

Коли

Китайското
автомобилно
чудо



►16

Поколения

Многоплодната
бременност



►4

Балнеолечение

„Медика-Албена“
върща
самочувствието



►10



Брой 32 (132), 24 - 30 август 2010 г. (зог. IV)

тираж 100 000

Живот и Здраве

Светът на модерния човек

Добрата новина

*Държавата ще
продължи да финансира
ин витро процедурите*

От създаването на Центъра "Фонд за асистирана репродукция" през април миналата година до юни 2010 г. са осъществени 172 раждания с 235 живородени деца.

Данните бяха изнесени по време на пресконференция в здравното министерство, от която стана ясно още, че макар тазгодишният бюджет на фонда за асистирана репродукция от 10 млн. лв. вече да е бил изразходван, подпомагането за този вид процедури няма да спре.

Д-р Николай Лалев, директор на фонда, обясни, че поводите за тревога са излишни, тъй като правителството е изразило подкрепата си за фонда и процедурите ще продължават да се финансират.

Всеки ин витро опит се финансира с до 5000 лв. за самата процедура и за необходимите лекарства, като фондът финансира до три ин витро опита за всяка жена в 18-те медицински центъра, с които са сключени договори.

С предимство се придвижват молбите на жените, които са навършили 42 г., тъй като според Наредба № 28 43-годишните не могат да кандидатстват за процедура поради увеличените здравни рискове и опасността от малформации на плода.

Пари



История и суеверия ►13

Успех!

Бойко Станкушев, доскоро управител на Хелт Медия, вече е част от ръководството на БНТ.

Пожелаваме му успех и му напомняме, че може и да сме бивши колеги, но бивши приятели - не!



Подробна информация за разпространението на в. „Живот и Здраве“ по градове, обекти и бройки вижте на интернет адрес: <http://jivotizdrave.bg>



Европа съветва: Станете вегетарианци!

Как консумацията на месо съсипе екологията ►8

Снимка Радя ПЕТКОВА

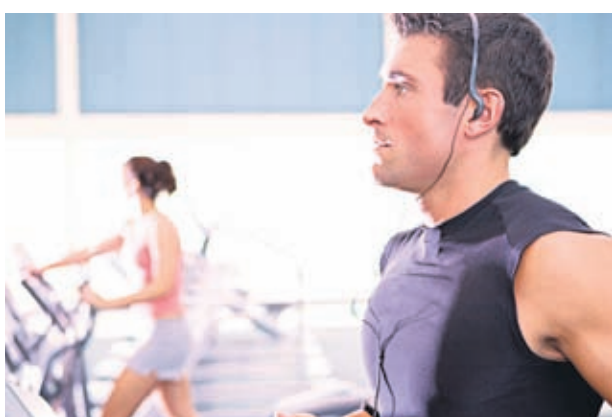


Обучителен семинар на „Брандекс България“, София, по програмата „Botanic“

Музиката прави спорта по-ефективен

Бягането или заниманията с какъвто и да е друг спорт са не само по-приятни под съпровода на музика, но и по-ефективни. Учени провели изследване и доказали, че всеки стил - от рокенрол до R&B, подобрява резултатите от физическото натоварване. При това повечето хора дори не забелязват, че започват да спортуват по-интензивно и целенасочено. Темпото на музиката налага ритъм, което в повечето случаи остава скрито за спортуващите.

Според специалистите възможно е положителният ефект да се



дължи на факта, че музикалният такт съвпада с биенето на сърцето. А може би любимите изпълнения ни зареждат с енергия и ни правят по-

щастливи. Важното е, че когато спортуваме, музиката носи само полза. Няма значение какво слушаме, основното е темпото.

Работа без отпускатъ съкращава живота

Експерти са изчислили, че за пълноценен отпих на човек са му необходими 28 дни. А при тези, които работят без отпускатъ, продължителността на живо-



та е по-кратка от тази на хроничните алкохолици. Рискът от сърдечно-съдови заболявания намалява с 40%, ако почиваме поне веднъж в годината.

На най-дълга отпускатъ в света се радват финландците - 39 дни, следвани от французите - 34 дни. Най-кратко отгъхват японците - 10-14 дни. На второ място са американците. Те почиват средно по 17 дни.

80% от британците водят делови преписки, докато са в отпускатъ, 50% разговарят по телефона, а 10% посещават офиса.

За България е трудно да се открият подобни данни, но според статистиката 63% от сънародниците ни няма да почиват през лятото.

„Брандекс“ срещу остеоартрозата

Завърши програмата "Botanic" на "Брандекс България", организирана заедно с дружеството по ревматология. Обучителни семинари в 10 здравни заведения в София на тема "Хондропро-тективно лечение при остеоартроза", възможност за онлайн консултации по телефона, чрез сайта www.botanic.cc за всичко, свързано с болестта и над 80 безплатни прегледа - всичко това е само част от равностметката. Целта: информирание, ранно диагностициране и превенция на заболявания с използване на синергичната връзка между водещи специалисти, съвременни изследвания и природни продукти.

Артрозата е чест проблем, уточняват от "Брандекс", заболяванията застрашават 30% от хората, 50% над 40 г., 90% над 70 г., причиняват силни болки и нетрудос-

пособност, а дългият прием на конвенционални лекарства има странични ефекти върху стомах, черен дроб, бъбреци и сърдечно-съдова система. Предложението на фирмата в битката с остеоартрозата е употребата на хондропро-тектори - основна градивна единица на ставния хрущял, комбинация от активни фитосубстанции с хондропро-тектори за успокояване на болката и възпалението.

Съществена част от дейността ни е издирването на успешни стари, дори древни практики с фитопродукти. В основата на програмата "Botanic" е разбирането, че не само дух и тяло трябва да бъдат в хармония, но и ние да сме в хармония с околната среда, да знаем как да реагираме, когато балансът е нарушен, обобщава Димитър Хрусанов - управител на "Брандекс" у нас.

Зехтин и риба за безопасен тен



Не само кремове и лосионите помагат да добием хубав тен без опасност за здравето. Оказва се, че безопасният загар е свързан и с това, което ядем. До този извод са стигнали учени от университета в Тел Авив. Те провели изследване и доказали, че диетата, богата на зехтин, риба, червени плодове и зеленчуци, е много добра профилактика срещу рака на кожата. Учените са категорични, че приемът на антиоксиданти и омега-3 мастни киселини неутрализира вредното окисляващо действие на слънчевите ултравиолетови лъчи върху организма. Известно е, че жителите на Средиземноморския регион, за които такова меню е всекидневие, рядко страдат от меланом.

Етажите влияят на здравето

Да се живее на високи етажи е вредно - доказали учени. Причината е, че за нормалната дейност на организма е необходимо определено ниво на земното магнитно поле. Ако то отслабва, при хората се появяват сериозни проблеми със здравето.

След дълги проучвания специалистите установиха, че след седмия етаж магнитното поле отслабва достатъчно, за да навреди на човешкия организъм.

Освен това вече се знае как строителният материал, от който са издигнати сградите, влияе върху геомагнитното поле. Бетонът отслабва силата му с 10%, кирпичът - със 7%, а дървото - само с 1%. Този ефект е вреден най-вече за сърдечно-съдовата, нервната и имунната система, защото създава допълнително натоварване върху организма.

Игва повече живот и здраве

Петър ГАЛЕВ,
главен редактор

Скъпи приятели на "Живот и Здраве", след кратката лятна ваканция в редакцията ни чакаха огромен брой писма - в пликче и електронни, с желание вестникът да достига до повече градове и повече читатели. Оказа се, че солидният за България тираж от 100 000 броя всяка седмица бързо ни отесня. И няма как да е, когато все повече хора търсят полезно, достоверно и занимателно четиво, написано на достъпен език и според съвременните журналистически стандарти. Бъдете сигурни, че нашите усилия са първият безплатен за потребителите, но не и евтин като съдържание български седмичник да отиде при всички, които искат да го четат. Затова от 21 септември в отговор на вашето желание увеличаваме тиража с 50% - на 150 000 броя седмично. Това ще ни позволи да разпространяваме изданието на допълнителни места и в повече градове. За новите точки на разпространение ще ви информираме своевременно, но както и досега, ще можете да ни намирате в станциите на софийското метро, в магазините на "Билла", в Технополис, в бизнесцентрове и други оживени места в градовете на цяла България. Благодарим ви за лоялността и активната позиция. За екипа на вестника те са основният двигател във всекидневните му усилия да прави интересен и четивен вестник.



При алергии
и сенна хрема

ROLETRA
Loratadine tabl. 10 mg x 10

За да усетиш мелодията на цветовете!

Allegro

Антиалергичен лекарствен продукт без рецепта за възрастни и деца над 7 г. Търсете в аптеките.

Scopharm

ЕКОФАРМ ЕООД 1421 София
бул. Черни Врх № 14 в. 3
тел. 963 15 96; 963 15 97
факс: 963 15 61

Обявиха най-безопасните автомобили

Cadillac CTS и Infiniti M37/M56 получиха голямата награда за защита на пасажерите Top Safety Pick, определяна всяка година от Застрахователния институт за пътна безопасност на САЩ. Изследователи проверили чрез тестове безопасността на автомобилите при фронтален, страничен или удар отзад, при преобръщане, както и сис-

темата за стабилизация. При всички тези изпитания колите получили оценка "добър", която е и най-висока.

Изпитанията, имитиращи преобръщане на автомобилите, преминаха още Lexus GS и Audi A6 2010, но заслужиха оценка "удовлетворителен". Безопасността на Acura RL се оказа пределно ниска.

Специалистите обръ-

наха внимание на производителите върху здравината на покривите, която в много случаи на пътнотранспортни произшествия е решаваща.

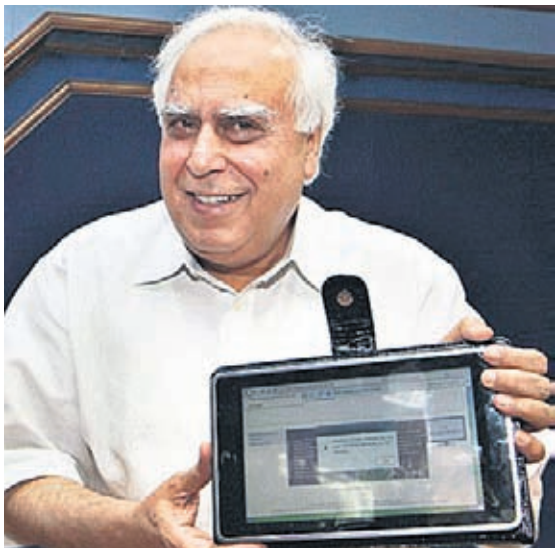
Предишни носители на наградата Top Safety Pick са автомобилите BMW 5-Series, Hyundai Genesis, Lincoln MKS, Mercedes E-Class, Volvo S80, Kia Cerato, Jeep Grand Cherokee и Mitsubishi Lancer.



Индийците отново изненадаха с евтина техника

Индия стана родина на компактен автомобил за 2000 долара, на мобилен телефон за 20 долара, а наскоро изненада света и с най-евтиния и най-малък компютър. Цената на миниатюрната техника е 35 долара. Изобретението е предназначено за не-богати индийски студенти и се очаква търсенето да бъде много голямо. В масово производство новият компютър ще влезе през 2011 г. Той може да поддържа всички базово необходими програми, на него може да се набират текстове, да се ползва интернет и даже да се организират конференции в мрежата.

Индийците задминаха хонконгската компания Bestlink, която държеше първенството с нутбук за 180 долара.



Бил Гейтс иска да изхрани човечеството



Бил Гейтс, основателят на Microsoft, съвсем се е отдал на филантропия. Той твърдо е решил да нахрани цялото човечество и за да осъществи това си намерение, харчи милиони долари. Последният му проект се отнася за селекция на растение, което може да бъде за хората съкровищница на витамини и минерални вещества. Подкрепяни от милиардера, учените са се захванали с разработване на варианти на зърнената култура сорго, която се използва и за храна, и за

фураж.

Генните инженери са решили да усъвършенстват растението и да получат култура-чудо, която ще е способна да замени другите хранителни продукти. Соргото привлече интереса на специалистите и с ниската си потребност от вода.

Опити да се създаде растение-чудо са се правили неведнъж, но всички са претърпявали неуспех. Милионите на Гейтс обаче може да стимулират и най-скептично настроените учени.



Телефоните - играчки за богаташи

Мобилените телефони не останаха извън ползването на бижутерите, които бързо надушиха в изобретението източник на сериозни финансови постъпления.

Известният сред любителите на лукса австралийски майстор Питър Алойсън удиви ценителите с невероятен модел, който се оказа и най-скъп в света. На базата на популярния Apple iPhone 3G бижутерът създаде телефона King Button, за който е използвал 18-каратово бяло, жълто и розово злато, както и 138 диаманта от най-високо качество. Цената на телефона бижу е около 2,5 млн. долара.

След него се нарежда Diamond Crypto Smartphone. Можеме да го купим сре-

щу 1,3 млн. долара. Корпусът на джигесма е изработен от платина, проба 950, и е инкрустиран с диаманти от австрийски ювелири.

На трето място се класира швейцарската фирма Goldvish, която и по-рано стана известна със скъпите си модели мобилни телефони. Корпусът на апарата, струващ 1 млн. долара, е изработен от бяло злато и също е инкрустиран с диаманти.

Между най-скъпите телефони не може да не влезе модел на компанията Vertu (британското погрязделение на Nokia), включен в колекцията Vertu Signature Diamond Collection. Цената на телефона е 350 000 долара и той е пуснат само в 200 екземпляра.

НОВО

Пробиотик

Lacto 4

Lactobacillus acidophilus

Lactobacillus rhamnosus

Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus

Streptococcus thermophilus

Възстановява чревната микрофлора

Подобрява функцията на храносмилателната система

Есopharm

1421 София, бул. "Черни връх" 14, бл. 3
тел.: 02/ 963 15 96

Лакто 4

30 капсули



Реч

Когато гецага
говорят неправилно ▶



24 - 30 август 2010 г.

Живот
Здраве

Гъби

Отровните
двойници ▶

Многоплодната бременност носи рискове

Ако държавата има пари, можем да правим ин витро с по един ембрион, твърди д-р Ангел Ставрев от пловдивската клиника „Селена“

Луиза Браун, първото бебе "в епруветка", е вече на 32. За това време медицината, помагача и при стерилитет семейството да се радва на потомство, се разви много бързо. Успеваемостта при ин витро процедурата нарасна с пъти. Според видни европейски експерти, които бяха гости на XI национален конгрес по стерилитет в Пловдив, може би най-големият проблем обаче остава многоплодната бременност. И той не произтича от технологията, а основно от пациентите и обществото.

Световната тенденция е в матката да се връщат най-много два ембриона, за да няма многоплодни бременности, като се върви към идеалния вариант - връщане на един ембрион.

"Мнозина не осъзнават ясните аргументи за по-високия риск от преждевременно раждане, както и от непосредствени или дълготрайни недъзи след многоплодна бременност", каза английският проф. У. Леджер от университета в Шефилд. За да осигури балансирана информация по проблема, британският регулатор в областта на асистиранията репродукция поддържа дори специален сайт "По едно наведнъж", чиято цел е в близките 5 години да се намали бро-



Д-р Ангел Ставрев

ят на многоплодните бременности и да се облекчи товарът върху публичните финанси в резултат на преждевременни раждания и дефекти.

В България финансирането определя и практиката

А тя е да се прави ин витро с повече от два ембриона, като съображенията са чисто икономически, а не медицински. Защото докато на Запад публичните фондове заплащат 6 опита, в Израел - неограничен брой, у нас държавата дава пари за 3. "Като връщаме 3 ембриона, при добра успеваемост на процедурата не се налага следващ опит. Ако държавата имаше достатъчно пари, можехме да връщаме по един ембрион и всички бременности да са едноплодни. Но за това ще са необходими не 10 млн., а 30 млн. годишно", каза д-р Ангел Ставрев от пловдивската клиника "Селена".

Повишената успеваемост и осигуреното фи-



Близнаците носят двойна радост във всяко семейство, но често многоплодната бременност е свързана със сериозни медицински усложнения

нансиране дават вече различен отпреди години хоризонт - а именно, към намаляването на броя на връщаните в матката ембриони. Ин витро е нещо много скъпо и държавата не е в състояние да плати N броя опити. "Например в нашата клиника, ако връ-

Ако между лекар и пациент няма емоционален контакт, успеваемостта доказано спада с 15-20%

щаме по три ембриона, успеваемостта е над 60%. Ако връщаме по един, ще бъде някъде между 15 и 18%. Законът разрешава връщане на три ембриона. А ние винаги редуцираме единия близък, когато бременността е повече от двуплодна, а при някои жени и двата", поясни д-р Ставрев.

При първи опит са разрешени 2. Ако жената има вече два неуспешни опита - тогава е допустимо връщането на 3.

От 2 години клиниката прави предимплантационна диагностика в партньорство с най-близките центрове в Милано и в Истанбул (за да може да съществува, подобен център обслужва 80 млн. население). И това е изключителен метод, който дава на лекарите 99% сигурност, че връщаните ембриони са генетично стабилни.

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

Психологическата страна

Ако между лекар и пациент няма емоционален контакт, успеваемостта доказано спада с 15-20 %, твърди експертът. Гинеколозите поема около 30% от психологическата работа, а психологът в клиниката посредничи при по-сложните случаи, когато жените са склонни на такава консултация, разбира се.

Успехът идва с доверието

Мария Горанова, майка на двамата близкаци на 1г. 6 мес.:

Когато аз правих ин витро, нямаше сегашното ограничение за 3 ембриона и в организма ми бяха върнати 4. Спонтанно се саморегулираха на три. Аз исках да ги задържа и трите, цялото семейство искаше това, но лекарите бяха категорични за риска за живота на бебетата. Разясниха ми абсолютно всички алтернативи и рискове.

Най-важно е човек да има много добър и постоянен контакт с лекаря си, да му се довери, да е изпълнителен и много позитивно настроен.

www.health.bg

Месо



При жените, които консумират два пъти дневно червено месо, рискът от развитие на сърдечно-съдови заболявания е с 30% по-висок, твърдят американски учени. Замяната с риба, птиче месо, нискомаслени млечни продукти и ядки намалява значително тази опасност.

Срещу затлъстяването



Във Великобритания вече е в сила нова правителствена мярка, чиято цел е да ограничи затлъстяването сред населението. Ресторантите, кафенетата и публиците трябва да посочват колко калории съдържат храните и напитките, които предлагат. Министърът на здравеопазването Андрю Лансли изрази надежда, че готвачите ще бъдат принудени или да приготвят по-здравословни храни, или да намаляват порциите.

Обоняние



Германски учени от университета на Дрезден са установили, че при хората, които страдат от депресия, частта от мозъка, отговорна за обонянето, е по-малка от нормалното. Чрез ядрено-магнитен резонанс било установено, че колкото по-депресиран е човек, толкова по-малка е неговата "обонятелна луковица". Ефектът е същият дори ако се приемат антидепресанти.

Свободен прием

Доц. д-р Милко Сираков

Доц. Сираков работи в Университетската акушеро-гинекологична болница "Майчин дом". Той е доцент в I гинекологична клиника и е началник на Отделението по стерилитет, гинекологична ендокринология и детско-юношеска гинекология. В клиниката се извършват всякакви гинекологични операции - тумори, кисти, миоми, включително и така наречените "безкръвни операции" (лапароскопски и хистероскопски). Здравното заведение е специализирано още в преодоляване на проблемите със забременяването, с половите хормони, както и гинекологични проблеми на момичета от 0 до 18-годишна възраст. Доц. Сираков е специализирал в Германия, Франция, Великобритания и Япония и е носител на множество международни награди. Членува в Българското дружество по акушерство и гинекология, Българската асоциация по семейно планиране, Съюза на учениците в България, European Association of Gynaecol. & Obstetrics, Federation Internationale de Gynecologie Infantile et Juvenile и др.

Специалистът в областта на акушерството и гинекологията извършва прегледи и дава консултации на пациенти от цялата страна в кабинета си, който се намира в София, ул. "У. Гладстон" № 6, вх. В, партера, всеки понеделник, вторник и четвъртък с предварително записване на телефон: 0888 557 425.



Когато децата не говорят правилно

Често дефектите може да се преодолеят в ранна възраст



Ако детето ви изговаря неправилно някои гуми, винаги трябва да го поправяте, за да свикне с тяхното правилно произношение

Снимка Рада ПЕТКОВА

Мирослава КИРИЛОВА

На колко години си, Ива? - На тли. Този отговор е показателен за често срещания проблем при малчуганите, а именно неправилното изговаряне на някои звукове. В този брой на вестник "Живот и Здраве" решихме заедно с Яница Табакова, студентка по логопедия в СУ, да обърнем внимание на това какви нарушения в речта се срещат при децата и кога те могат да се смятат за проблем.

В миналото се е смятало, че френулумът (юздичка, гънка от тъкан, която се намира между долното небце и езика) е причината за повечето говорни дефекти. До XIX век френулумът на бебетата е бил премахван поч-

ти рутинно поради опасения, че в противен случай ще възникнат хранителни и речеви проблеми. Любопитно е, че има сведения как акушерките са поддържали единия си нокът подострен, за да могат да го прекарат под езика и да кльцнат френулума на почти всички новородени бебета.

Сега тази заблуда е преодоляна и лекарите знаят, че **освен в най-тежките случаи речта не се засяга от късата юздичка**. Все пак има проблеми, които водят началото си от твърде късия френулум. Той може да попречи на децата да изговарят някои звукове (особено с, д, л, т), защото езикът не може да се движи свободно. Освен обр-азуването на специфични звуци, късата юздичка може да затрудни детето да суче, в по-късна възраст - да ближе сладолед,

да се плези, да свири на духов инструмент и др. Затова, ако имате съмнения за подобен недостатък, най-добре е да се посъветвате със специалист. Добре е да знаете обаче, че повечето пъти френулумът се разтяга от само себе си през първата година на детето. Така че е

До три години и половина детето формира активния си речник

подходящо при малки деца да се изчака с манипулацията (френотомия) и нещата поне за известно време да се оставят в ръцете на природата.

Вродените дефекти в периферния говорен апарат са още масивна поде-зична юздичка, изменения във формата и относителната големина на челюстите, патологично разположение или форма на зъбите. Тези дефекти са предпоставка за нарушение в звукопроизношението (медицинският термин за това е "дислалия"). Децата с дислалия са с нормален слух, те построяват правилно изреченията, съгласуват гумите по род, число и време, но имат неправилно произношение на някои звукове (от една или няколко различни групи). Най-трудна за произнасяне е звукът "р" и момчетата по-често страдат от този проблем.

Дислалията като цяло е едно от най-често срещаните нарушения на речта. Според статистиката тя се наблюдава при 25-30% от децата в предучилищна възраст, 17 - 20% от деца в начална училищна възраст и под 1% от по-големите ученици. Ето защо се допуска, че дислалията може да е временно нарушение, което детето

би могло да преодолее в хода на речевото си развитие или в процеса на училищното обучение. Но ако това не стане до петгодишна възраст, е хубаво да се обърнете към логопед.

Освен механичните причини за дислалия има и такива с функционален характер. Според специалистите функционалната дислалия може да възникне у деца с повишена възбудимост, със задръжки в психическото развитие, а също така и когато неправилното произношение у малкото дете не само че не се преодолява, а даже се затвърждава. Ето защо родителите трябва да поправят детето при неправилно изговаряне на някоя дума, да го карат да я повтаря правилно и да я осмисля. Изговарянето на

по-дълги гуми също е полезно. Ако детето е затруднено, най-добре направете бавно упражнението - първо да каже гумичката на срички, а след това цялата. Друго приложимо въкъщи упражнение е издихване на памук. Сложете памуче на масата пред детето и го накарайте да го издиха. Този метод е полезен, защото понякога малчуганите не могат да изговарят определена буква, тъй като нямат достатъчно силна издишна струя. Такива звукове са "ф", "с", "т" и гр.

Нормално е децата да пелтечат, когато са още мънички, защото не се сещат за гумичката. **Друг проблем е заекването, което може да е причинено от стрес**. Затова семейната среда е от изключително значение за речевото и интелектуалното развитие на детето. Необходимо е родите-

лите активно да комуникират и да стимулират интереса на детето към различни занятия. До три години и половина детето формира активния си речник и чак след тази възраст може да се притеснявате, ако бъдещият ви наследник няма правилна артикулация, не успява да изговори определени звукове или въобще има говорен дефект. Тогава намесата на логопед е задължителна. Но ходенето при логопед не е страшно за детето, напротив. Играта се различават, дават се роли, редят се кубчета, разказват се приказки и въобще преодоляването на даден проблем може да стане забавно и гостъпно за детето.

И колкото по-навреме, толкова по-добре, за да не стане малчуганът обект на присмех у своите връстници.

Небрежните бащи имат нервни синове

Ако бащата е участвал недостатъчно в живота на сина си, не го е хвалил и поддържал в трудни моменти, той може да стане в бъдеще нервен и неспособен да се справя с трудностите. До този извод са стигнали учени от университета в Калифорния.

Предимиш изследвания доказваха, че майчината любов оказва значително влияние върху формирането на характера на детето. Този път специалистите решиха да установят как се отразяват върху сина взаимоотношенията му с бащата. Оказало се, че

момчетата повече са се разбирали с майките, отколкото с бащите си. Мъжете, на които не им е достигало внимание и грижи от страна на бащата, по-често попадат в капана на стреса, лошото настроение и здравословните проблеми.

Резултатите от изследването обаче не бива да се преувеличават, защото по-отдавнашни изследвания показваха, че за да станат пълноценни и здрави мъже, на момчетата не им е необходим образец за подражание.

Патентован Аюрведичен продукт

N-Ti-Tuss

7 баки с чуден вкус от сирона ЕнТиТус

Уникална комбинация При суха и влажна кашлица
При възпаление и болки в гърлото

ecopharm
www.ecopharm.bg

Внимателно с гъбите!

Брането не е работа за аматьори

32-годишен мъж набира и си приготвя ястие от диворастящи гъби, въпреки че е намерил същия вид, какъвто е брал и консумирал и друг път. Осем часа по-късно започва да повръща и получава силни болки в корема, придружени от разстройство. След още десет часа, като вижда, че не се подобрява, се обръща към местната болница, в която е приет с обезводняване, повишени чернодробни ензими и нарушени показатели за съсирваемостта на кръвта. Лекарите веднага дозират отравяне от гъбите и започват лечение с венозни вливания, пеницилин, промивка на стомаха и активен въглен.

Въпреки че повръщането и диарията спират след около 24 часа, кръвните показатели на младия мъж продължават да се влошават. Черният му дроб отказва и пациентът развива тежкото усложнение чернодробна енцефалопатия - увреждане на мозъка при чернодробна недостатъчност. Едновременно се явява и бъбречна недостатъчност. Въпреки всички реанимационни усилия на лекарите мъжът - иначе напълно здрав - умира на деветия ден от консумацията на гъбите.

Тази истинска история много точно описва типичното развитие на тежко отравяне със зелена мухоморка. Гъбата, която, ако бъде консумирана, води в над 80 на сто от случаите до смърт, а при малкото оцелели - до тежки хронични здравословни проблеми.

Има и други отровни гъби, но зелената и бялата мухоморка са особено



Много от отровните гъби са изключително вкусни и по време на консумация с нищо не подсказват за вредното си съдържание

опасни именно поради минималната възможност отравянето да бъде предотвратено.

Защо се получава така? На първо място, и двете гъби са двойници на широко разпространените диви печурки. А много хора са убедени, че печурките нямат двойник... Освен това мухоморката (аманита фалоедес) е много вкусна и с нищо не подсказва унищожителното си съдържание. Отровата ѝ не се променя от никакъв тип обработка - печене или варене, изсушаване, обилно киснене във вода, консумация с алкохол и т.н. Коварното е, че симптомите не започват веднага, а доста късно - след 8-10-12 часа, а дори и повече, когато цялото изядено количество

е преработено от храносмилателната система и е попаднало в кръвта. Така се изгубва възможността да се направи стомашна промивка и отровната гъба да бъде изведена от организма. Това е ефективно само до 2-3 часа след консумацията, когато човекът и не подозира какво му се случва.

Естествено, има много случаи на отравяния с опасни двойници, които са завършили благополучно. Пострадалите обаче трябва да знаят, че след лечението е добре да подпомогнат функцията на черния си дроб. За тази цел има продукти на растителна основа като „Хепасейв“. Той предс-

Има и други отровни гъби, но зелената и бялата мухоморка са особено опасни

тавява концентриран екстракт от индийско растение, което вирее в Хималаите. То е много древна билка, среща се в текстовете на Аюрведа и се прилага от хилядолетия за лечение и предпаз-

ване на черния дроб.

Но най-важното е, ако не познавате гъбите, изобщо не се изкушавайте да ги берете. Не взимайте и гъби от непознати хора, нито консумирайте ястия с неизвестно гъбно съдържание. За съжаление има и опитни гъбари, които са починали от отравяния. И до днес се водят спорове защо се е стигнало дотам, но повечето специалисти отхвърлят широко разпространената теза, че

ядлива гъба, която е растяла на мястото на съществувала преди това силно отровна гъба, може да придобие отровни свойства.

Все пак трябва да е ясно, че има разлики между зелената мухоморка и дивата печурка. На първо място, мухоморката има в основата на пълчето си ципеста торбичка (волва), а печурката няма. Ресните под шапчицата на мухоморката са бели, а на печурката - кремави, розовеещи или кафеникави. Пръстенът около пълчето на печурката е тънък и самостоятелен, а при мухоморката се спуска от под шапчицата надолу, защото е част от разкъсаното общо покривало на младата гъба. Невинаги зеленикавият цвят на мухоморката е ориентир, защото бялата мухоморка съдържа същите силни отрови, но отгоре шапката ѝ не е зеленикава. Най-трудно се различават младите гъби, когато шапката им е свита. Затова дори опитни гъбари избягват да берат съвсем млади екземпляри.

Специалистите съветват всеки желаещ да бере диви гъби да проучи стриктно и подробно няколко вида и да бере само от тях, при това след неколкостепенно обучение от опитни гъбари. Направете си таблица с описание на различните гъби и бележите им и си я носете в гората, защото в началото трудно се помни. (ЖЗ)

Да се потиш е полезно

През лятото, когато не знаеш къде да се скриеш от горещините, много хора се притесняват от издънческите петна от пот върху грехите и понякога неприятната миризма, която е трудно да избегнеш. Учени от Китай и Япония обаче за пореден път доказват, че е опасно за здравето да не се изпотяваш, когато температурите са високи.

Потенето е реакция на организма на определен импулс: горещина, емоции, натоварване, пикантна или гореща храна и т.н. Благодарение на тази привилегия, дадена от природата на топлокръвните животни, и то не на всички, можем да поддържаме нормална температура на тялото. Ако се намираме в една от гореописаните ситуации, веднага в действие влиза нашият личен "термостат". Той се състои от три до пет милиона потни жлези. Течността, която те отделят, е солена, без миризма и осигурява терморегулацията.

Причината за неприятната миризма, която се усеща при изпотяване, е, че върху повърхността на кожата обитават бактерии, които в буквалния смисъл не могат да живеят без пот. Когато температурата на тялото се повиши дори малко и се овлажни, тези бактерии започват да се размножават, да се хранят с продуктите от пототделянето и да излъчват дразнещата миризма.



Невъзможно е по собствено желание да повишаваме или понижаваме отделянето на пот. Това решение взема хипоталамусът, който регулира работата на потните жлези, отделящи от 0,5 до 1,5 литра течности за денонощие. При екстремни условия литрите може да стигнат до 12. Ако в подобна ситуация не попълваме непрекъснато запасите си от вода, може да настъпи обезводняване на организма и да се наруши водно-солевият баланс. Затова независимо къде - на плажа или в града се обливате в пот, не забравяйте, че това е полезно, но трябва да изпивате поне 1-2 чаши вода на час.

Колкото до миризмата, козметиката толкова е напреднала, че ако хората те избягват, или си пропуснал сутрешния душ, или не знаеш откъде да pestиш. (ЖЗ)

Нерпасейв

Екстракт от *Picrorhiza kurroa*

- При хронични заболявания на черния дроб
- При увреждания от алкохол, медикаменти, токсини

Различният хепатопротектор



www.etopharm.bg

Изоставяме в лечението на диабета

С Агриан Стоеv, председател на Българска асоциация „Диабет“, разговаря Галина Спасова

Г-н Стоеv, наскоро свърхите часовника си с Международната федерация по диабет, чийто представител гостува у нас. Какво трябва неотложно да предприемем на фона на надвисналата световна диабетна пандемия?



Агриан Стоеv

- Първото и най-важно е да се изготви национален диабетен регистър. Така ще се определят точният брой на пациентите и нужните средства да се поддържа в норма състоянието им. Сега никой не знае колко са болните.

Ние сме много назад. И от 20 години отиваме все по-назад. Надявам се, че новият министър ще намери начин за решаване на този проблем, още повече че проф. Борисова беше председател на Българското дружество по ендокринология и неговото становище също беше за създаването на такъв регистър, както и на национална програма за борба с диабета.

- Какво става с областните диабетни центрове, за които отгавна пледирате?

- Центровете са най-добрият начин за лечение на диабета - там работят в екип специалисти по всички усложнения. Известно е, че тази болест остава до края на живота. Но ако се лекува добре, пациентът ще живее пълноценно, по-дълго, ще работи и ще бъде полезен. Болестта изисква постоянен стриктен контрол, включително и на усложненията, цял живот. Необходимо е всяка година изследване при очен лекар, кардиолог,

„Центровете са най-добрият начин за лечение на диабета - там работят в екип специалисти по всички усложнения

невролог, по-нататъшни консултации. Много е важно още в началото да се вземат мерки при установено усложнение.

Преди повече от 20 години г-р Елена Върбанова направи диабетен център в София. Имаше и във Варна такъв център. И въпреки препоръката на Министърството на здравеопазването за създаване на диабетни центрове в цялата страна, след формирането на здравната каса и вече съществуващите бяха закрити. Правят се опити сега да се възстанови центърът "Св. Лука" в София.

Вече много години се предприемат действия, за да се реши някакъв конкретен проблем на парче. Например периодичните кризи с инсулина. Там не се търси трайно решение, а се закръпва дупката за момента и след няколко месеца проблемът отново изниква.

- Парите ли са причината толкова години да не се структурира рабо-



Ранно откриване, съвременно лечение и профилактика на усложненията са ключовете за контрол на диабета

теща система за контрол на диабета?

- Парите не са причината, а оправданието за липсата на дългосрочна стратегия. Така че средствата да се разпределят по начин, който ще спести големи разходи в бъдеще. В момента примерно касата дава пари за болнично лечение на вече настъпили усложнения. Но ако още не е установено дадено заболяване, диабетикът дори не може да бъде изпратен на преглед при специалист. Това предпрещава, че усложнението ще се открие късно.

Причината е в липсата на здравна политика. В момента тя е такава, че са нужни много повече пари, отколкото ако се планира както трябва. Затова сега е нужно да се положат усилия да не се

разболеят хората от рисковите групи. Ако има здравна просвета на цялото население - какво е здравословно хранене и начин на живот, - голяма част от случаите ще бъдат предотвратени. За 30 години у нас три пъти се е увеличила заболяемостта. А процентът на хората със скрит, недиагностициран диабет е много висок.

- Очаквате ли скоро реални действия в областта на диабета?

- Представяли сме мнението си пред всяко правителство. И се надяваме, че някое накрая ще

реагира адекватно. Преди 20 години лечението на диабета у нас беше на средно европейско ниво, сега сме на последно място. Откога се говори за диабетните центрове, за обучението и самоконтрола, за тестовете...? Не може със 150 тест-ленти да се лекува диабетик, който 3-4 пъти на ден си слага инжекции. Като не знае каква е кръвната му захар, слага някаква доза инсулин и се получава хипогликемия или хипергликемия. И се стига до бърза помощ и пак се дават пари.

Българското дружество по ендокринология

има програма за борба с диабета. Но тя трябваше да бъде приета от НС през есента на 2008 г. От 2009 г. в сила трябваше да влезе националният диабетен регистър.

Много разчитаме на новия министър като специалист по диабета да реши поне основните неща. И ние ще помогнем в подготовката на една добра стратегия, за да може лечението у нас да бъде поне на средно европейско ниво.

Повече за лечението на диабета четете в www.health.bg

Здравната ни система е на 42-ро място в света

Най-добрата страна за живеене в света е Финландия, следвана от Швейцария и Швеция. В първата десетка са още Австралия, Люксембург, Норвегия, Канада, Холандия, Япония и Дания. САЩ се нареждат на 11-о място, Германия на 12-о, а 14-и и 16-и са съответно Великобритания и Франция.

Това показва класация на сп. Newsweek, в която са включени 100 държави. България заема 38-о място, а Румъния - 39-о.

В дъното на класацията са Нигерия, Камерун и Буркина Фасо.

Страните са сравнени по пет показателя - здравеопазване, динамика на икономиката, образование, политическа обстановка и качество на живот.

Най-добри са здравните системи на Япония, Швейцария, Швеция, Испания.

По този показател България се нарежда на 42-ро място, 37-а по качество на живот, 38-а по политическа среда и едва 54-та по икономическа динамика. (ЖЗ)

Връща естествения ритъм
За да тръгне всичко отново по ноти

Се-Лакс
при занек

Натурален лаксативен сироп с екстракт от смокиня и сена

www.cepharm.bg



Масаж

Здраве
и тонус ▶

24 - 30 август 2010 г.

Живот
Здраве

Възраст

Враговете
на красотата ▶

Вегетарианството ще спаси света

Звезди и учени агитират за намаляване консумацията на месо като оръжие в борбата с климатичните промени

Йовка НИКОЛОВА
Брюксел

Вегетарианството може да спаси света в буквалния смисъл, осигурявайки цялата природата прехрана за увеличаващото се население на Земята. Това твърди научният и технологичен съвет към Европейския парламент въз основа на проучване на хранителните навици на човечеството. В момента средният европейец и северноамериканец изяждат по 80 кг месо годишно, а хората в развиващите се страни все повече се ориентират към западноевропейската диета. Ако тенденцията продължи, след 40 г. една трета от сушата на Земята ще е необходима за отглеждането на фураж, ще бъдат отсечени 5,4 млн. кв. км гори за пасища, а потребностите от месо ще се удвоят до 563 млн. тона годишно спрямо изядените през 2005 г. 251 млн. т, предупреждават експертите. Производството на месо и мляко съсипе природата, като е причина за около 10% от парниковите емисии на планетата. Експертите са изчислили, че за отглеждането на 1 кг пилешко отиват между 2400-3900 л вода, а за килограм говеждо - 15 тона.

Най-месоядни в света са богатите нации. Победните пък гледат на месото като на престижна храна и дават всеки допълнителен лев за него. В развитите страни на глава от населението годишно се падат по 80 кг месо (в САЩ и Канада - 121 кг), 26 кг риба, 201 литра мляко и произведени от него продукти и 414 кг



Бившият бийтълс, сър Пол Маккартни, е един от най-гласовитите привърженици на кампанията "По-малко месо, по-малко жеги", която атакува и Европейски парламент

Снимка Европейски парламент

растителни храни. В същото време китайците, индийците, руснаците и украинците консумират два и половина пъти по-малко месо и млечни храни при почти същото количество зърнени култури, плодове и зеленчуци (404 кг). В Третия свят могат да си позволят едва по 9 кг месо и 28 литра мляко годишно. Там наблюдават на растителните храни - 306 кг.

Очаква се, че до 40-50 г. хранителните навици на хората в различните части на света значително ще се променят. Азия ще води в консумацията на яйца, бившите съветски републики - на мляко, а

латиноамериканците ще надминат европейците при месото.

Според учените наличните доказателства за здравните рискове от прекалената употреба на месо, както и енергията и парниковите газове, свързани с производството му, са достатъчно основание за преоценяване на хранителните навици на населението, особено в развитите общества. Месото остава на човешкия организъм незаменими витамини, минерали и аминокиселини, но западната цивилизация прекалява с употребата му. Смята се, че диетата, състояща се от

големи количества червено или обработено месо, увеличава риска от инсулт и инфаркт със 125%. Освен това любителите на месото имат по-голяма телесна маса. При такива хора по-често се развиват ракови заболявания, най-вече на простатата и на млечната жлеза. Световната здравна организация препоръчва според теглото дневният прием на

Ако тенденцията продължи, след 40 г. една трета от сушата на Земята ще е необходима за отглеждането на фураж, ще бъдат отсечени 5,4 млн. кв. км гори за пасища

протеин да е между 33 и 66 грама. На практика европейците превишават тази норма с около една трета, като само протеинът от животински продукти в менюто им е около 53 г дневно. Световният фонд за изследване на рака съветва червеното месо (говеждо, свинско и агнешко) да се ограничи до 725 г седмично или 37,8 кг годишно, за да се намали рискът от развитие на тумори. Американска сърдечна асоциация пък слага летвата на 62,6 кг годишно. Смята се, че ако консумацията на червено месо бъде ограничена до препоръчителните стойности, смъртността от сърдечни заболявания в Европа ще намалее с 13-18%, а от рак - с 8-19%.

Рибата, макар и богат източник на протеини, не може да

замести месото, защото световните запаси вече се преексплоатират. Потенциалът за изкуствено осеменяване на животни смущава управляващите елити, включително в Европа, където Европейският парламент поиска забрана на месото и млякото от клонирани животни и техните поколения за храна. Освен това цената на т.нар. ин витро месо, а също и на заместителите в близките 10 г. едва ли ще стане привлекателна за фермерите. Според изследователите при това положение изходът е в пропагандирането на вегетариански дни и в подмяната на месото със заместители в готовите и полуготовите храни. Като друга възможност се обмисля повишаването на цената чрез

прехвърлянето върху потребителите на т. нар. странични производствени разходи като средствата за лечение на заболявания в селското стопанство, компенсациите за щетите, нанесени върху селищата и природата в резултат на животновъдната дейност, и др. Засега обаче е трудно те да бъдат интернационализирани, тъй като са различни в отделните части на света. Обмислят се и методи за по-ефективната употреба на провеждания при отглеждане на животни биогаз, но в момента като че ли най-работещата тактика е просветата на потребителите, признават европейските експерти.

Още за здравословното хранене четете в www.health.bg

Любопитно

Бирена заплаха



Жените, които пият повече от пет чаши бира седмично, са двойно по-заплашени от развитието на псориазис. Американски учени, цитирани от Би Би Си, обясняват връзката между псориазиса и пиенето на бира с високото съдържание на протеина глютен в напитката, но уточняват, че предстоят още изследвания.

Релакс



Учени от университета в Орегон за пореден път доказаха, че медитирането е в състояние осезаемо да подобри функционирането на човешкия мозък. Според тях дори кратък курс по медитация може да заздравя връзките между онези области на мозъка, които регулират нашите емоции и мисловна дейност.

Рекорд



Жена от Тайван постави световен рекорд по убиване на комари, след като само за един месец собственоръчно ликвидирала 4 милиона броя от досадните кръвопийци. Напреварата с награден фонд 1900 лири била организирана от международна компания, специализирана в производство на средства за борба с вредни насекоми.

Кой първи е сварил кафе?

В древността кафето не са го варили, а са го яли директно. Източнафриканските племена в течение на столетия са използвали зърната на кефееното дърво като продукт за хранене. Те са ги пекли или пържили в тигани, готвили са ги с животинска мазнина. Харесвало им, че зърната оказват стимулиращо действие.

Първите кафеени дървета са расли вероятно в едноименна етиопска провинция. Очевидно

оттам идва и названието на ободряващото растение. През XIV век арабски търговци пристигнали в провинцията и научили за кафеените зърна. Така кафето стигнало до Йемен. И именно там за първи път била сварена най-популярната днес напитка. Последователите на Мохамед нямали право да пият вино, затова кафето било единственото им стимулиращо питие.

Постепенно кафето навлиза в

по-близки и далечни държави, а през 1511 г. в Каиро се появяват първите кафенета.

През 1615 г. кафето стига до Западна Европа. Въпреки че напитката била приета с външен интерес, много хора отказвали да я пият, защото я смятали за отровна. Скоро обаче кафенетата станали част от обществения



живот на Англия. В тях се събирали толкова много хора, че кралят започнал да се опасява, че в кафенетата ще се организира заговор. Той заповядал да ги закрият, но популярността им вече била толкова голяма, че не след дълго кралят отстъпил и върнал на хората любимите места за срещи и разговори.

Масажите - от панацея до глезотия

Каква всъщност е истината

Повечето хора смятат, че масажът винаги е полезен. Други - обратно, отнасят се с недоверие към него или го причисляват към развлеченията и излишните глезотии. Предлагаме ви мнението на специалистите за най-популярните митове за масажа, което ще ви помогне да се ориентирате къде всъщност е истината.

Мит 1: Сериозно заболяване не може да се излекува с масаж

Това не е вярно. Лечебният масаж е незаменим след травми, както и за възстановяване на организма след операция. Той също така е необходимата част от лечението на всички заболявания на ставите и опорно-двигателния апарат. Масажът се използва ефективно и при главоболие, при бронхит помага да се прочистят дихателните пътища.

Мит 2: Здравият човек не се нуждае от масаж

Общоукрепващият масаж е необходим на всеки. Той е ориентиран към грижата за тялото, отнемане на умората и нервното напрежение,

към профилактика на различни заболявания. Този масаж подобрява кръвообращението, повдига тонуса и осигурява идеален релакс. Курсът на общия оздравителен масаж е от 8 до 15 сеанса. Това е достатъчно, за да останете във форма.

Мит 3: Трябва да се масажира само болното място

Има случаи, когато човек се оплаква от болки в краката, а проблемът е в кръста. Пациентът трябва да знае например, че при болки в стъпалата се масажират и коленете. Ако проблемът е в тях, масажират се и бедрата.

Мит 4: Ще отида на почивка и ще си направя масаж на плажа или в сауната

Рискът да попаднете в ръцете на непрофесионалист е голям. Той може не само да не ви помогне, но и да ви навреди. Ако на плажа или в сауната се използват прийоми на мануалната терапия, това е повод за тревога. Мануалният масаж е много сложно лечение. Първо се поинтересувайте дали масажистът има лиценз и към кой център работи. Не икономисвайте пари от масажа. Поверете здравето си на професионалист.



Масажът не е просто някаква козметична прищипка, а ефикасен метод за укрепване на тялото и ума

Мит 5: Колкото по-дълъг е сеансът, толкова по-добре

Продължителността на масажа зависи от т. нар. масажни единици. Колкото човек е по-пълнен, толкова по-дълго време продължава процедурата. Ако теглото на пациента е 65-70 кг, общоукрепващият масаж на цялото тяло без елементи на лечебен е около 35-40 мин.

Мит 6: Масажът винаги е приятен

Това се отнася само за общоукрепващия масаж. След сеанса чувството за лекота е нормално явление. По време и след лечебен ма-

саж обаче пациентът може да изпитва гискомфорт, а понякога и болка. Ако методиката на лечение е правилно избрана, след третия-четвъртия сеанс неприятните усещания изчезват.

Мит 7: С помощта на масаж може да се отслабне

Да свалите от бедрата си голям слой целулит или да отслабнете с 10-15 килограма с помощта на масаж е невъзможно. По

време на процедурите се усилва кръвообращението, подхранването на мускулите с кислород подобрява обмяната на веществата. Това може да доведе до отслабване. Но ако не използвате специална система на хранене, само с помощта на масажа не можете чувствително да намалите теглото си.

При рязко и чувствително отслабване масажът ще ви помогне да стегнете тялото и кожата си.

Важно е да се знае и кога трябва да се избягва масажът:

- при онкологични заболявания;
- при тромбоза и тромбоза на кръвоносните съдове;
- агнексит;
- колпит;
- болести на кръвта;
- артрит в стадий на обостряне;
- гъбични заболявания на кожата. (ЖЗ)

4 причини за появата на бръчки

За съжаление никой не е успял да спре хода на времето. В определена възраст бръчки така или иначе ще се появят. Това е неизбежно, но най-видимият признак на стареенето може да се отложи, ако избягваме някои вредни навици или вещества. Кои са най-големите врагове на младостта?

■ **Пушенето.** Цигареният дим съдържа около 4000 вредни вещества, които вли-

яят зле на структурата на кожата, правейки я безжизнена. Освен това при пушачите е нарушено кръвообращението, затова кожата им получава недостатъчни количества кислород. Като прибавим и никотина - най-големия враг на витамин С, става повече от ясно, че ако искаме да съхраним младостта си, трябва да се откажем от цигарите.

■ **Токсините.** Вредните вещества особено силно влияят на съединителната тъкан. В резултат кожата губи своята нежност и еластичност. Токсини се съдържат в мръсния въздух, в натъпканите с пестициди и нитрати храни, в лекарствата. Затова се препоръчва особено на жителите на мегаполисите по-често да употребяват храни, богати на витамините А, С, Е и на микроелементи като цинк, желязо и мед.

■ **Негоспиране.** Пълноценният сън е необходим за добрия цвят на лицето и за обновяване на кожата. Спете не по-малко от 8 часа.

■ **Слънчевите лъчи и солариумите.** Отдавна е известно, че ултравиолетовите лъчи съсипват кожата. Затова, преди да се покажете на слънце, не забравяйте предпазните козметични средства. (ЖЗ)



Мускулната и ставната болка са силен противник

Ефективното решение -

NeOx олио

балансирана формула
от 14 автентични билки
и есенциални масла



масажно олио

NeOx®

Отново се гвижиш!



Аптебегична серия www.ecopharm.bg

Препоръчва се за лечебен масаж.
Прониква дълбоко, обезболява трайно.



Трапеза

Кои продукти ще ви направят неотразими ▶

24 - 30 август 2010 г.

Живот
Здраве

Памет

Исторически календар ▶



ВИТАЛ - отнема килограми, връща тонуса

Програмата, определяна от специалистите като „Училище за здраве“, е запазената марка на балнеоцентъра в „Албена“

Курортът Албена е рай за всички любители на балнеолечението и качествените спа процедури



Ще се върнете във форма само за десет дни. Ще отстраните ненужните килограми без насилие върху себе си. Ще ви подарим правила за разумен живот и природосъобразни навици. Това обещаваат специалистите в балнеоцентър „Медика - Албена“ в черноморския курорт със същото име. Предлагат за целта свой патент: програмата „Витал“, училище за здраве, за прогонване на стреса и връщане на добрия тонус.

„Витал“ е програма за пълно възстановяване, тонизиране и отслабване. Енергията, получена в резултат от интегрирането на разнообразни процедури, подобрява общото състояние и кондиция на



Вие вече сте наистина в Европа! Благодаря за възврънатото самочувствие!

тялото, а също така и на духа, твърди директорът на центъра г-р Огнян Софтов.

Специалистите от балнеоцентъра акцентират върху висока двигателна активност, добре балансирано хранене и лич-



Балансираното хранене е един от основните стълбове, зелегнали в програмата „Витал“

ната програма за възстановяване в зависимост от здравословното състояние, физиологичен капацитет и потребности. Първият модул на „Витал“ включва задължително комплексни изследвания за липиден профил на кръвта, изследвания на тъканния импеданс със специална апаратура, антропометрични данни, преглед от лекар специалист. С други думи, програмата гарантира верния, индивидуален подход към всеки организъм. Друг модул предлага комплекс масажни процедури за „моделиране“ на тялото. Диетите

не затормозяват.

Обективните резултати, които се постигат, са спад на теглото, нормализиране стойностите на кръвното налягане, намаляване нивото на холестерола и кръвната захар в организма и профилактика

на социално значимите заболявания - захарен диабет, атеросклероза, мозъчни инциденти и сърдечно-съдови заболявания.

„Витал“ включва десет процедурни дни с индивидуални и групови оздравителни занимания, съответно 11 нощувки в стая за двама. При желание може да бъде наета и самостоятелна единична стая с минимално доплащане. Наситяването е в хотел „Добруджа“. Включено е още специално хранене - три пъти на ден в ресторанта на хотела. Възможно е и удряване на престо.

За програмата „Витал“ няма възрасти. Тя е ефективна при всички. А в публикуваните безброй отзиви в интернет - все с одобрение и благодарност към лекарите и физиотерапевтите в Албена, има показателен текст, който гласи: „Вие вече сте наистина в Европа! Благодаря за възврънатото самочувствие!“.

Думите

Бъди човек поне за 5 минути



Румел ЛЕОНИДОВ

Преди време прочетох разкошна изповед на руски певец, поет и актьор Пьотър Мамонов. Ето какво изповяда този безсребърник: „Няма смисъл да ходиш в храма, да биеш поклони, да паляш свещи, а сърцето ти да е празно. Ако щеш да обиколиш всички Атони и Йерусалими, ако щеш да целунеш всички чудотворни икони, мощни мощи - полза никаква. Защото гледаш просящите и си ви-каш - а, ясно, лъжа и измама. Нали вчера по телевизията разказваха за тая мафия. А какво ще ти струва, ако му дадеш един грош? Ще обеднееш ли? Нека това ти е грешката. На телевизията ли ще вярваш? Истинската мафия е тъкмо там, мафията ти държи дистанционното, тя манипулира и мозъка, и душата ти...“. Щом някой сам се унижава да проси, щом е принуден да моли за помощ, значи има някаква причина. Значи има някаква своя тайна. Разголил се е докрай, съблякъл си е всичкото достойнство и стои чисто гол пред всички, с протегнатата ръка. Някои го правят с наведени очи, други нямат чест и навират в очите ти полумъртвото си бебе, трети обикалят с китчици здравец кафенета на открито. Имаш право на избор. Имаш право да се спреш, имаш право да отминеш. Срещата с всеки просяк е може би среща с твоето интимно изпитание. Днес се намиращ на щастливия край на живота, утре можеш да се окажеш на другия. Казано е: протегни ръка на ближния. И не бъди нищ, не бъди нищожество, защото само нищият няма да постъпи като истински човек. Бъди човек поне за 5 минути. И не се надявай, не очаквай нищо.

Каква е причината за семейните скандали

Американски учени се опитаха да открият причината за семейните раздори, като проведоха допитване между съпругески двойки. Оказа се, че мъжете и жените дават различно тълкуване на думата „любов“. За силния пол „любов“ означава доверие, възхищение, одобрение, поощрение, признателност и приемане (на какво точно, участниците в анкетата не споменаваха). Наследничките на Ева асоциират любовта с проява на загриженост, нежност, разбиране, уважение, преданост и признание.

Семейните скандали се задълбочават и от факта, че съпрузите изключително неохотно се обръщат към професионален психотерапевт и предпочитат сами да разрешават проблемите помежду си. За повечето от тях самият факт, че търсиш помощ от специалист, вече свидетелства за финал на взаимоотношенията и брака. Американците се опитват предимно сами да се справят със семейните проблеми или споделят и с консултират с най-близките си приятели.

Що се отнася до поводите за семейни скандали, те са стандартен набор: от 2000 анкетираните болшинството споменали изневяратата, възпитанието на децата, отношенията с роднините и приятелите. (ЖЗ)

Патентован Аюрведичен продукт



Само 2 капсули след хранене

COMFORTEX®

премахва чувството на подуване и тежест в стомаха.

ecopharm
www.ecopharm.bg

Природата дарява красотата

Продуктите, които ще ви направят неотразими, са около вас

Даровете на природата са неизчерпаем източник не само на здраве, а и на красота. Но за да ги ползваме ефективно, трябва да знаем кои са те и как действат върху нашия организъм.



Алоето е най-добрият приятел на кожата

За бюста

Ако искате да имате хубав и стегнат бюст, наблегнете на продуктите с високо съдържание на елемента бор - ядки, плодове, фасул и зеле. Те ще подобрят и формата на бюста ви. А ще го стегнат морските продукти, стафидите, подправките, т. е. богатите на манган храни.

За кожата

Отдавна е известно, че алоето удължава живота и укрепва здравето.

Ако направите компрес от вътрешността на алое, кожата ви ще стане сияеща, а цветът на лицето ви ще бъде здрав и свеж. Не пропускайте шията и деколтето. Същата маска действа много добре и при акне.

Гръцките орехи ще придадат еластичност на кожата ви. Те са богати на витамините А, Е,

Овесените ядки укрепват косата и предотвратяват нейното цъфтене



Ядките са универсален разкрасителен помощник

В, Р, С, минерални вещества (калий, натрий, фосфор, желязо, магнезий, калций, йод). Гръцките орехи съдържат около 60% мазнини, но повечето от тях са ненаситени и практически не съдър-

жат холестерол. С количествата обаче трябва да се внимава, защото те са много калорични.

За краката

Ако организъмът изпитва недостиг на витамини, той започва да изтегля колагена от съединителната тъкан. В резултат се образува кошмарът на всяка жена - целулит. За профилактика на това заболяване е необходимо четири пъти на ден да се консумират пресни плодове. Особено ефективни са ананасите. Те стимулират изработването на колаген и съдържат веществото бромелаин,

което по естествен път изгаря мазнините. Ананасът укрепва имунитета, нормализира телото, извежда от организма токсините и в крайна сметка прави жените красиви и привлекателни.

За косата

Най-доброто средство за укрепване на косата са овесените ядки. Те възстановяват природната сила на косата. Тя става блестяща, здрава и гладка. Изчезва чупливостта и цъфтенето.

В природата има още много продукти, които правят жената красива и завладяваща. Доказан е ефектът на изварата за нежни и меки устни. Ядките и рибата ще ви избавят от пъпките. Морковът е полезен за косата, а бананите ще ви помогнат да направите кожата на ръцете си мека. Овчето сирене укрепва ноктите и им придава здрав цвят. Соевите продукти укрепват луковичите на косъм.

Послушайте съветите на специалистите и наистина ще бъдете прекрасни. Желаем ви стройна фигура, нежна кожа, блестящи очи и здрава коса. (ЖЗ)



Изкусителните женски крака са в състояние да обезсилят дори и най-хладнокръвните мъже

Лесни хитрини за по-стройни бедра

Много жени са опасно пристрастени към високите токове - не защото се чувстват особено удобно по буквално разораните тротоари с изкъртени плочки, а защото дават мило и драго краката им да изглеждат по-стройни.

Но едно е да обуеш сандали с висок ток, а съвсем друго е да ходиш с тях. Ако не владеете правилата за добра осанка, рискът да мъчите краката си и вместо възхищение да предизвикате присмех е твърде голям.

Така че - добрата стойка е правило номер едно, ако искате да изглеждате по-млада, по-висока, по-стройна. Всички го знаят, но малцина го изпълняват - да се изправят раменете и гърдите, да се прибере коремът, да се ходи по няколко минути дневно с книга на главата.

Разбира се, и чисто визуалните похвати никак не са за пренебрегване, щом искаме да "удължим" фигура-

та и по-специално краката си.

Избирайте дрехи в една цветова гама. Облеклото не бива да "разделя" тялото на две половини. Моделиерите и стилистите винаги започват своя списък със съвети така: Избягвайте хоризонталните линии, те скъсяват тялото. Такъв тоалет могат да си позволят само подчертано високите и стройни жени.

Обувките трябва цветово да се съчетават с чорапите. Контрастът може да изглежда интересен и екстравагантен, но не и добър за визуалните пропорции на тялото ви.

Всъщност и токетата невинно удължават крака. Ако глезените ви са масивни, контрастът с прекомерно тънкото и високо точе ще подсили дефекта. Острвърлите обувки по принцип създават впечатление за по-висок ръст, но ако сте дребна, стъпалата ви ще изглеждат неестествено

големи. Смята се, че оптималната височина за токетата е 7 см.

А що се отнася до ботушите - най-добре е да се спрете на класическите, изчистени модели - всички пискюли, ресни, токи и т.н. "утежняват" общото впечатление от фигурата. Едноцветните ботуши в ярки тонове удължават оптически крака.

Носете месни тъмни панталони, като дължината покрива изцяло тока. Освен прави панталоните може да бъдат и съвсем леко разкроени от коляното. Тялото изглежда по-стройно, ако талията им е на естественото си място и ако липсват различни допълнителни орнаменти.

Дългите поли правят фигурата по-тромава. Предпочитайте средната дължина със странични цепки, които също създават впечатление за удължен крак. (ЖЗ)

Парите - история и суеверия

Стремежът към богатство винаги е съпътствал човечеството

Хората всеки ден боравят с монети и банкноти, без да подозират, че държат в ръцете си история. И парите както много други вещи са се развивали заедно с цивилизацията.

Първите официални разплащателни средства на древните племена са били даровете на флората и фауната - птици пера и морски миди. В Бирма ролята на парите дълго време се е изпълнявала от чая, в Тибет - от солта, а в Мексико - от торбички с какаови зърна. За същата цел по различно време и в различни култури са се използвали оризът, тютюнът, сушената риба и царевичната. При древните ацтеки за размененото средство са служили животните и техните кости. В Китай са се разплащали с парчета коприна, а в Азия - с опиум.

Традиционната кръгла форма на монетите влиза в историята по времето на Римската империя. Първите банкноти са се появили в Китай преди новата ера и са се използвали в погребалните церемонии - изгаряли са ги в огън покрай починалия, вярвайки, че те ще отидат заедно с него и ще облекчат загробния му живот.

Историята на финикийските знаци е изпъстрена с любопитни факти. Предлагаме ви някои от тях.



Банкнотите са по-опасни за човешкото здраве, защото върху монетите бацилите не се задържат дълго
Снимка Рага ПЕТКОВА

Парични рекорди

Най-тежката монета е шведската с правоъгълна форма и с номинал 10 талера. Тя била пусната през XVIII век. Теглото ѝ било 19 kg 710 g.

Най-голямата купюра в света е с номинал 100 000 долара. Тя е с портрета на 28-ия президент на САЩ Удроу Уилсън и се появила през 1934 година.

Най-скъпата златна монета с номинал 1 милион долара била сечена в Канада от злато с проба 999,99 и теглото ѝ е 100 kg.

Най-голямото в света златно кюлче е отлято в Япония. Теглото му е 250

kg, а стойността - 3,7 млн. долара.

Пари и болести

Монетите и банкнотите са преносители на микроорганизми, способни да предизвикат сериозни заболявания. В някои страни на туристите се препоръчва често да дезинфекцират ръцете си, за да избегнат зарази. Банкнотите са по-опасни, защото върху монетите бацилите не се задържат дълго. Европейският съюз активно се бори с микробите, разпространявани чрез парите, като нанася върху евровалутата специални антибактериални вещества, а японците

изобретиха банкнотите, които стерилизират банкнотите.

Парична лексика

Малко хора днес знаят, че наименованията на европейските парични единици (някои от които вече не се използват) като фунт, марка, лира и крона всъщност са били единици за тегло. Думата копейка произлиза от името на сребърна монета, на която бил изобразен св. Георги Победоносец с копие в ръка, а грош първоначално наричали голяма сребърна монета, която била сечена в Италия.

Парични суеверия

Финикийските знаци и най-вече нестихващото желание на човека да ги притежава винаги са били обградени от суеверия. Все още някои вярват, че ако искаш винаги да имаш пари, трябва да спазваш следните правила:

- не свирете с уста върху;

- не бройте гребните пари в портмонето си;
- не изхвърляйте боклука след залез слънце;
- не давайте вечер назаем пари и сол;
- не оставайте пари на масата;
- не метете къщата си с различни метли;
- не събирайте трохите от масата с ръка;
- не оставайте портфейла си празен;
- не бройте пари вечер;
- не дръжте заедно пари в различни валути;
- не оставайте хляба с кората надолу;
- не оставайте чантата си на пода.

Най-странното е, че и през XXI век все още има хора, които вярват в подобни суеверия. Очевидно стремението към богатство не се съобразява с развитието на цивилизацията. Докато има пари, ще има любопитни и фантастични истории около тях. (ЖЗ)

Добрите вина се предлагат на 10 000 м височина

Има един начин редовно и в продължение на много часове да се наслаждаваш абсолютно безплатно на великолепен ви-на от цял свят. Просто трябва да летиш с бизнес класа.

Световната икономическа криза изостри докрай борбата за клиенти. Особено актуален стана този проблем при авиобизнеса. Много компании, задържали се на пазара, използват всяка възможност, за да привлекат пасажери. Важно място в тази битка имат елитните сортове вино.

Днес със съставянето на асортимента на винения бар в небето се занимават най-добрите специалисти. Те ежегодно дегустират хиляди вина и подбират не повече от десетина образци, на които им е съдено да радват пътниците през следващите 12 месеца.

American Airlines например съхранява във "въздушните си изби" шампанското Pommery Brut Royal, забележителния южноафрикански совиньон Seven Sisters "Vivian", възхитително борго от Chateau Bataille, ризлинг от Wegeler, мерло от легендарното стопанство Freemark Abbey от годината Hana, каберне от

прославения чилийски производител Montes и за десерт - херес Montes и портвайн Graham's.

British Airways радва гостите си с великолепно шабли от Jean-Marc Brocard и каберне от южноафриканското стопанство Thelma Mountain.

Lufthansa заслужено се гордее с шардоне от американския производител Kendall-Jackson, макар по някато причини основният гръб на компанията да са немските вина. Неотдавна Lufthansa започна да си сътрудничи с актьора и винопроизводител Жерар Депардieu. Така че на борда вече се предлага Rose d'Anjou от Chateau de Tigne.

Неотдавна завърши конкурсът Wines on the Wing International Business Class Airline Wine Competition, който се провежда вече шеста година от американското списание The Global Traveler. Този път участваха 26 водещи компании в света, като всяка от тях представи по пет вина, сервирани на пасажерите от бизнес класа. Първо място зае Austrian Airlines, като за най-добро вино от асортимента на компанията беше признат изключителният Riesling Kabinett 2007 Zeltinger Schlossberg. (ЖЗ)

СИЛАТА НА ПРИРОДАТА И МЪДРОСТТА НА ИЗТОКА В ПЪТЯ КЪМ ПРЕЧИСТВАНЕ

НОВО

ЕСТЕСТВЕНА ДЕЗИНТОКСИКАЦИЯ НА ТЯЛОТО

Релаксиращи детокс пластици за ходила - 20 броя

ПРЕДИ

СЛЕД

- Повишават енергията и предотвратяват умората
- Освобождават токсини, складиращи в телесните мазнини и клетки
- Намаляват задръжката на течности в тялото
- Подобряват метаболизма и имунна система
- Намаляват стреса с емисията на негативни йони
- Подпомагат по-доброто кръвообращение
- Облекчават болките в мускулите
- Допринасят за по-добър и качествен сън

Производител:
Nova Health Products
Winchester, Великобритания

Официален вносител:
Вита Фокус България ООД, гр. София 1618, бул. Цар Борис III № 201
тел: 9816928, моб: 0899 455555, www.vitafocus.net

Исторически календар

23 август 1892 г. - Министър-председателят на България Стефан Стамболов завършва успешното си посещение в Турция. По време на посещението той е приет с голямо внимание от султана и други висши турски държавници. Това е негов голям дипломатически успех в момента, когато Русия организира преврати и атентати в България и открито иска от всички държави да не признават българския княз и неговия министър-председател.

24 август 1923 г. - Роден е големият български гурегент Добрин Петков, починал през 1987 г.

25 август 1949 г. - В Сливенския затвор е убит Кръстьо Пастухов, един от водачите на Социалдемократическата партия, роден в Севлиево през 1874 г. Той е последователен противник на тесните социалисти и комунисти. Заради своята статия "Не ме изкушавайте, лицемери!", в която той обвинява комунистите в диктатура, Кръстьо Пастухов е осъден на затвор през 1946 г.

26 август 1886 г. - Абдикура княз Александър I Батенберг, първият български държавен глава след Освобождението. По време на неговото управление се извършва Съединението на Княжество България с Източна Румелия, за осъществяването на което съществено значение има международният ангажимент на княз Александър I.

27 август 1828 г. - В Клисурса е роден Христо Г. Данов, книгоиздател и просветител, починал през 1911 г.

28 август 1888 г. - В с. Дъбовик, Добруджа, е родена голямата българска поетеса Дора Габе, починала през 1983 г.

28 август 1943 г. - Умира скоропостижно цар Борис III. Същия ден съгласно чл. 34 от Търновската конституция на престола встъпва неговият син цар Симеон II. Създава се Регентски съвет в състав: княз Кирил Преславски, брат на починалия цар, проф. Богдан Филов и ген. Никола Михов. За причините за смъртта на цар Борис III има научни спорове, но истината все още остава в тайна. След 9 септември 1944 г. комунистите изхвърлят тленните останки на цар Борис III от гроба му в Рилския манастир. След 10 ноември 1989 г. в гроба е поставена само



Дора Габе

стъкленица със запазеното му сърце.

29 август 866 г. - В Рим пристига българско пратеничество на княз Борис I, което започва преговори с представители на папа Николай I относно приемането на християнската религия в България.

29 август 1882 г. - Умира Йордан Хаджиконстантинов - Джинон, учител и просветител на македонските българи, роден във Велес през 1818 г.

30 август 1040 г. - Започва въстание за освобож-



Цар Борис III

даване на България от византийско робство. Водач на въстанието е Петър Делян, син на българския цар Гаврил-Радомир от първата му жена, унгарска принцеса, внук на цар Самуил. Въстанието на Петър Делян, избухнало 2 десетилетия след пагането на Първото българско царство под византийска власт, показва несломимия дух на българския народ за освобождение. Въстанието е неуспешно поради залавянето на Петър Делян от византийците.

Малки обяви

Мамо и тате, честита десета годишнина! Бъдете живи, здрави и още много да сте заедно, обичайте се!



Дъщерите ви, Аги и Дугка

Стефчо, честита десета годишнина! Искан да сме заедно още 100 години без празниците!



С много обич, Буба

Рестауратор на автомобилни купета е на разположение, 0878973864

Давам под наем южен, нов апартамент в центъра на София, ул. "Тимок", 0888 652 546, 02/886 86 15

Здравословно пречистване на отровите и целулитата с йонен детоксикатор, 12 лева, София, 0896 753 15

Светлинна терапия за лечение на болки, рани, ревматични и неврологични болки, 15 лева, София, 0899 173 319

Давам под наем офис-магазин, 24 кв. м, 180 евро, София, "Бъкстон", 0884 250 931

Продавам алтайско мумийо, пречиствено, 0884 638 3 04

Мануална терапия - класически, лечебни, възстановителни масажи. Рейки терапия, 0877 251 014

Малък заем от 100 до 600 лв. срещу лична карта за „Надежда“, „Свобода“, „Толстой“, „Обеля“ и „Илиянци“, 0885 907 286, 0878 907 286, 0877 404 421

Спешно продавам парцел за строеж, намира се на пътя Ловеч-Троян, 16 м лице, 0879 841 654

Малък заем от 100 до 600 лева. Срещу лична карта за района на ж.к. "Люлин". 0879 997 436

Продавам проточен бойлер Tesu в гаранция, 0895 453 602

Продавам къща в гр. Угърчин от собственик с нотариален акт, 0879 841 654

Продава ново разглобяемо метално легло и малка пералня с барабан - 30 лв., София, 0876 416 818

Цикли, 2 пъти лакира паркет и дюшеме 5 лв. кв. м, без почиствен ден, 0878 711 518, 0889 028 839, 0898 711 517

През август - метални врати за входове 130 лв./кв.м, 0888 200 195, 02/947 81 60

Рехабилитация от професионалистка, може в домашни условия, коректна и отговорна съм, 0897 802 075

Собственик дава под наем двустаен непреходен в ж.к. „Х. Димитър“, дългосрочно, 0878 455 452

Продавам изгодна двойна остъклена гървена дограма и интериорни врати за хол, кухня и гр., по 15 лв., 0878 455 452

Продавам фар за SEAT Cordoba 2002 година, 20 лева, 0889 042 309.

За 1300 лева продавам кола Пежо 309 и фризер с 6 чекмеджета, София, 0882 282 063, 02/820 11 72

Спешно продавам гараж в Пловдив до пивоварна „Каменица“, подземен, самостоятелна клетка с ролетка-врата, 20 кв.м, 7000 евро, 0878 401 552 и 0878 437 802

Продавам два парцела в село Томпсън до гарата, ток, вода наблизо. 0898 429 462

Туристическа спалня "УЗАНА" приема туристи през лятото. Време е за диви ягоди, боровинки, малини, 0899 158 644, www.ekoclima.com

Алианс Застраховки, летни намаления - всички видове, живот, собственост, коли, медицински, 0877 903 155

Дава двустаен под наем в София, "Младост 1", 0889 788 733

Продавам гора 5 дка, с. Райновци, Габровско, 0894 780 145

Продавам гора 2 дка, с. Дебел Дял, Габровско, 0894 780 145

Продавам къща на два етажа, стопански постройки, с 1,5 дка място 40 000 лв., с. Райновци, Габровско, 0894 780 145

ТА "Поход" - www.pohod.org, почишки в Кушадасъ - транспорт, закуска, вечеря, водач от фирмата, 260 лв., свободни места от 10.09.2010, 02/483 32 59, 02/962 20 18

Продавам апартамент 2+1, 65 кв.м, разширен, изток, без посредник, в град Шумен, 0899 729 851

Продавам къща, с.Семерци, община Антоново, Търговищко, на пътя Варна-София. 0895 612 340

Продавам парцел Клисурска Банка, 3600 кв. м., равен, ток и къщи на 500 м, 0887 086 390

Студио "Фейри денс" търси деца от 5 до 15 г. за напълно професионално обучение по класически балет. 0887 936 029

Купувам работещ търговски обект с наематели, Пловдив. 0887 402 612

Транскраниална електростимулация в Благоевград, стимулира производството на ендорфин, г-р Варламова, 0896 781 738

ИП за специализирана медицинска помощ „Международна онкологична диагностика и лечение“

София, ул. "Искър" № 22, партер, каб. 4

Ние предлагаме високкоквалифицирано мнение на български и чуждестранни онколози

1. ПЪРВИЧНА ОНКОЛОГИЧНА ДИАГНОСТИКА

- Клиничен онкологичен преглед
- Цитологично или хистологично изследване и диагноза
- Имунохистохимично изследване на тумори
- Назначаване на химио- и/или лъчетерапевтична схема

2. ВТОРО МНЕНИЕ ПРИ ОНКОЛОГИЧНИ СЛУЧАИ

- Ракът е победим, ако потърсите второто мнение навреме.
- Второ мнение се налага за прецизиране на първичната морфологична диагноза и терапевтичното поведение. То включва:
 - консултации от български онкопатолози и онколози;
 - консултации с чуждестранни специалисти.

Работно време: от понеделник до петък, от 14:00 до 16:30 часа

За контакт: секретар - г-ца Боряна Еремиева - сутрин от 09:00 до 13:00 часа на тел.: 931 83 28; 832 81 25; следобед от 14:00 до 16:30 часа на моб. тел. 0885 01 04 05. Управител - акад. проф. г-р Григор Велев (тел. 0888 20 25 60); гл. консултант доц. г-р Маргарита Каменова (тел. 0888 24 01 88).

E-mail: modl@abv.bg

ВСЕКИ ВТОРНИК

МАЛКА ОБЯВА

Текст на обявата:

.

.

Име:

Адрес:

Изпратете малона или обявата на адрес:

София 1574, бул. „Шипченски проход“ №65, ет. 2, тел. 02/439 73 01

e-mail: info@health.bg

РЕЧНИК : АДУЛАР, АМИЛ, АНАН, АНАТОЛ, ДИОКЕТ, МОНОЗИЦ, НАРИН, РАДУГА, СЕНАР

ВОДОРАВНО: Дакел. Побелях и остарявам. Ко (Жан). Морисет (Аланис). Табели. Ирит. Мусон. Риванол. Канап. Ној. "Лолита". Език. Дим. Син. Пуг. Ла. ИФА. ОМО. Гогококи. Ом. Левемур. Базер. Тацит. Мас. Куп. Иван. Ранди. Ивирон. Мате. "Ема". Отока. Ец. Ни. Сенилитет. "Моби Дук". Лег. Линекер (Гару). Зара. Ока. Невена. Екипажи. Осил. Поцо. Алерамо. (Сибила). Усет. Лу (Джет). Вата. ОКИ. Атер. Лоран (Ив-Сен).

ОТВЕШНО: Комунига. Асенов (Драгомур). "Босоногите деца". Герой. Невен. Вот. Лин. Пора. Иле. Бяс. Лук. Нелина. Херодот. Минало. Фитил. Карате. Ек. Вилица. Екери. Устата. Ипотека. Тана. Отум. Рима. Сабо. Им. Дом. Пот. Релеф. Микоза. Дял. Зала. Абажур. Вуки. Еси. Ирис. "Да". Аков. "Bega". "Ел". Амин. Мекици. Ото (Миранга). Рагомур. Кос. Екupi. Ипон. Кила. ЛОТ. Мур. Нивалин.

[illegible]

"Искате ли да носите полза на обществото? Искате ли жените да тичат срещу вас, а понякога и след вас? Искате ли с нетърпение да ви чакат по всяко време? Нашето предприятие ви кани на длъжността шофьор на автобус от градския транспорт."

* * *

- Ало, Иване, тук е пълно с мадами, донеси пиене...

- Ало, Гошо, тук е пълно с пиене, доведи мадами...

* * *

Събужда се през нощта Хилъри Клинтън и бута Бил:

- Скъпи, отивам до тоалетната...

* * *

- Аха...

- Аз много бързо, веднага ще се върна.

- Добре.

- Разбра ли, след секунда се връщам.

- Защо ме будиш за глупостите?

- Притеснявам се да не намеря мястото си заето.

* * *

Благодарение на промените във времето в прогнозите на Русия се появиха две нови словосъчетания - "очаква се затопляне до -15" и "очаква се захлаждане до +30".

* * *

Лежат гладни студенти в

общекитието и си мечтаят:

- Представяш ли си сега да имахме месо...

- Дали пък да не си вземем прасе?

- Какво говориш, мръсотия, воня...

- Голяма работа, ще свикне.

* * *

Лекар минава на визитация.

- Да, изясниха се нещата, вие имате рак.

- Ама докторе, вчера ми казахте, че имам камък в бъбрека...

- Да ге, камък, а под него - рак.

Коректор Татяна Джунова

Печат: Печатница „Дружба“
Вестникът се разпространява безплатно.
Безплатен абонамент за електронното ни издание в PDF формат на:
info@health.bg



Китайското автомобилно чудо

С огромен потенциал и сериозни амбиции кризата ще бъде преодоляна

Световната автомобилна индустрия излиза от кризата. Според прогнозата на компания PricewaterhouseCoopers производството на леки коли ще нарасне с 13% през 2010 спрямо 2009 г. А мястото на най-големия автопроизводител на планетата още дълго време ще заема Китай.

Огромно изпитание се оказва за бранша преминаването през етапа на тежка икономическа и финансова криза. В Европейския съюз продажбите на леки коли рухнаха с една четвърт, а в САЩ - с 20%. И докато автомобилните производители бяха заплашени от фалит, единственото им спасение бяха финансовите инжекции от милиарди долари, които бяха взети от държавните бюджети, от различни фондове и антикризисни програми.

Неприятности обаче все още предстоят, уверени са от консултантската компания PricewaterhouseCoopers. По тяхна оценка 13-процентовият прираст в све-



товното производство се равнява само на 64,5 милиона превозни средства. През 2014 година се прогнозира впечатляващи резултати - 50% повече продажби на автомобили (спрямо кризисния период). Главната "мотодържавка" ще си остане Китай. Всяка пета кола ще е произведена в страната от Далечния изток, 10% ще бъдат автомобилите, "рождени" в САЩ, и също 10% - в Япония.

Що се отнася до компанията, челната тройка ще изглежда така:

Volkswagen-Suzuki (през януари 2010 г. немският концерн VW изкупи 19,9 процента от Suzuki), Toyota и GM. Впрочем последният производител може да се придвижи и до второ място, ако се съди по прогнозите, че разделението му от японската корпорация ще е чисто символично. Освен това плановете на GM са доста амбициозни. Наскоро стана ясно, че американската компания ще подаде заявка за първично публично предлагане на акции (IPO), което мо-

же да се превърне в най-голямото в американската история. Очаква се привлеченият капитал да донесе 20 милиарда долара на GM.

Но къде са китайските фирми, които ще преобърнат цялата автомобилна индустрия? Пазарът на коли в Китай прилича на мравуняк - стотици заводи се борят за потребителската благосклонност и дове-

Пазарът на коли в Китай прилича на мравуняк - стотици заводи се борят за потребителската благосклонност и доверие

рие. Няма съмнение в победата на страната в "общото първенство". В близките десет години САЩ не могат да претендират за първото място"

- категоричен е анализаторът Себастиан Казин от "Брокер кредит сървис". В момента на 1000 души в Китай се падат около 30 автомобили. Това е един от най-ниските показатели в света, който обаче отразява гигантския потенциал за развитие в страната. А на 1000 американци се падат 750 автомобили.

Накрая ще отбележим, че в екзотичната страна от Изтока работят немалко чуждестранни фирми. Но и тук потенциалът не е изчерпан. В GM поне половината от продукцията се произвежда в родината на компанията независимо от факта, че прехвърлянето на фабрики в Азия би могло доста да помогне на автомобилния гигант да се справи с финансовите трудности. Така че, когато чужденците започнат за развит бизнес си в Китай и използват потенциала на страната, производството на автомобили отново ще стигне върхата си точка.

Напомним, че Китай вече е най-големият автопроизводител на планетата. През миналата година местни компании са пуснали 13,7 милиона леки коли, което е с 3,3 милиона повече от американците. Разбира се, има още какво да се желае. За разлика от САЩ китайците имат слабо развита инфраструктура. Китайската автоиндустрия тепърва ще се развива, защото повечето модели автомобили са правени по западни образци. Междо другото директорът на руската социологическа агенция "Автостат" - Сергей Целиков, смята, че азиатците притежават една особена черта - тях нито ги е страх, нито ги е срам да копират. Пък и в крайна сметка победителите не ги съдят. (ЖЗ)

Хотел за влюбени в... колите



Съвсем не всеки автоманиак може да си позволи да вкара любимата си кола вкъщи. Това обаче е направил собственикът на V8 Hotel. Той се намира близо до немския град Щутгарт и е уникален с предоставяната на посетителите възможност да бъде обграден от вещи, задоволяващи автомобилните им пристрастия.

Четиризвездният хотел разполага с 34 комфортни стаи, всяка от които е обзаведена в автомобилен стил. Всеки детайл и всеки квадратен метър е посветен на четириколесните приятели. Гостите могат да се разположат между автомивки и бензинови колонки.

Леглата са копия на колекционерски автомобили, а отвсякъде ви обграждат снимки и картини на същата тематика. Не е



пропусната и банята. По стените са закачени волани, джанти, ауспуси, панели и стотици други автомобилни детайли.

Любопитно е, че в 14 стаи леглата са двойни, което недвусмислено говори, че има достатъчно жени, които са готови да последват любимия мъж в този автомобилен рай. (ЖЗ)