vooral voor bij diegenen die als kind zowel bestraling als chemotherapie hadden gekregen. In bijna alle gevallen gaf de gevonden afwijking op dat moment overigens nog geen (hart)klachten. Het onderzoek toont vooral aan dat ex-kankerpatiënten goed moeten worden gevolgd en dat artsen alert moeten zijn op hartproblemen. Bron: AMC