

# НАПАРТАШИ



плавать  
сней

## ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

это не только средство профилактики многих болезней, но и один из самых способствующих гармоничному развитию личности.

Ежедневно ходите не менее 8—10 км, чередуя быстрые и умеренные темпы.

С разрешения врача плавайте, бегите, занимайтесь в спортивных залах.

Большую пользу приносит работа в саду или на огороде.

Фото  
Е. Волкова,  
М. Высоккина



Я — врач. Моя обязанность — забота о здоровье моих пациентов и улучшение их жизни. До всей моей жизни мои коллеги и я не обращались к профилактике, чтобы добиться того, что сейчас называется профилактикой. Мы раняли силы и здоровье наших пациентов, но они не сократились. Мы не сократились, но мы небрежно приходилось ему обращаться к профилактике. Однако все эти профилактические мероприятия, так и остаются благими пожеланиями.

Винюваты в этом не только мы, но и общество. Ведь профилактика большинства заболеваний, таких как гипертония, ишемическая болезнь сердца, заболевания легких, органов желудочно-кишечного тракта, различные новообразования, запущенная стадия от самого человека.

Задумываясь над тем, почему многие так глупо и неграмотно относятся к своему здоровью, я прихожу к выводу, что причина не в недостатке информации, а в недостатке мотивации.

Многие люди не понимают, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия. Например, регулярное посещение врача, соблюдение диеты, отказ от вредных привычек. Но почему же так мало людей это делают? Потому что они не видят в этом необходимости. Они считают, что профилактика — это только для тех, кто уже болен. А ведь именно профилактика может предотвратить развитие многих заболеваний.

Долгое время профилактика была не очень популярна, но сейчас ситуация меняется. Люди начинают больше заботиться о своем здоровье, и это хорошо. Однако, чтобы профилактика стала привычкой, нужно изменить отношение к ней. Нужно понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.

Вопрос профилактики здоровья — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь. Мы должны понимать, что профилактика — это не просто слова, а конкретные действия, которые могут спасти жизнь.





...и системы, ... значительные ре- ... факто- ... МИЯ, способ- ... артерии, ... одержание холе- ...

Для этого в ... полагается внести ... общую калорий- ... сладких и жир- ... для людей, ведущих ... вообще я бы советовал ... чтобы не допустить на- ... И еще хочу предупред- ... не исклю- ... холестерина и так ... мозги, почки, яичный ... жирное молоко, ...

So Long, POLA  
So Long, RINGO

... что, ...

... ГИПЕРТОНИ- ...

... дост- ...

... труд...

Работа, связанная с большим нервным напряжением, также нежелательна: она может способствовать развитию и прогрессированию гипертонической болезни и ее осложнениям. Поэтому человеку, которому поставлен диагноз гипертонической болезни, можно посоветоваться с доктором в отношении продолжительности и характера своей профессиональной деятельности.

Если в начальных стадиях заболевания порой достаточно некоторых ограничений, то в более выраженных случаях приходится рекомендовать изменить характер работы.



# ЛУЧИНА СЛУШИ, ПОТА, АТЕРЕСОВ



IN



OUT



По наличию в опухолевой клетке того или иного антигена можно судить о форме заболевания. Мы сейчас распознаем восемь вариантов лейкоза, которые требуют разного лечения. Для этого в пробирке смешиваем кровь больного, взятую из вены, с моноклональными антителами, которые устремляются к определенному антигену. Потом в этой крови мы и обнаруживаем на раковой клетке конкретный антиген. Он и «расшифровывает» вид опухоли.

— Это что, похоже на диагностику с применением традиционных сывороток, которые используются для распознавания инфекционных болезней: дифтерии, столбняка, тифа, кори?

— В некоторой степени да, но диагностика с помощью моноклонов выходит на более высокий качественный уровень. Дело в том, что моноклоны способны кардинально по-разному влиять на опухолевые клетки.

— Если я правильно поняла, использование моноклонов — новый этап в совершенствовании диагностики. Описанный вами способ — единственный на сегодняшний день?

— Нет, конечно, существуют и другие методы. Но хуже одновременно помешать антигенам, использовать альфа- и бета-глобулины, эритроциты, лейкоциты. Ни один из них не дает такой смеси входить в кровь больного. Антитела же, наличие антигена распознают опухолевые узлы, метастазы и располагаются вокруг них.

Прибор скенограф регистрирует скопления изотопов в организме. Информация обрабатывается на электронно-вычислительной машине, и врач получает подробную карту организма больного с четко выделенными зонами локализации патологического процесса. Потом изотопы или радиофармацевты выводятся с мочой.

— Значит, моноклональные антитела могут и лечить?

— Да, конечно. В Японии уже используют моноклоны для лечения лейкозов. Антитела вводят внутривенно, и они находят и разрушают опухолевые клетки. В Европе моноклоны используют для лечения рака желудка. Антитела действуют непосредственно на опухоль, разрушая ее клетки.

Сконструированные нами гибридомы и сами по себе представляют исключительно интересный объект для наблюдений. Поскольку гибридома — продукт слияния нормальной и опухолевой клеток, при ее изучении можно глубже понять механизм злокачественного переобращения клеток. А это значит, что мы приблизимся к пониманию процессов зарождения и развития опухоли, к овладению новыми методами воздействия на нее.

Поскольку широкое применение моноклонов в диагностике — дело будущего, предстоит поработать достаточное количество гибридом, создать несколько их банков.



НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ПО ГЕОФИЗИЧЕСКИМ ФАКТОРАМ

ПН	8		
ВТ	2	16	23
СР			
ЧТ		25	
ПТ			
СБ	6	27	
ВС			

Казалось бы, мы только что говорили о том, что геофизические факторы оказывают влияние на организм человека. Но это влияние не всегда очевидно. Иногда оно проявляется в виде обострения различных заболеваний. Например, у некоторых людей наблюдается обострение астмы, гипертонии, ревматизма и других заболеваний в определенные дни. Это связано с тем, что геофизические факторы оказывают влияние на организм человека, изменяя его биологические ритмы. В результате этого происходит нарушение обмена веществ, что приводит к различным заболеваниям. Поэтому важно знать, в какие дни геофизические факторы оказывают наиболее неблагоприятное влияние на организм человека, и избегать их в эти дни. Это поможет избежать обострения различных заболеваний и сохранить здоровье.



ной целью и под контролем показателей свертываемости крови.

К числу самых тяжелых осложнений вызываемых ОК, относится венозная тромбоэмболия — закупорка вены образовавшимся тромбом. Однако по мере того как усовершенствовались гормональные препараты за счет снижения дозы...

в 2—3 раза частота венозного осложнения снизилась, и ее уровень снизился к минимуму (1 на 1000). Помните, что в этой ситуации, когда высок риск образования тромбов в послеоперационном периоде...

Поэтому, если вы не знаете, как избежать каких-либо вмешательств до этого надо проконсультироваться с врачом. ОК и возобновление тромбоза через 4 недели после операции...

Другое редкое осложнение — тромбоз глубоких вен. Развитие тромбоза в венах при применении ОК преимущественно у женщин в перименопаузальном периоде — инфаркт венозальной системы. Вот что существенно повышает риск инфаркта: продолжительность приема ОК, около 10 лет, возраст женщины до 35 лет, отсутствие физических нагрузок, курение...

заболеть тромбозом вен, если вы курите и принимаете ОК.

Иногда тромбоз вен может возникнуть и у некурящих женщин, принимающих ОК.

Чтобы избежать тромбоза вен, необходимо соблюдать следующие правила: не курить, вести активный образ жизни, избегать длительного стояния или сидения...

Если вы заметили у себя отеки ног, боль в ногах, покраснение или изменение цвета кожи, немедленно обратитесь к врачу.

Ведение беременности при приеме ОК должно осуществляться под строгим контролем врача. Прием ОК во время беременности может вызвать осложнения.

особенно опасно принимать ОК в последние месяцы беременности, так как это может вызвать кровотечение у матери и ребенка.

определить, насколько высок риск тромбоза вен и в каком виде ОК вы можете принимать.

Итак, если вы курите и принимаете ОК, вам необходимо регулярно консультироваться с врачом, чтобы оценить риск тромбоза вен и принять необходимые меры профилактики.

СТАТЬЯ К. В. ВАСИЛЬЕВА

СКАЖИ МНЕ, У ТЕБЯ ЕСТЬ БЛЕЙК У ТЕБЯ ЕСТЬ ТАБАК?

Петрова, Заряйск





# НАУЧИТЬСЯ ПЛАВАТЬ МОГУТ



Хотите научиться плавать брассом не более чем за 5 дней? Или научить своих детей? Для этого вам понадобится спасательный круг и немного теории.

## СНАЧАЛА ТЕОРИЯ

1. На мелководье наденьте спасательный круг, выберите подбородок над краем и отведите назад. Опираться и плечами о круг, макушкой от дна и ладони грудной клетки. Ноги в колени должны быть близко к животу со стороны подошвы ног к рукам.

Разведите стопы в стороны и к голени (см. рис.). После этого снимите круг и выполните гребок. Если захватит стоп выдох, гребок получается правильным. Повторите упражнение полного освоения гребка. С помощью этого упражнения движения ногами выполняйте 1—2 занятия. Даже самые неуклюжие ученики проходят за 5 занятий.

2. Стоя по пояс в воде наденьте спасательный круг. Спокойно и медленно опираясь о ребро круга, выполняйте движения. Подтяните ноги близко к животу. Колени к животу не подтягивайте, иначе потеряете равновесие! За-

хватите локти к туловищу и сдвиньте себя кистями за подбородок. Делая гребок руками в стороны, вдыхайте так, как будто говорите «а!»

Львов

В. В. ПЫЖОВ,  
кандидат педагогических наук

...тут опереться что создает резко испорченной круг не плавать под льным желе-



# ДЕД ВЕРНИ КРАСКУ

ЭКСТЕНЗИВНОЕ МОЩЬ



# ФАНТАМА СЕНКУ,

ОЙ ИНФЕКЦИЕЙ

СТЕРЕГАЕТ, РЕКОМЕНДУЕТ

## СДЕЛАЙТЕ ВЫВОД

Кишечная инфекция может унести ребенка.

Дизентерия — коварное заболевание. Поэтому не медлите с вызовом врача.

Приостановить развитие невралгии тройничного нерва и предотвратить ее обострение весьма сложно.

Срок хранения варенья на ксилите значительно меньше срока хранения варенья на сахаре.

Суточная норма в рационе зависит от трудовой нагрузки и пола и возраста.



...же 4—6 часов начала  
...дратами, а всего за  
... — до литра.  
...ки если у ребенка  
...мически возникает  
...прекращайте его  
...какой-то частью раст-  
...равно удержит  
...низма. Если же  
...ребенок гнет  
...можно пойти  
...ряду с расу-  
...давать ок-  
...жипиче-  
...ты суко-  
...сред-  
...икро-  
...гда  
...ть

Однако хочу предупредить: растворы глюкозы и регидрона — это не просто жидкость, это лекарство, и, как всякое лекарство, они даются в определенных дозах. По своему усмотрению уменьшать или увеличивать их нельзя!

В настоящее время при очень многих республиканских, районных, сельских и участковых больницах созданы пункты сильной регидратации. Там работают врачи, фельдшеры, медсестры. Вызов по вызову, они выезжают туда с ма-  
...ногда  
...ка  
...ш

# ПЕРЕСТРОЙКА СИСТЕМЫ ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

**У**казом Президиума Верховного Совета СССР от 1988 года уполномоченным по оказанию психиатрической помощи Минздравом СССР приняты инструкции о деятельности психиатрических диспансеров, в которых детально проведено описание структуры психиатрической помощи, ее организационно-методические основы, порядок проведения приема больных, совершающих общественно опасные деяния.

Теперь, согласно приказу Минздрава СССР от 22.05.88 г. «О мерах по дальнейшему развитию психиатрической помощи», психиатрические диспансеры являются исключительно комплексными учреждениями, специализирующимися на оказании психиатрической помощи, своим делом могут выносить только заключения о психическом состоянии больного, права выдавать какие-либо запросы организации и уполномочены просить суда и следственных органов о принятии мер по обеспечению безопасности больного.

Перед психиатрическими диспансерами поставлена задача: обеспечить своевременное выявление и лечение психически больных, нуждающихся в психиатрической помощи, оказание психиатрической помощи больным, совершающим общественно опасные деяния, а также оказание психиатрической помощи больным, страдающим психическими заболеваниями, в том числе и психическими расстройствами, сопровождающимися суицидальными тенденциями.

Если больной совершил общественно опасное деяние, то он подлежит принятию мер по обеспечению безопасности окружающих. В этом случае психиатрические диспансеры обязаны оказывать психиатрическую помощь больным, совершающим общественно опасные деяния, а также оказывать психиатрическую помощь больным, страдающим психическими заболеваниями, в том числе и психическими расстройствами, сопровождающимися суицидальными тенденциями.

Человек по состоянию психического здоровья может быть признан недееспособным, если он не способен понимать значение своих действий или руководить ими. В этом случае законные представители больного должны быть уведомлены об этом.

представители, не согласные с заключением о его психическом состоянии, вправе обжаловать это заключение в главный психиатрический диспансер при Министерстве здравоохранения. При необходимости создается экспертная комиссия врачей-психиатров для оценки правильности вынесенного заключения. В комиссию могут входить врачи-психиатры, ранее обследовавшие данного гражданина. По ходатайству больного, его родственников или состав комиссии включается любой врач-психиатр, работающий в учреждении здравоохранения данной местности.

Амбулаторную психиатрическую помощь больным психическими заболеваниями оказывают в психоневрологических диспансерах, отделениях и кабинетах, как правило, на добровольной основе, независимо от согласия больных. Амбулаторная психиатрическая помощь и обязательное диспансерное наблюдение осуществляются только за счет средств государственного бюджета.

В последнее время значительно сужен контингент больных, подлежащих динамическому диспансерному наблюдению. Решения о приеме в диспансер принимаются на основании заключения врача-психиатра. Организованы диспансеры и группы диспансеров для больных психическими заболеваниями, специально предназначен для лиц с обострениями или рецидивами психического состояния, нуждающихся в активной психиатрической помощи, но не требующих обязательного помещения в стационар.

Волонтеризация психически больного его согласия при наличии у него психического расстройства, требующего обязательного лечения, является нарушением. Больные, нуждающиеся в психиатрической помощи, независимо от опасности для себя или окружающих, помещены в больницу без их согласия в порядке обязательной госпитализации по решению врача-психиатра.

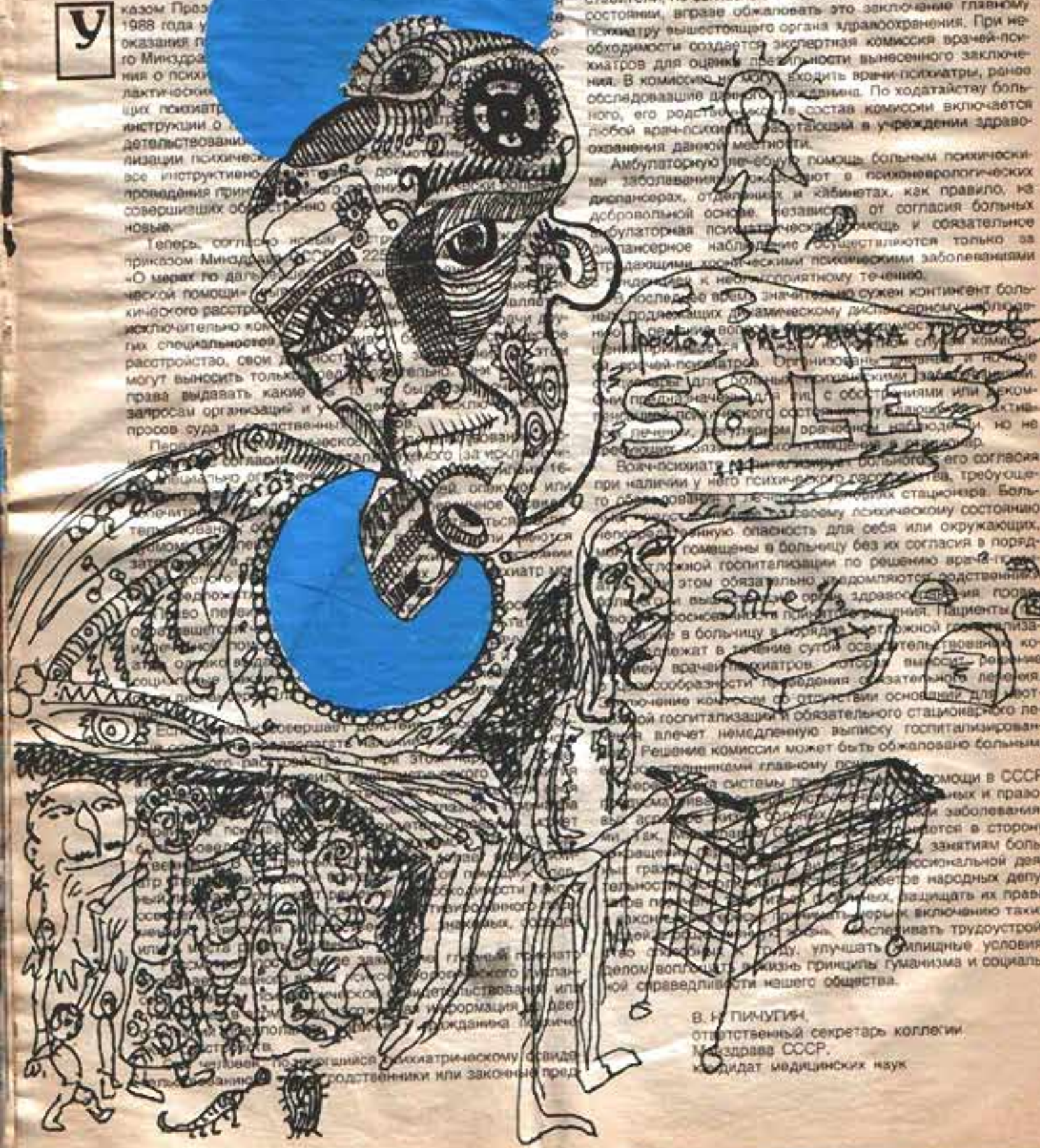
В этом случае обязательно уведомляются родственники больного и выданы органы здравоохранения постановление о принятии мер по обеспечению безопасности окружающих. Пациенты, помещенные в больницу в порядке обязательной госпитализации, подлежат в течение суток освидетельствованию комиссией врачей-психиатров, которая выносит решение о необходимости помещения в стационар для обязательного лечения.

Заключение комиссии об отсутствии оснований для обязательной госпитализации и обязательного стационарного лечения влечет немедленную выписку госпитализированного.

Решение комиссии может быть обжаловано больным или законными представителями главного психиатрического диспансера.

Система психиатрической помощи в СССР претерпела серьезные изменения в последние годы, и правомерно возникает вопрос о ее дальнейшем развитии. В настоящее время в стране наблюдается тенденция к увеличению числа психически больных, нуждающихся в психиатрической помощи. Это требует от государства принятия мер по улучшению условий психиатрической помощи, в частности, созданию психиатрических диспансеров, занимающихся оказанием психиатрической помощи больным, совершающим общественно опасные деяния, а также оказанием психиатрической помощи больным, страдающим психическими заболеваниями, в том числе и психическими расстройствами, сопровождающимися суицидальными тенденциями.

В. Н. ПИЧУГИН,  
ответственный секретарь коллегии  
Минздрава СССР,  
кандидат медицинских наук



# CONTROL ДИЗЕНТЕРИЯ

ВРАЧ РАЗЪЯСНЯЕТ, ПРЕДОСТЕРЕГАЕТ, РЕКОМЕНДУЕТ



**З. А. ЖУРАВЕЦ,**  
кандидат  
медицинских  
наук

Дизентерия.

У ребенка, бал...

каждые 10—15 минут смазывать заносы. Все эти меры очень эффективны в первые часы заболевания.

Если у больного, врач не госпитализирован, отказывайтесь от активной помощи ребенку. Можно только в исключительных случаях при сильном обезвоживании жидкостью, в которую вли...

белого хлеба, тосты или печенье, яблоки, бананы. Необходимо исключить из рациона продукты, содержащие грубую растительную клетчатку (капусту, редьку, черный хлеб) и, конечно, жареные и жирные блюда. Не следует давать...



**GNC**

**GB**

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...  
...у ребенка, бал...

# ВЬЕТНАМСКИЕ

**ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ**

Смазывать колу толким слоем бальзама «Золотая звезда» и втирать его кончиками второго или третьего пальца в определенные акупунктурные точки, показанные на схемах, при различных заболеваниях.



при гриппе



при ангине



при боли в области плечевого сустава



при головной боли



при боли в области уха



при боли спастического характера в области живота



при ринитах



при болях в области носоглотки



при боли в области запястного сустава



при боли в области коленного сустава

Уважаемые читатели!

В № 5 нашего журнала за 1988 год в материале «Вьетнамские врачи рекомендуют» (стр. 26) под некоторыми иллюстрациями ошибочно были даны подписи, не соответствовавшие рисункам. Предлагаем вашему вниманию правильно схваченные расположения на коже акупунктурных точек и подписи к ним.



при боли в области лицевого нерва



при зубной боли



при радикулите, люмбаго

**ПРИМЕЧАНИЕ.** При гриппе, ангине, головной боли (если охватывает всю голову), ринитах, при боли спастического характера в области живота, при радикулите, люмбаго (если боль беспокоит с одной или с обеих сторон) массировать симметричные точки.

# УШУ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ВСЕХ

ЗАНЯТИЕ ПРИБИВАЕТ



1. Встаньте, ноги широко расставлены, руки опущены. 2. Наклонитесь вперед, руки касаются пола. 3. Встаньте на колени, руки опущены. 4. Встаньте на колени, руки опущены. 5. Встаньте на колени, руки опущены. 6. Встаньте на колени, руки опущены.

7. Встаньте на колени, руки опущены. 8. Встаньте на колени, руки опущены. 9. Встаньте на колени, руки опущены. 10. Встаньте на колени, руки опущены.

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...использовать... в каждой... на раз... выполняя... со стороны... укрепление... от 10 до 30... в течение... время занятия... выработку...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

...кандидат в мастера спорта по гимнастике. Довольно быстро приступать к занятиям можно крепко, и в течение всего занятия...

В. Д. МАЛЫШЕВ,  
профессор.

Х. Т. ОМАРОВ,  
кандидат  
медицинских  
наук

# ПЕРВЫЕ ПОМОЩИ



## И ПЕРЕГРЕВ СОЛНЕЧНО

...АНИЮ, ТЕПЛОВУМУ И  
...ружающего воздуха  
...м помещении, на со-  
...орезиненная, брез-  
...ажены перегревани-  
...и обмена вещества  
...истонией, а также мале-

### ЛЕГКАЯ ФОРМА ПЕРЕГРЕВАНИЯ

...дая слабость, сонливость,  
...е, тошнота.  
Выведите пострадавшего в пр-  
...дное, проветриваемое место  
(в тень, к распахнутому окну). Расс-  
...гните воротник, ремень, снимите  
обувь. Обмахивайте пострадавшего  
полотенцем, газетой, смочите ему  
лицо и голову холодной водой. Дайте  
выпить минеральной или слегка под-  
соленной воды.

**ПЕРЕГРЕВАНИЕ СРЕДНЕЙ ТЯЖЕСТИ:** сильная головная боль, тошнота, рвота, неуверенность движений, оглушенность, заторможенность, возможен кратковременный обморок. Кожа покрасневшая, чаще влажная, пульс и дыхание учащены. Температура тела — 38—40°.

Уложите пострадавшего так, чтобы голова была приподнята. Дайте холодное питье, разденьте, положите на голову полотенце, смоченное холодной водой или пузырь со льдом, наложите холодные примочки на область шеи и паховые области. Можно завернуть пострадавшего на 3—5 минут в мокрую простыню или облить его холодной водой.

**ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР:** бред, судороги, расстройства слуха и зрения, потеря сознания. Дыхание поверхностное, учащенное, лицо бледное, с синюшным оттенком. Кожа сухая и горячая или покрыта липким потом. При солнечном ударе общего перегревания тела может и не быть. Пульс учащен. Мышечный тонус снижен. Имеется опасность прекращения дыхания в связи с западанием языка.

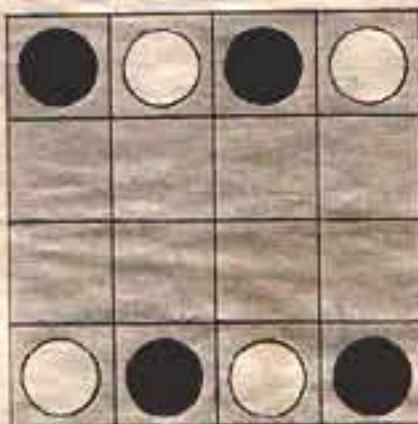
Уложите пострадавшего в прохладном месте, и чтобы у него не западал язык, положите валик под плечи. Немедленно вызовите «Скорую». До ее приезда разденьте и охлаждайте тело пострадавшего холодными примочками. Холодное питье дайте только после того, как пострадавший придет в себя. В случае рвоты поверните его на бок и очистите полость рта от рвотных масс (пальцем, обернутым марлей). Если произошла остановка дыхания, то начинайте искусственную вентиляцию легких способом «изо рта в рот».







# ТАК-ТЯКОЛЬ



Эта игра развивает быстроту реакции и внимание, способность логически мыслить.

Нанертите на листке бумаги квадрат и поделите его на 16 клеток.

Играют двое. У каждого по 4 фишки своего цвета. В начале игры фишки располагаются, как показано на рисунке. Каждый игрок поочередно передвигает свою фишку на свободную соседнюю клетку в любом направлении, кроме диагонального. Выигрывает тот, кто выставит три свои фишки подряд — по горизонтали, вертикали или диагонали.

Играть надо в стремительном темпе: весь расчет на случайную ошибку противника. Потому что если никто из игроков не «зевнет», игра будет бесконечной. После 25—30 ходов партия признается ничейной.

З. ВЕСЕЛАЯ



— Сегодня в детсад не иду: ухаживаю за большим членом семьи.

Рисунок В. Влад

Если бы не научился так реагировать на влечение, получать радость от называния ухаживанисом, к тому, кто будет охотиться за взаимностью вблизи.

Как  
стема  
вечес  
либо  
калуть  
и труд  
юнош  
Самое  
дрост  
ощущ  
нелъз  
Но  
надо  
при к  
подоб  
жит в  
Сей  
она ст  
ней м  
стка с  
своим  
Ра  
нение  
блани  
какая  
Хв  
жизнь  
седях  
Мног  
своих  
и — ду  
деток  
дне и  
требо  
Не  
ни и  
самое  
вык  
испыт  
А раз  
хотел  
може  
порой  
Ка  
саоег  
и к ф  
перик  
с пог  
огра  
Ес  
ко ра  
вечи  
люка  
мужч  
вызв  
срез  
мал  
тряо  
така  
В  
ныма  
го и  
на с  
твод  
В  
диз  
такс  
в ос  
сти,  
ром  
грак  
сов

284000695  
ЗЕЛЕНАЯГОРЛОВЕХ ВЕРЕС  
4820008093073  
ХЛЕБЫ ФИННАКРИП 200Г  
6410500098270  
ОГУРЦЫ ДЯДЯВАНЯ 720/6  
4607002990290  
МАЙОНЕЗ\*ПРОВАНСАЛЬ СКИ  
4601363000025  
Р5Б 8,60 X 2,000  
ОВОЩИ\*ПО-ВЕРЕВЕНСКИ 4\*  
4606338000062  
СОСИСКИ\*ИЗ\*ГОВЯДИНЫ ОС  
4601296004626  
Т/БУН. ЗЕВА 54М  
4605331001540  
Р5Б 5,50 X 2,000  
ГРУДКА КУРИНАЯ  
92105  
Р5Б 145,00 X 0,430  
КРЕМ-МЯЛО FLORENA 100Г  
4105210063782  
МОЛОКО\*СТЕР ДНО 0,2Л  
4607025396819  
КРЕМ-МЯЛО БАБ АГАФЬЯ 3  
4607040310760  
ПРИПРАВА ВЕГЕТА\*ПОДРОБ  
3850104008054  
СУП\*ГОВ. С\*ВЕРНИШЕЛЬЯ П  
3850104003134  
СУП\*КУРИЦА\*ГРИБНОЙ С\*ВЕ  
3850104211232  
СУП\*МАВАИТ ПОДРАВКА 5  
3850104028250  
СУП\*МАВ. ПЕТКОЛ 100Г  
4600695007818  
ВРУТТИС\*ЛЕГКИИ КАЛГМА  
4605627000431  
Р5Б 6,00 X 2,000  
ХЛЕБ\*К ОБСЕМ 0,4  
... 15004300  
ХЛЕБ\*П\*ЛО ЗАКРИТ\*СКИИ 0  
2200018201077  
БУЛЬОН Г. Б. ВОТ В АСС.  
8410300102939  
ВЕРНИШЕЛЬ РОЛАТОН 60Г  
4605496001621  
Р5Б 3,30 X 4,000

ИТОГО 114

Рубль России 500

СДАЧА 85,95

СПАСИБО ЗА ПОКУПКУ  
UnifO IBS

ФИСКАЛЬНЫЙ РЕЖИМ 82120023



THE SILENCER  
MAKES A WHISPER  
OF THE GUNSHOT.

Хотя очевидно, что спорт, занятия физическими упражнениями — это путь к социальной реабилитации инвалида, восстановлению его трудоспособности. Большинство инвалидов может и уверено в этом, и ведет активную жизнь, ощутив свою

— Считаю, что для привлечения молодежи к здоровому образу жизни любые формы хороши. Пусть занимаются, пусть увлекаются! Нужно помочь им в этом квалифицированным методическим советом. В недалеком прошлом наши спортивные организаторы, организаторы досуга любили эстраду. Запрещали регби, атлетическую гимнастику. Еще совсем недавно кто-то морщился от балета и танца и рок-музыки. Но по прошествии времени, как бы там ни было, но вышло так, что люди начали отвечать.

Наше время требует новых форм досуга молодежи, и в этом смысле спорт — проверенные веками и оздоровления и формы физиче-

— Вы возмущаетесь, считая, что спорт — это не валидного спорта. А ведь это стало мнением, что инвалиды должны показывать напоказ свои недуги.

— Почему существовало такое отношение к инвалидам, которые руководители спорта считают, что инвалиды должны показывать напоказ свои недуги? Несмотря на то, что наша федерация занимается физическими упражнениями для инвалидов, мы не можем сказать, что наши усилия безрезультатны.

Большинство инвалидов и про-

— В последнее время так много говорится и пишется о доброте и милосердии к тем, кто нуждается в помощи окружающих, общества, что, казалось, дело просто не могло не сдвинуться с мертвой точки...

— К сожалению, пока еще больше слов, чем дела.

— Да. Сегодня в транспортных службах, других сотни тысяч людей сидят в своих квартирах и бояться улицы. Она для них — это место. Там все для них закрыто.

Инвалидная коляска не может подняться по лестничному маршу. Инвалид не может пойти в магазин, сбежать в спортзал.

— Да. Сегодня в транспортных службах, других сотни тысяч людей сидят в своих квартирах и бояться улицы. Она для них — это место. Там все для них закрыто.

Инвалидная коляска не может подняться по лестничному маршу. Инвалид не может пойти в магазин, сбежать в спортзал.

— Да. Сегодня в транспортных службах, других сотни тысяч людей сидят в своих квартирах и бояться улицы. Она для них — это место. Там все для них закрыто.

Валентина жалуется 50 лет. Желание заниматься физическими упражнениями — это не несколько десятков минут в день, а несколько часов в день. Сколько вы еще будете работать в таком напряженном режиме?

— Хотите узнать, когда Дикую уйдет? Пока не собираюсь. Думаю поработать на протяжении 5 лет. Как сочетаются с моим возрастом нагрузки? Прекрасно. К тому же геронтологи утверждают, что с возрастом нельзя уменьшать нагрузки. Например, есть экспериментальные группы физической подготовки, в которых жили люди, занимающиеся со штангой. Есть среди них и семидесятилетние. Что у меня еще все впереди.



**И. Л. БОТНЕВА,  
В. М. ПАСЛОВ,**  
научные сотрудники Всесоюзного  
научно-методического центра  
по вопросам сексопатологии

Была восточная и 9 лет забыла,  
Мы в 10-е взрослые слушаем мамин плач,  
В 13 лет — пусть мать жена простит,  
Мы знали все, хотя ничего не знали...  
К. Симонов

ти строки могут служить эпиграфом к разговору с пе-  
риодом формирования личности.



Если же говорить о первом периоде формирования личности, то здесь речь идет о подростковом возрасте. Именно в этот период происходит формирование личности и ее адаптация к окружающей среде. Это время характеризуется повышенной эмоциональностью и неустойчивостью настроения. Поэтому родителям необходимо проявлять терпение и понимание к своим детям, а также поддерживать их в этот сложный период жизни.



о неведении  
же, неискренности.  
ности. Опасно

# ВИТЯ+ОЛЯ= ЛЮБОВЬ



Если же говорить о втором периоде формирования личности, то здесь речь идет о юношеском возрасте. Именно в этот период происходит формирование личности и ее адаптация к окружающей среде. Это время характеризуется повышенной эмоциональностью и неустойчивостью настроения. Поэтому родителям необходимо проявлять терпение и понимание к своим детям, а также поддерживать их в этот сложный период жизни.

Нельзя забывать о том, что в подростковом возрасте может появиться первая любовь. Это время характеризуется повышенной эмоциональностью и неустойчивостью настроения. Поэтому родителям необходимо проявлять терпение и понимание к своим детям, а также поддерживать их в этот сложный период жизни.

Важно помнить, что любовь — это не только страсть, но и ответственность. Родителям необходимо научить своих детей любить и быть любимыми. Это поможет им справиться с трудностями подросткового возраста и построить успешную жизнь.

# КОНСЕРВЫ НА КСИЛИТЕ

ВРАЧ РАЗЪЯСНЯЕТ

Г. А. САЛДЫНОВИЧ,  
врач-эндокринолог

Фруктовые консервы — это прекрасный источник энергии. В них много витаминов, минеральных веществ — калия, магния, цинка, фосфора, железа и витаминов С, А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>, К, РР, Е. Они содержат много клетчатки, которая улучшает пищеварение. Кроме того, консервы — это удобный способ хранения фруктов. Они могут храниться в течение нескольких месяцев.

Консервы на ксилите — это консервы, в которых вместо сахара используется ксилит. Ксилит — это натуральный сахарозаменитель, который содержится в некоторых растениях, например в коре березы. Он имеет сладкий вкус, но не повышает уровень сахара в крови.

Консервы на ксилите — это хороший вариант для людей с диабетом. Они содержат мало углеводов и калорийны. Кроме того, они содержат много витаминов и минеральных веществ. Однако, как и все консервы, они содержат много соли и могут содержать консерванты.

Консервы на ксилите — это удобный способ хранения фруктов. Они могут храниться в течение нескольких месяцев. Однако, как и все консервы, они содержат много соли и могут содержать консерванты. Кроме того, они могут содержать много сахара, если в них используется сахарозаменитель.

Если ягоды в банке всплыли, необходимо его простерилизовать повторно. Это можно сделать, прокипятив консервы в течение 10-15 минут.

Поскольку суточная норма ксилита для больного диабетом не должна превышать 30 граммов, сорбита — 20 граммов, решается съесть примерно 2 столовые ложки варенья или 1 столовую ложку протертой черной смородины, разделив их на 2-3 порции и каждую разбавив теплой водой до объема стакана.

Далее, как и при заваривании варенья, стерилизуют литровую банку в кипящую воду — до 35-40 минут. Пропорция сахара должна быть такой же, как при варке варенья. Ягоды можно использовать любые.

Залейте ягоды сахаром и хорошо перемешайте. Хорошо промытые ягоды залейте на ночь. Затем добавьте ксилит как обычно. Варите его до кипения, прокипятите 5-8 минут, охладите до 20-30°C, внесьте поварите 6-10 минут, охладите, так повторите несколько раз до тех пор, пока ягоды равномерно распределятся в жидкой массе. Затем добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок.

Разлейте по банкам. Стерилизуйте в кипящей воде 15-20 минут. Закройте крышки. Консервы готовы. Храните в прохладном месте. Можно использовать для приготовления напитков, десертов и т.д.



Врач-эндокринолог Г. А. Салдынович рассказывает о консервах на ксилите. Он объясняет, почему это хороший вариант для людей с диабетом. Он также рассказывает о том, как правильно выбирать консервы и как их использовать. Он советует выбирать консервы с минимальным содержанием сахара и соли. Он также советует выбирать консервы с высоким содержанием витаминов и минеральных веществ. Он также советует выбирать консервы с натуральными ингредиентами.

Г. А. САЛДЫНОВИЧ,  
врач-эндокринолог

Залейте ягоды сахаром и хорошо перемешайте. Хорошо промытые ягоды залейте на ночь. Затем добавьте ксилит как обычно. Варите его до кипения, прокипятите 5-8 минут, охладите до 20-30°C, внесьте поварите 6-10 минут, охладите, так повторите несколько раз до тех пор, пока ягоды равномерно распределятся в жидкой массе. Затем добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок.

Фруктовые консервы — это прекрасный источник энергии. В них много витаминов, минеральных веществ — калия, магния, цинка, фосфора, железа и витаминов С, А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>, К, РР, Е. Они содержат много клетчатки, которая улучшает пищеварение. Кроме того, консервы — это удобный способ хранения фруктов. Они могут храниться в течение нескольких месяцев.

Консервы на ксилите — это консервы, в которых вместо сахара используется ксилит. Ксилит — это натуральный сахарозаменитель, который содержится в некоторых растениях, например в коре березы. Он имеет сладкий вкус, но не повышает уровень сахара в крови.

Консервы на ксилите — это хороший вариант для людей с диабетом. Они содержат мало углеводов и калорийны. Кроме того, они содержат много витаминов и минеральных веществ. Однако, как и все консервы, они содержат много соли и могут содержать консерванты.

Консервы на ксилите — это удобный способ хранения фруктов. Они могут храниться в течение нескольких месяцев. Однако, как и все консервы, они содержат много соли и могут содержать консерванты. Кроме того, они могут содержать много сахара, если в них используется сахарозаменитель.

Если ягоды в банке всплыли, необходимо его простерилизовать повторно. Это можно сделать, прокипятив консервы в течение 10-15 минут.

Поскольку суточная норма ксилита для больного диабетом не должна превышать 30 граммов, сорбита — 20 граммов, решается съесть примерно 2 столовые ложки варенья или 1 столовую ложку протертой черной смородины, разделив их на 2-3 порции и каждую разбавив теплой водой до объема стакана.

Далее, как и при заваривании варенья, стерилизуют литровую банку в кипящую воду — до 35-40 минут. Пропорция сахара должна быть такой же, как при варке варенья. Ягоды можно использовать любые.

Залейте ягоды сахаром и хорошо перемешайте. Хорошо промытые ягоды залейте на ночь. Затем добавьте ксилит как обычно. Варите его до кипения, прокипятите 5-8 минут, охладите до 20-30°C, внесьте поварите 6-10 минут, охладите, так повторите несколько раз до тех пор, пока ягоды равномерно распределятся в жидкой массе. Затем добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок. Доведите до кипения. Варите 5-8 минут, охладите, добавьте лимонный сок.

Разлейте по банкам. Стерилизуйте в кипящей воде 15-20 минут. Закройте крышки. Консервы готовы. Храните в прохладном месте. Можно использовать для приготовления напитков, десертов и т.д.



# НЕВРАЛГИЯ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА

ВРАЧ РАЗЪЯСНЯЕТ, ПРЕДУПРЕЖДАЕТ, РЕКОМЕНДУЕТ



**Н. В. ОЕДОРОВА,**  
кандидат  
медицинских  
наук

Это хроническое мучительное заболевание, которое страдает в основном пожилые люди и женщины. С возрастом происходит изменение тройничного нерва. В 30-конечной области, где она возникает как следствие воспаления придаточных пазух носа, вирусных инфекций, в том числе опоясывающего лишая, травмы головы, переохлаждения, гипертонической болезни, сужения костных каналов черепа, в которых проходят ветви тройничного нерва.

Боль при невралгии тройничного нерва возникает внезапно и может быть жгучей, стреляющей, режущей, колющей. Как правило, боль быстро утихает, однако вслед за первым приступом через несколько минут или часов может возникнуть второй, третий. Обычно длительна и упорна боль первой невралгии тройничного нерва, вызванная поражением лицевого нерва.

После приступа лицевого нерва и тройничного нерва наступает длительный приступ боли. В то время, как одна ветвь нерва поражена; чаще поражаются вторая и третья ветви. При невралгии первой ветви боль обычно концентрируется в области надбровья, лба, виска, иногда глазного яблока. Если воспалена вторая ветвь, боль возникает в области верхней губы, крыльев носа, нижнего века, скуловой области, верхних зубов. Воспе-

нение в воспалительном процессе третьей ветви проявляется болью в нижней губе, подбородочной области, нижних зубах, щеке. У многих во время приступа боли отмечаются покраснение, потливость лица, слезотечение, иногда сокращение мышц лица.

Невралгии тройничного нерва относятся к числу заболеваний, приостановить развитие которых и предотвратить их повторение весьма сложно. В таких делах решающее значение первое лечение должно быть эффективным, можно избежать рецидивов.

Сначала необходимо установить причину заболевания, при этом надо учитывать все возможные факторы. Если заболевание вызвано вирусной инфекцией, то необходимо использовать противовирусные препараты. Если же заболевание вызвано воспалением придаточных пазух носа, то необходимо использовать антибактериальные препараты.

Важно помнить, что невралгия тройничного нерва может быть вызвана и другими причинами, например, гипертонической болезнью, сужением костных каналов черепа, в которых проходят ветви тройничного нерва. В таких случаях необходимо использовать соответствующие препараты. Если же причина заболевания неизвестна, то необходимо использовать препараты, которые снимают боль и уменьшают воспаление.

В течение длительного времени, столько, сколько потребуется врач, обяза-

тельно соблюдать диету, избегать стрессов, переутомления, переохлаждения, перегрева. Необходимо избегать сквозняков, особенно в области лица. Если же заболевание вызвано вирусной инфекцией, то необходимо использовать противовирусные препараты.

Если же заболевание вызвано воспалением придаточных пазух носа, то необходимо использовать антибактериальные препараты. Если же заболевание вызвано гипертонической болезнью, то необходимо использовать гипотензивные препараты. Если же заболевание вызвано сужением костных каналов черепа, то необходимо использовать препараты, которые снимают боль и уменьшают воспаление.

Важно помнить, что невралгия тройничного нерва может быть вызвана и другими причинами, например, гипертонической болезнью, сужением костных каналов черепа, в которых проходят ветви тройничного нерва. В таких случаях необходимо использовать соответствующие препараты.

Если же причина заболевания неизвестна, то необходимо использовать препараты, которые снимают боль и уменьшают воспаление. В течение длительного времени, столько, сколько потребуется врач, обязательно соблюдать диету, избегать стрессов, переутомления, переохлаждения, перегрева.

Необходимо избегать сквозняков, особенно в области лица. Если же заболевание вызвано вирусной инфекцией, то необходимо использовать противовирусные препараты. Если же заболевание вызвано воспалением придаточных пазух носа, то необходимо использовать антибактериальные препараты.

Если же заболевание вызвано гипертонической болезнью, то необходимо использовать гипотензивные препараты. Если же заболевание вызвано сужением костных каналов черепа, то необходимо использовать препараты, которые снимают боль и уменьшают воспаление. В течение длительного времени, столько, сколько потребуется врач, обязательно соблюдать диету, избегать стрессов, переутомления, переохлаждения, перегрева.

«Расскажите, пожалуйста, отчего бывают аллергические заболевания глаз?»

М. Костынина

## АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Первое место среди аллергических заболеваний глаз занимает аллергия на лекарственные препараты. Эти заболевания, как правило, являются следствием местного применения лекарственных препаратов и но только в виде глазных капель, но и в виде мазей, в виде инъекций. Во всем этом применяются антибиотики, обезболивающие средства, гормоны (ускоряющая зрительную систему), витамины (повышающие давление), также сердечные препараты, алкоголь, сульфонимиды, никотиновая кислота.

Если развился острый аллергический конъюнктивит (воспаление слизистой оболочки глаза), то необходимо использовать антигистаминные препараты. Если же заболевание вызвано воспалением придаточных пазух носа, то необходимо использовать антибактериальные препараты. Если же заболевание вызвано гипертонической болезнью, то необходимо использовать гипотензивные препараты.

Если же заболевание вызвано сужением костных каналов черепа, то необходимо использовать препараты, которые снимают боль и уменьшают воспаление. В течение длительного времени, столько, сколько потребуется врач, обязательно соблюдать диету, избегать стрессов, переутомления, переохлаждения, перегрева.

Необходимо избегать сквозняков, особенно в области лица. Если же заболевание вызвано вирусной инфекцией, то необходимо использовать противовирусные препараты.

14  
тридцать лет производится вав-  
го-щее в крупнейшими выбросами  
душный объект. К тому же в этом

быть тем  
с тонкой  
дизайн  
Сейчас  
К. раз  
Син  
семь  
свои

год  
сти  
ме  
Д  
на  
ва  
своих горож

В самом экологически чистом  
еще тысячу лет назад. В  
прошлом году в Кемере  
становлен план на 1989 года  
1989 года вывести города все  
только в северном и южном  
уровень загрязнения воздуха на  
мер, с помощью программы  
но допустимые концентрации в 5-60  
раз. Медленно темп, тем  
многом завися от того, что

ства не раз срывали выданные  
и лимитов на выбросы, а  
слаба строительная база в  
кая организация

ств, но хо  
ны  
Томск  
в

справ  
публикации  
слушиваться  
водителей. Но и в самом Кемере  
пока, на наш взгляд, четкой  
взаимной программы действий  
Например, марта 1989 года  
аварийных ситуаций. Объект  
экспертизы, но показали не-  
эффективные меры по сниже-  
вными. Так же как и в других прои-  
водства, на предприятиях разный  
выброс вредных веществ.

Когда версту... Минхимпром  
ме состоялась пресс-конференция

тель... химического...  
и не... промышленности...  
В. К. Бон...  
Кем...  
объ...  
произво...  
обору...  
ма...  
грома...  
действ...  
про

род...  
фо...  
и г...  
ств...  
лик...  
чан...  
ты...  
как...  
стре...  
дал...  
ко

Д... в прошлом году областной СЭС (глав-  
ный вр... А. Зенков) отклонила 50 из  
106 проектов на строительство или ре-  
конструкцию

то... 447...  
вила... 59...  
произд...  
наб...  
контроля...  
Средств...  
...

Заблуждение... курс...  
П...  
Х...  
нет четких

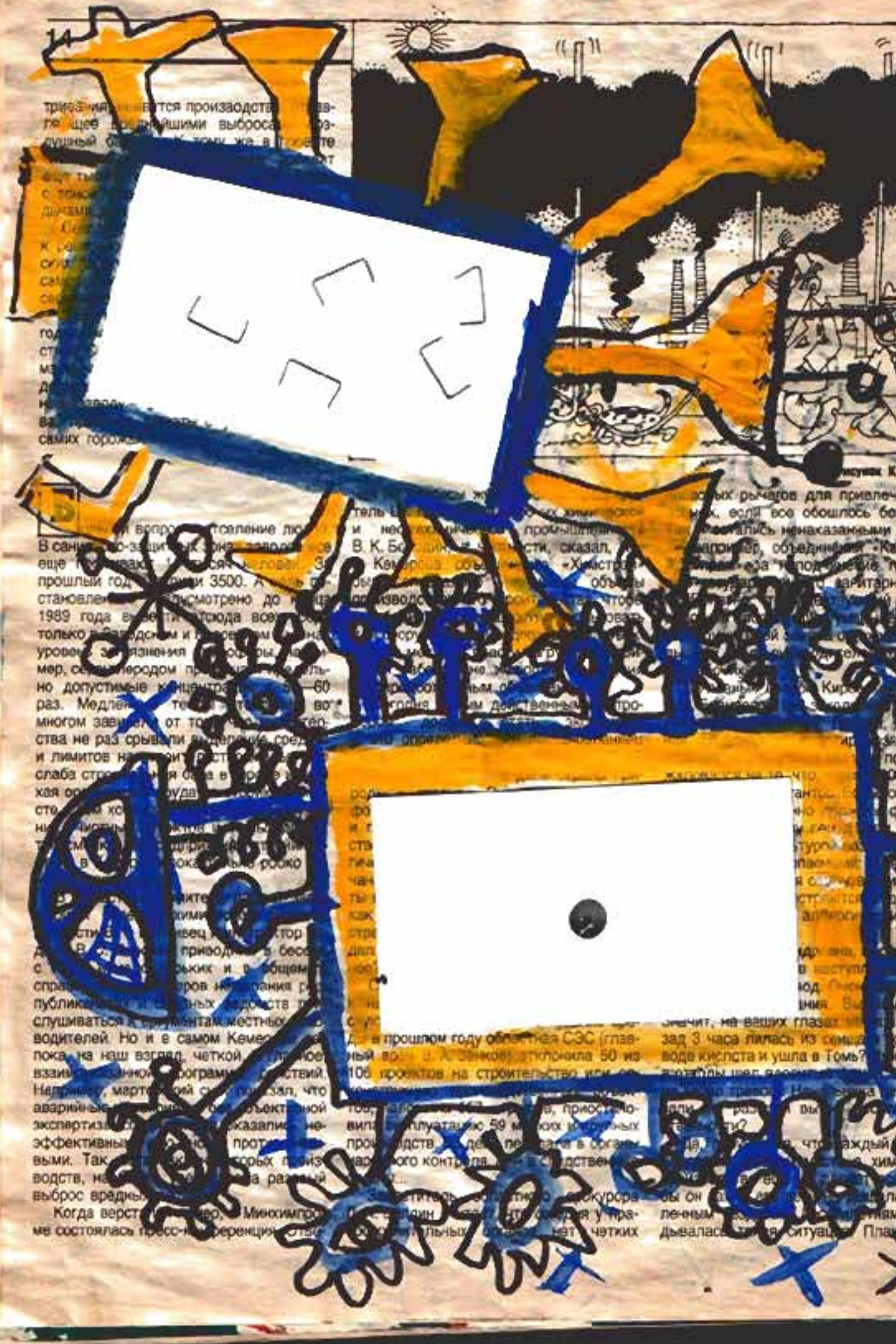
рычагов для привле-ен  
если все обошлось без  
стались неказанными ра  
например, объединили Карб  
за теплотехнические про  
варительные аппараты  
В...  
за...  
Кире...  
...

ка... что  
тан...  
но...  
стур...  
пла...  
я...  
ств...  
аль...  
не

др...  
в...  
юд...  
ния...  
В...  
моу...  
де...  
роу...  
В...  
...

значит, на веших глазах  
зад 3 часа лилась из семидесяти  
воде кислота и ушла в Томь?  
плотный ил...  
Н...  
...

бы он...  
ле-ным...  
дьявалас... ситуация  
Пла...







«В нашем доме живет человек, зараженный вирусом СПИДа. Почему его не изолируют? Ведь он же представляет опасность для всех нас?»

Наименово Москва

**НАДО ЛИ ИЗОЛИРОВАТЬ БОЛЬНОГО СПИДОМ?**

Отвечает директор Института медицинской паразитологии и тропической медицины имени Е. Н. Павловского Минздрава СССР доктор медицинских наук В. П. СЕРГЕЕВ:

— Предложения изолировать зараженных СПИДом людей содержатся в ряде списков. Некоторые из них предлагают изолировать зараженных СПИДом только в специализированных учреждениях, а также запретить выезд зараженных граждан за рубеж и въезд в нашу страну иностранцев, чтобы «не разносить заразу».

Предложения эти обусловлены полным незнанием проблемы, не говоря уж об этической стороне дела. Отношение к вирусносителям должно базироваться на четком научно обоснованном знании путей передачи этой инфекции. Человек, зараженный СПИДом, в быту не представляет опасности для окружающих. Это

возбудитель СПИДа не передается при разговоре, кашле, чихании, при пользовании общей посудой, продуктами питания, рукопожатиями, туалетом, плавательным бассейном, при поцелуях. Исключением являются случаи наблюдения, которые проводились в семьях и учреждениях, в которых есть больные СПИДом. В этих случаях вокруг них обнаружили недостаточности бытовых контактов, при которых вирус СПИДа передается. Не заразился никто из здоровых людей, находящихся в доме с больными СПИДом. Если же произошло заражение здоровых людей, вирус передается так же, как и ВИЧ. Поэтому вирус СПИДа не передается при рукопожатии, поцелуе, совместном приеме пищи, использовании общих туалетных принадлежностей, при в школе,

в транспорте, на работе, в магазине, в магазине, при встрече друг с другом, при сидении на скамейке, в общественном транспорте. Пустовые контакты, при которых человек находится с зараженным одним нестерилизованным шприцем и иглой в течение 10 минут, что обычно распространено среди наркозависимых.

СПИД продолжает распространяться по планете, и люди продолжают себя к тому, что заболеет из нас придет, сидеть рядом с зараженным СПИДом, будьте гуманными к ним, отнеситесь к их душевным страданиям с пониманием и сочувствием.

Помните: победа над СПИДом возможна только в том случае, если между вирусносителями, больными СПИДом, врачами и населением установится контакт, основанный на доверии, если заразившийся не будет прятаться от врача, а население не будет сторониться вирусносителя или больного.



**ЧЕМ ОТЛИЧАЮТСЯ ВИЧ И СПИД?**

Отвечает старший научный сотрудник лаборатории молекулярной биологии СПИДа Института иммунологии Минздрава СССР кандидат медицинских наук В. П. СЕРГЕЕВ:

— В 1981 году в Нью-Йорке, в Калифорнии, в Париже и в Лондоне обнаружили новый вирус иммунодефицита человека. Прошедшие 5 лет этого заболевания по земному шару, и в настоящее время им заражены от 5 до 10 миллионов человек. В 1985 году в той же Калифорнии был обнаружен новый СПИДом вирус, родственный, но не идентичный ему. Этот вирус распространен на территории нашей страны и вызывает тяжелое заболевание — синдром приобретенного иммунодефицита.

Ученые предполагают, что ВИЧ-1 и ВИЧ-2 занимают одну из промежуточных позиций между вирусами иммунодефицита человека и вирусом простого герпеса. Открытие ВИЧ-2 побуждает нас думать о существовании естественного (природного) резервуара вируса, вызывающего СПИД.

СВИДом заражены от 5 до 10 миллионов человек. ВИЧ-1 и ВИЧ-2 занимают одну из промежуточных позиций между вирусами иммунодефицита человека и вирусом простого герпеса. Открытие ВИЧ-2 побуждает нас думать о существовании естественного (природного) резервуара вируса, вызывающего СПИД.

...ть, что предохранить себя можно...  
...а, только по...  
...маркировкой...  
...жизнь,risk...  
...количество поло...  
...прежоразителе уменьшат...  
...нестерилизованн...  
...для женщин...  
...на возможность заражения...  
...должен бороться к врачу или в диагно...  
...патическую лабораторию.

ценой, не считаясь с тем, что обоим работает на износ! А принцип остаточный принцип в отношении веку? Все это, конечно, не решить проблему. Сегодня просто всеобщая экологическая ответственность (жестоко!)

Столкновение интересов: коаксим против батарей. Из промышленности в центре города коксхимии одни. А у людей своя предоставляется ряд льгот выдается молоко, сокращается день, увеличен отпуск. И терять это, конечно не хочется. А с перепрофилированием, из машиностроительной уйдут эти льготы. Поэтому приходится переоценивать интересы. Возможно, коксхимии коллективизм — женщины убедить факты, о которых в городском управлении заместителя заведующего Т. В. Шевелева и главного акушер-гинеколога Т. Э. Лопатина.

...тели экспериментально достоверно подтвердили в ее росте факторы окружающей среды

...в кварталах с наиболее высоким уровнем загрязнения воздуха. Выходом является...

...в городе... контрольной службы, и на... что с создани...

...контроль... новни... но... за

...Кемерово та... не о сохр... а об эко... жить н... производства

...порядок... и обно... высокая... и куль... быстрее... кон...

...главность... уже ка... действовать. Местные... экологические болле... корреспонденции. Местное... проводит встречи жителей с руководителями служб, ответственных за охрану окружающей среды. Учет всех мнений, надо полагать, поможет найти оптимальный выход из той или иной ситуации.

Демократизация — вот путь решения даже самых сложных проблем жизни общества, в том числе и экологических.

Ю. Г. ФЕЛЬДМАН,  
профессор,  
руководитель лаборатории санитарной охраны атмосферного воздуха НИИ общей и коммунальной гигиены имени А. Н. Сысина АМН СССР,  
Н. МЕНЬШИКОВА,  
специальный корреспондент

Кемерово — Москва

**Е**ще 8 лет назад в городе хватало одного отделения для лечения новорожденных, появившихся на свет с отклонениями в здоровье. Сегодня, когда выросло еще с десяток мощных химических производств, действуют 30 коек для новорожденных с нарушенной нервной системой, 30 — для недоношенных детей, открыли специализированное отделение на 60 коек для невынашивания беременности. Еще и в гинекологических отделениях выделили койки для женщин с угрозой выкидыша. Группы 100% женщин, готовящихся к рождению, состоят в группе риска.

Загрязнения атмосферного воздуха сегодня негативно влияют на любого жителя города, хотя в нем есть менее и более загазованные районы. Так вот, жители последних значительно чаще обращаются за скорой медицинской помощью и почти в полтора раза чаще страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Особенно наглядны результаты проведенного Кемеровским медицинским институтом обследования детей. Ученые не только проанализировали заболева-

...аппарату... что с создани... реаль...

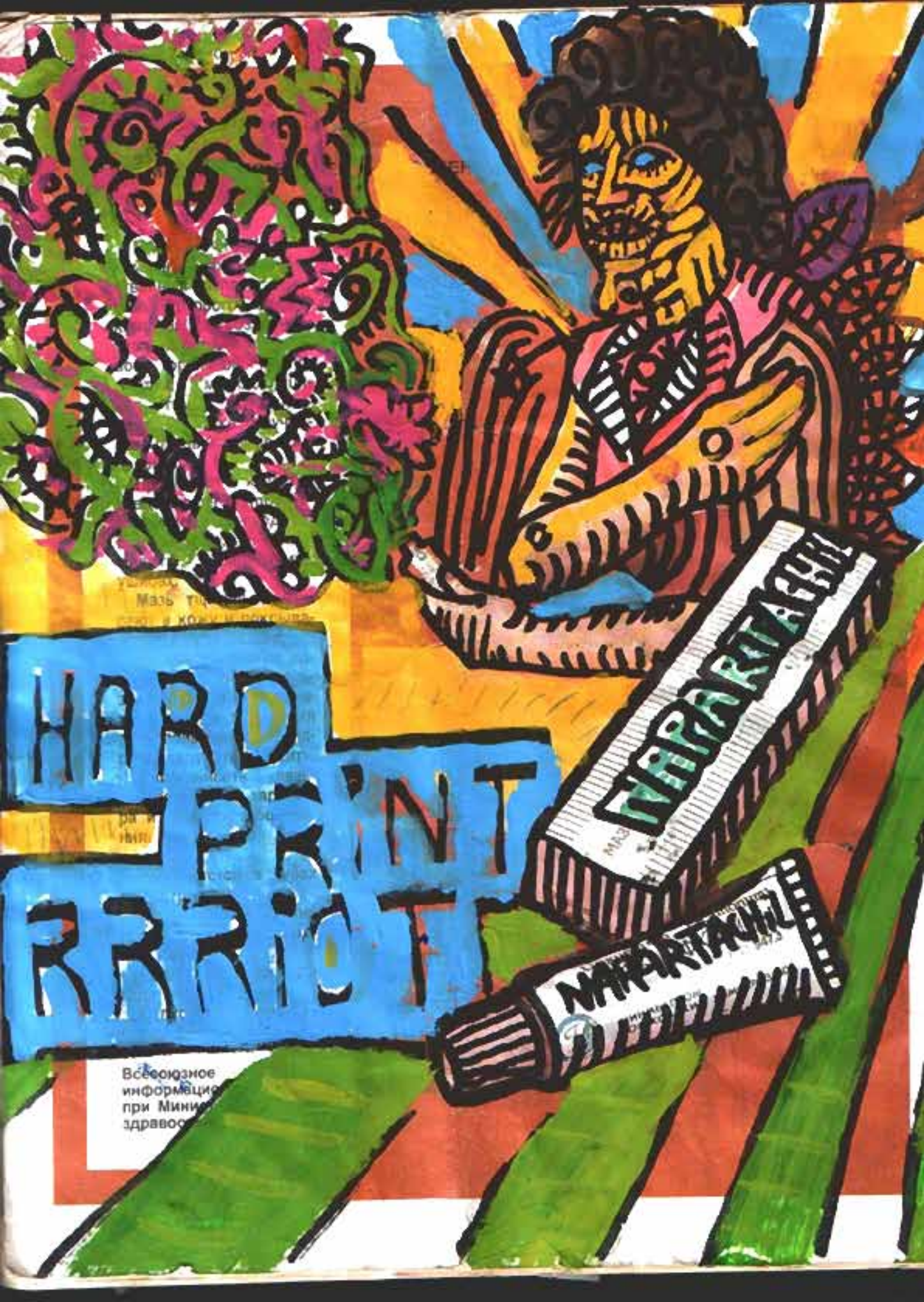
## ЦЕНТР ДЛЯ НЕМАНА

...но, на... Ком...  
...пускает в сутки 150 тысяч...  
...почти вдвое больше, чем...  
...помощью особых бактерий...  
...обогащенная кислородом...  
...установке подключены...  
...и жилые микрорайоны

...строительство... в других городах... во многом способствова... рек...  
К. Я. БОЛОТЕВИЧ, корр. ТАСС







Мазь т...  
в кон...

HARD  
PRINT  
RRRIIC

Всеобщее информ...  
при Мин...  
здоров...

NAPARTAN

NAPARTAN