

Mladostna rdeča lička in ustnice

Ko je bila moja soproga še deklica, je njen oče večkrat rekel: »Naša pa ne bo potrebovala rdečila«. Rdeče ustnice, rožnata lička in nohti so znak dobre prekrvavljenosti in mladostne življenjske moči. Zato si jih ženske rade namažejo z rdečimi ali rožnatimi odtenki. Pomodrele ustnice pa so znak hude podhlajenosti in so, vsaj za nas starejše, večinoma nepriljubljene. Podobno črno pobarvane nohte asociiramo s poškodbami prstov pod nohti, tetovaže pa z modricami in telesnimi poškodbami. Osebnost me kar stisne v želodcu, ko jih zagledam. A zdi se, da pri mladih ni tako in je mnogim to privlačno.

To številko mesečnih novic posvečam zdravju in lepoti kože.

Iztok Ostan

Izboljšanje tonusa kože in mišic

»Pred štirimi leti«, nam je pisala 56-letna gospa z Gorenjske, »sem začela jemati optimalno kombinacijo aminokislin (OKA). Opažala sem namreč, da so moje roke in bedra postajala mlahava.

Vsak dan vzamem po 4 do 6 tablet.

Tonus kože in mišic se je v tem času vidno izboljšal. Seveda se ne zanašam le na aminokislino, tudi gibam se, ampak gibala sem se tudi prej, pa se je tonus kože in mišic kljub temu s staranjem slabšal.



Deklica je ob pitju bio probiotika EM pozdravila kožo in seneni nahod

To izkušnjo nam je leta 2018 posredovala mati dveh otrok:

»Moja hčerka je po tem, ko smo z naravnimi zdravili pozdravili njene angine, dobila atopični dermatitis in seneni nahod pri starosti 5 let. Bilo je hudo, saj ji je že skoraj vsaka hrana škodila.

Želeli smo ji pomagati z naravnim zdravljenjem, zato je začela redno hoditi v solne sobe, malo kasneje pa smo odkrili še probiotik EM. Prvi dan se je po zaužitju probiotika pojavila huda reakcija na koži in v želodcu. Vedeli smo, da je to le reakcija, zato smo vztrajali. Že naslednji dan je bilo veliko bolje in njeno zdravstveno stanje se je vidno izboljševalo.

Tako vsako leto dvakrat nabavim 3-litrsko pakiranje tega probiotika za oba otroka in zase, kar se nam zelo pozna pri zdravju in splošnem počutju ter prebavi. Hčerka si je težave s kožo povsem pozdravila. Sedaj sta otroka stara 12 in 13 let.

Tečaj postenja

Drago Klanšček in dr. Helena Jeriček Klanšček že dolgo vodita skupinsko postenje, med drugim tudi polnovredno postenje po metodi dr. Ostana. Naslednji tečaj postenja bo v Kriški vasi od 19. 8. do 22. 8. 2021. Več informacij dobite na <https://postenjedih.si/> ali na 041 517 256.

Novice pošiljata: Marjan in Mojca F. Breznikar

Za naročila pokličite: **Gsm 040 834 904**

Prek spleta:

www.map-amino-acid.com MAP (OKA)

www.megahydrate.si ... FHES in drugi izdelki

www.probiotik.si EM Vita Biosa

Kako mladi doživljajo osebe s tetovažami

Opravljenih je bilo več raziskav o dojemanju tetoviranja, najboljše leta 2017 na Poljskem (Galbarczyk, Ziomkiewicz, 2017). V njej so 2584 heteroseksualnim prostovoljcem obeh spolov, starih v povprečju 25 let, dali v oceno pare fotografij približno toliko starih moških s tetovažo in brez nje (glej sliko). Moški so ocenili, da so osebe s tatujem (za ženske) privlačnejše od tistih brez njega. V nasprotju z raziskavami v deželah z nižjim življenjskim standardom, se mladim Poljakinjam moški s tatujem niso zdeli lepši od tistih brez njih, a tudi grši ne. So pa jih ocenile kot »bolj zdrave«. To se lahko zdi čudno, a tatuj, podobno kot modrice in brazgotine, lahko pomenijo, da je nekdo uspešno preстал poškodbe in se ob tem okrepil. Te so lahko za ženske spolno privlačne. Predhodna študija (Burriss et al., 2009) je namreč pokazala, da imajo ženske za kratkotrajne odnose raje moške z brazgotinami, kar pa ne velja za dolgoročne zveze. V omenjeni raziskavi na Poljskem so se ženskam zdeli moški s tatujem bolj možati, bolj dominantni in bolj agresivni od netetoviranih; obenem pa so menile, da so tetovirani v primerjavi z netetoviranimi manj primerni za potencialne partnerje in družinske očete.

Raziskava na Poljskem je torej pokazala, da za mlade ženske dandanes tetovirani moški niso nič grši od netetoviranih, imajo pa celo nekatere prednosti pri vzpostavljanju odnosov z nasprotnim spolom. Ker se tudi pri nas tetoviranje med mladimi zelo razširja, se je smiselno vprašati, kaj se je v nekaj generacijah spremenilo, da je postalo tetoviranje mnogo bolj priljubljeno in privlačno kot je bilo v času moje mladosti.



Fotografija mladeniča (slika na levi), ki so ji računalniško dodali tetovažo na desno ramo (slika na desni). V raziskavi na Poljskem (Galbarczyk, Ziomkiewicz, 2017) so take pare sličic dali v oceno mladim prostovoljcem obeh spolov.

Če je bivanjsko okolje staršev nestabilno, je vedenje potomcev bolj agresivno

S poskusi na podganah so ugotovili, da je vedenje mladičev zelo odvisno od tega, ali jih matere intenzivno ližejo v prvem tednu življenja. Mladički, ki jih matere v tem času veliko ližejo, so vse življenje bolj socialni, manj plašljivi, manj agresivni. Mladički, ki jih matere v tem obdobju manj ližejo, pa so bolj plašljivi in previdni, a tudi agresivnejši (Caldji et al., 2000, Francis et al., 1999; Weaver et al., 2004). Ugotovili so, da matere, ki živijo v nevarnejšem okolju, manj ližejo mladiče. S tem mehanizmom narava prilagaja mladiče na specifične pogoje, v katerih živijo starši.

Znano je, da se tudi pri ljudeh navade iz zgodnjega otroštva vtisnejo za celo življenje in jih je težko spreminjati. Če so mladi tudi po svojih estetskih kriterijih bolj agresivni kot smo bili mi v mladosti, je to verjetno posledica bolj negotovega sodobnega okolja. V prvih desetletjih po drugi svetovni vojni je bilo okolje, v katerem so živeli naši starši, varnejše in bolj stabilno, službe so bile stalne, stanovanja se je dalo dobiti, računal si lahko na spodobno pokojnino ... To občutje varnosti se je s staršev prenašalo na nas in ne pomnim, da bi bilo med otroki v soseski ali v šoli kako nasilje. Današnji čas je vse bolj tekmovalen, negotov in verjetno se to prenaša s sodobnih staršev na otroke, podobno kot na mladiče podgan, ki so v negotovem okolju postali manj zaupljivi in bolj agresivni.

Močno razširjeno tetoviranje pri mladih, ki se nam starejšim zdi tako tuje, je verjetno tudi zunanji izraz in posledica vse bolj negotovega okolja, v katerem odraščajo mladi in se nanj prilagajajo z bolj previdnim in agresivnim vedenjem, in kot rečeno tudi z bolj agresivnimi estetskimi kriteriji. Raziskave so namreč pokazale, da se moškim poveča samozavest že po prvem tatujem (Swami, 2011), kar je v negotovih razmerah pomembno za preživetje in uspeh.

Svet vedenjskih in lepotnih kriterijev starejših izginja, vedenje in estetski kriteriji mladih so bolj prilagojeni na novi svet.

