



**Экзамен
для
учителей**

2-стр.



неделя

4-5-стр.

**Будьте осторожны:
грипп ищет
жертву**

6-стр.

**Что день
грядущий нам
готовит?**
Гороскоп и афиша
на следующую неделю



7-стр.

ПЯТНИЦА



Вечерний Ташкент

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 12 (9.815)

17 ЯНВАРЯ 2003 ГОДА

СТОЛИЦА: день за днем

Раскрасица Светлана Акишина делает все, чтобы из-под ее рук выходила яркая и красивая продукция, которая пользуется спросом у ташкентцев и гостей столицы.

ОДНИМ абзацем

Сегодня в здании Узбекского национального академического театра драмы прошла конференция Федерации обществ защиты прав потребителей. В ней принимали участие представители всех областей республики и города Ташкента.

Вчера столичный хокимият посетил президент корпорации «Daewoo International» Ли Тай Йонг. Известно, что с данной корпорацией наша страна поддерживает партнерские связи во многих областях. Целью визита делегации стало ознакомление с деятельностью предприятий, созданных при участии корпорации «Daewoo International».

В ближайшее воскресенье в Государственном техническом университете будет проходить турнир по волейболу среди ветеранов на первенство столицы. В соревнованиях принимают участие 8 команд. Победитель примет участие в турнире на первенство Узбекистана.

Вчера ученики шести школ Мирзо-Улугбекского района побывали с экскурсией в Высшем военном общевоинском училище. Целью посещения стало знакомство школьников с внутренней жизнью училища. Ребятам наглядно показали преимущества учебы в этом престижном военном учебном заведении. Подобные ознакомительные экскурсии проходят в училище с декабря прошлого года, каждый месяц сюда приходят ученики разных школ района. Эта инициатива хокимията района и администрации училища направлена на повышение популярности профессиональной военной службы среди подростков. Кто из них сделает свой выбор в пользу последней, решит время, а пока ребята вновь и вновь приглашают поближе узнать курсантские будни.

По сообщениям пресс-службы городского хокимията и наших корреспондентов.



Фото С. ЛЮБИНА

В КОНСТИТУЦИОННОМ СУДЕ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

Состоялось заседание Конституционного суда Республики Узбекистан. На заседании, которое вел председатель суда Б.Мустафоев, приняли участие члены Научно-консультативного совета Конституционного суда, ответственные работники Верховного суда, Генеральной прокуратуры, Высшего хозяйственного суда, министерств юстиции и внутренних дел, ученые-правоведы, а также представители средств массовой информации.

Обсуждалась предстоящая работа по организации для журналистов, специализирующихся в этой сфере, цикла семинаров, конференций и бесед за «круглым столом», посвященных приоритетным направлениям и проблемам реформирования судебно-правовой системы в 2003 году, которые намечены в программе организационно-просветительских мероприятий по широкому освещению основных задач и положений, изложенных в докладе Президента Республики Узбекистан Ислама Каримова на девятой сессии Олий Мажлиса второго созыва. Был заслушан отчет о деятельности Конституционного суда в минувшем году, обсуждались вопросы, связанные с

планом работы в первой половине текущего года.

Отмечалось, что права человека, верность демократии и социальной справедливости нашли свое широкое воплощение в нашем Основном Законе и что он является прочным фундаментом для создания гуманного демократического правового государства и формирования гражданского общества. Положительное влияние нашей Конституции ярко проявляется в демократизации политической жизни нашей страны, организации государственной власти, либерализации экономики, духовного обновления общества.

На заседании отмечалось, что Конституционный суд в своей деятельности

НАШИ ТОВАРЫ

Выбор сделали потребители

Вчера состоялось награждение лауреатов конкурса «Выбор года в Узбекистане-2002». Ими стали СП «Ташкент Ти Фактори» с брендом «Чай Ташкентский», СП «Сингапур-Самарканд» с брендом мороженое «Super Twist», а также компания «Procter & Gamble» как производитель гигиенических средств.

Организатором конкурса уже второй год выступает частная фирма «Агентство социальных и маркетинговых исследований по инициативе и при поддержке Европейского фонда социальных и маркетинговых исследований», ЕЕССИТ (Брюссель), Европейского центра маркетинговых исследований (EMRC).

Как отметил во время церемонии награждения директор агентства Алишер Зайнутдинов, лидирующие компании — производители марочных товаров и услуг по итогам года определяются на основании результатов маркетингового исследования, проводимого на территории Узбекистана, а в этом году — и виртуального опроса в Интернете. Главными критериями для определения лучших являются качество, реальные преимущества, доступность для потребителя.

Соб. инф.

ИНФОРМБЮРО

Вчера, сегодня, завтра

В стране

- Указом Президента Республики Узбекистан Г.С. Кудратов назначен председателем Государственного комитета Республики Узбекистан по статистике.
- На заседании Социального комплекса Кабинета Министров рассмотрены итоги 2002 года по реализации государственных программ развития социальной сферы, а также совершенствования организации научно-исследовательской деятельности.
- Задачам, которые предстоит решить в Год махалли, значению духовно-просветительских мероприятий в этом направлении было посвящено собрание, прошедшее в Бухарском областном хокимияте.
- «Родина священна» — под таким девизом прошло мероприятие, организованное Республиканским советом по духовности и просветительству и его Ташкентским областным отделением, на котором были рассмотрены вопросы воспитания патриотизма у молодежи.
- В Наманганской области прошел заключительный этап предметной олимпиады, в которой приняли участие 1,5 тысячи учеников 10-11-х классов, по математике, информатике, химии, биологии, входящих в программу Международной предметной олимпиады.

В мире

- В Кыргызстане проходит обсуждение проекта новой редакции конституции страны. Референдум по этому вопросу намечен на 2 февраля.
- В ряде регионов России из-за сильных холодов произошли аварии в сетях теплоснабжения. По данным Госстроя, в РФ длина тепловых сетей составляет 136 тысяч километров, из которых 10 тысяч находятся в аварийном состоянии и требуют немедленной замены. Из-за износа сетей теряется примерно треть производимого тепла.
- Центральная избирательная комиссия Армении выдала удостоверения кандидатам в президенты. В предстоящих 19 февраля президентских выборах намерены участвовать 11 кандидатов. По данным социологических опросов, наибольшие шансы быть избранным — у действующего президента Р.Кочаряна.
- ОБСЕ решила инспектировать дагестанский участок границы между Россией и Грузией. Чеченский и ингушский участки российско-грузинской границы уже инспектируются.
- США официально запросили помощь у союзников по НАТО на случай военной операции в Ираке. Эта помощь не предполагает непосредственного участия в возможных боевых действиях.
- Аргентина заявила о намерении выплатить долг Международному валютному фонду, чтобы избежать дефолта.
- В США запущен космический корабль «Колумбия» с семью членами экипажа. Среди них — первый космонавт из Израиля.
- Вьетнам вышел на второе место в Азии после Китая по темпам экономического роста. Промышленное производство там возросло на 14,5 процента, а сельскохозяйственное — на 5,4 процента.



Бизнес Банк
В лучших традициях

(УзА).

Ярмарки, презентации,

конкурсы

«Зеленая неделя»

СЕГОДНЯ в Берлине открывается праздник мастеров виноделия и плодовоощной продукции — ежегодная выставка-ярмарка «Зеленая неделя-2003». Узбекистан на этом престижном форуме представляют компании, входящие в состав ХК «Узплодоовощинпром-холдинг».

Наряду с узбекистанской компанией в ярмарке примут участие предприятия, организации, фирмы многих стран мира — производители сельскохозяйственной продукции. Конкуренцию «Узплодоовощинпром-холдингу» составят такие известные компании, как фирма по производству молочной продукции «Вимм-Биль-Данн», пивоваренная компания «Балтика», компания «Красный Октябрь».

На выставке «Зеленая неделя-2003» будут представлены новейшие технологии и научные достижения в области сельскохозяйственного производства, перерабатывающей и пищевой промышленности. Кроме этого, в рамках ярмарки будут организованы всевозможные встречи и семинары, которые помогут специалистам ХК «Узплодоовощинпром-холдинг» установить взаимовыгодные контакты с производителями и покупателями всего мира.

И.ШАБАРДИНА.

«Я сделал свой выбор»

— так называется воспитательная программа, презентация которой состоялась **СЕГОДНЯ** в Республиканском учебно-методическом центре «Биозкосан».

Эта программа предназначена для дополнительного внеурочного образования и воспитания. Для ее осуществления были созданы методическое пособие для учителя и рабочая тетрадь для ученика. Методическое пособие включает в себя рекомендации по подготовке и проведению внеклассных мероприятий. Рабочая тетрадь — это своеобразный дневник с рядом психологических тестов и вопросов, интересных текстов и цитат мыслителей. Подобных методических пособий для работников сферы образования на сегодняшний день пока нет. Авторы надеются, что это пособие станет хорошим подспорьем для классных руководителей, школьных психологов, организаторов молодежных клубов и других творческих людей, работающих с детьми и молодежью и занимающихся вопросами воспитания. Издания отличаются доступностью предлагаемых методик, интерактивными методами, актуальностью тематики. В них затронуты такие темы, как взаимоотношения между родителями и детьми, коммуникативная толерантность, основные вопросы по конвенции прав ребенка и т. д.

Н.КОСТЮШКИНА.

Импровизация по-казахски

На днях во Дворце искусств имени Алишера Навои состоится айтыс — конкурс казахских акынов.

Зрелище обещает быть грандиозным — на айтыс съедутся казахи из Ташкента и всех областей республики, а также соседнего Казахстана.

— Айтыс — это всегда праздник для любителей казахской народной песни, — говорит Сапарбай Досжанович Жубаев, председатель Казахского культурного центра в Ташкенте. — Не случайно айтыс международного уровня всегда проходит в нашей прекрасной столице, ведь Ташкент является культурным центром не только Узбекистана, но и всей Центральной Азии.

Акыны — это певцы-импровизаторы, аккомпанирующие сами себе на национальном музыкальном инструменте — домбре. Их выступления всегда были любимым развлечением для казахов, потому что песни акынов, глубокие и ироничные, всегда отражали современную действительность.

А. ШЕРИМБЕТОВА.

• К 100-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ГАФУРА ГУЛЯМА

Обновляется дом поэта

Когда вы будете в Узбекистане, То, как бы вы с дороги ни устали, Я знаю, каждый звать вас в гости станет Радужными, нелживыми словами. Но в первый дом входите в мой, друзья! Гафур Гуляма знаете, конечно! Мой адрес даст в Ташкенте

каждый встречный.

В мой дом входите, я вам рад сердечно! Без проволочек — жизнь так быстротечна — Ко мне шагайте, я вас жду, друзья!

Находящийся на улице Арпапая дом № 1 вошел в историю Ташкента как дом-музей выдающегося узбекского поэта и писателя, академика Гафура Гуляма. В нынешнем году 10 мая народ Узбекистана будет отмечать памятный, столетний юбилей великого творца. В связи с этим по предложению Министерства по делам культуры республики было решено провести реконструкцию дома поэта.

— На сегодняшний день уже проводится демонтаж внутреннего участка двора, — говорит бригадир СУ-1 треста «Туран марказкурулиш» Зухриддин Акмалов. — Видоизменяются проходы, прокладывается брусчатка как внутри, так и снаружи — вдоль стен здания производятся облицовочные работы. В скором будущем будут проводиться работы по озеленению.

В роли проектировщиков выступило АООТ «Ташгипрогор».

Р. РАСУЛОВ.

НА СНИМКАХ: все работы будут выполнены качественно и в срок, так считает электросварщик Шакиржон Пулатов; реконструкцию дома-музея Г. Гуляма ведет ООО «Метин-курулиш»; за работой (слева направо) — бригадир каменщиков Хусниддин Мисиров и каменщики Мумин Ашуров и Рахим Камбаров.

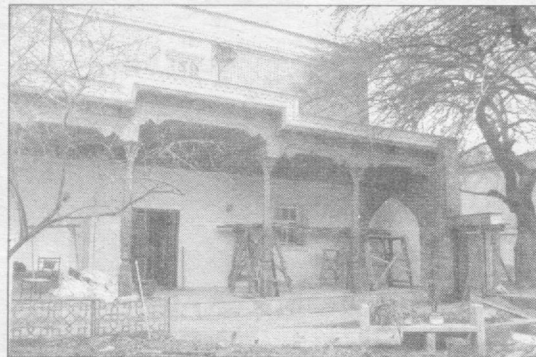


Фото Т. МАТУЛИНА.

А ЖИТЕЛИ ПОЛУЧАТ НОВЫЕ ТЕЛЕФОННЫЕ НОМЕРА

Как сообщили в «Узбектелеком» и «Тошкент шахар телефон тармоги», тендер на поставку коммутационного оборудования и систем передачи для модернизации сетей телефонной связи Ташкента выиграла китайская компания «HUAWEI».

Напомним, что инициатива выполнения этого проекта исходила от АК «Узбектелеком», предприятий «Тошкент шахар телефон тармоги», Узбекского агентства связи и информатизации и всех шести сотовых компаний страны.

— На участие в тендерных мероприятиях подали заявки четыре известные компании в мире — «Ericsson», «Alkatel», «Siemens» и «HUAWEI», — говорит начальник отдела маркетинга и тарифов филиала АК «Узбектелеком» «Тошкент шахар телефон тармоги» Валерий Гулин. — И вот в результате отборочных процедур тендер выиграла китайская компания «HUAWEI», с которой АК «Узбектелеком» заключила контракт на поставку оборудования. Приведу интересную деталь: инвестиция почти в \$3,5 миллиона на выполнение

комплекса работ и оплату поставок оборудования согласились выделить все шесть сотовых компаний, взяв на себя более половины расходов. Такое решение вопроса о долевом участии назревало давно, и оно выгодно сотовым компаниям, так как в результате каждая из них для своего дальнейшего развития получит по 150 тысяч номеров местной телефонной сети Ташкента, начинающихся на индекс «3». А жители, в свою очередь, получат дополнительные городские телефоны исключи-

тельно цифровых АТС.

Технический проект предусматривает реконструкцию АТС-34/35 с установкой электронного цифрового оборудования, что позволит расширить число абонентов с 20 тысяч до 25 тысяч. Помимо этого, будут образованы мощные пучки цифровых каналов межстанционных соединений единичных линий.

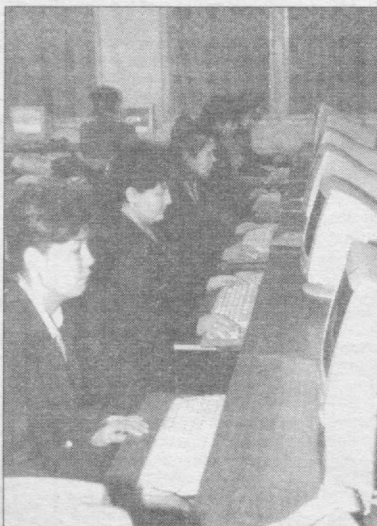
В итоге будут существенно расширены технические возможности транспортного телекоммуникационного кольца, которое в четыре раза увеличит скорость со-

единений и передачи сообщений, обеспечив надежную цифровую связь между АТС по междугородным и междунородным системам связи.

Ожидается, что все работы будут завершены весной 2003 года. Прогноз и опыт финансовых сотрудничества между «Тошкент шахар телефон тармоги» и сотовыми компаниями в совместном развитии сетей телекоммуникаций более чем оптимистичен. А значит, рынок инфокоммуникаций продолжает динамично расти.

Как в свое время подчеркнул глава АК «Узбектелеком» Хаким Мухитдинов, сегодня делается ставка на модернизацию сети с использованием передовых технологий, что подразумевает создание прочного фундамента для дальнейшего совершенствования сферы телекоммуникаций страны и завоевания новых позиций на этом рынке.

О.САВЕЛЬЕВА.



Кто лучший из лучших?

Как уже сообщалось, в столице проходит заключительный этап конкурса «Лучший учитель года - 2002». Победители предварительных этапов из всех регионов страны собрались для того, чтобы выявить лучшего из лучших, познакомиться с передовыми методиками преподавания, лучшим опытом коллег. Конкурсантам пришлось выдержать не один экзамен на профессиональное мастерство: они должны были дать открытый урок, показать уровень своей компьютерной грамотности и многое другое.

НА СНИМКАХ: кто лучше управится с компьютером; Ташкент в конкурсе представляет учительница начальных классов школы № 121 Мирзо-Улугбекского района Ирода Хамидова.



Фото В.ГРАНДИНА.

Окончание. Начало на 3-4-й стр.

10.00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»... 10.25 Документальная драма «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ»... 11.05 «РАСТИТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ»...

СУББОТА, 25

«Ўзбекистон» телеканал

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»... 8.00-8.35 «Ахборот»... 8.35 ТВ-маркет... 8.40 Газетлар шарҳи...

Международный телеканал

9.00 Программа передач... 9.05 «Музыка на ТВ-4»... 9.15 «МультиТВ»... 9.30 «Комната смеха»...

30-й канал

9.00 Открытие программы 9.05 «Теле-хамкор»... 9.30 «Деннис-непоседа»... 10.00 Фильм-детям...

ТВ-3

9.00 М/с «Рякс»... 9.30 М/с «Мистер Бамп»... 10.00 М/с «Ураганчик»...

RenTV

9.30 «Дикая планета»... 10.30 «Деннис-непоседа»... 11.00 «Флинт - детектив во времени»...

ТВЦ

8.00 Канал «Настроение»... 10.50 Газетный дождь... 11.05 «ЗАГЛАДОЧНАЯ ЖЕНЩИНА»...

Первый канал

11.30 ТВ-хитов: «Бен-нур», «Бадий фильм»... 13.15 «Куля, вшитим!»... 13.35 «Бенкур»...

НТВ

6.55, 8.05 ВЕСЬ ДЖЕЙМС БОНД... 8.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «СЕГОДНЯ»...

ТВ-3

9.00 М/с «Рякс»... 9.30 М/с «Мистер Бамп»... 10.00 М/с «Ураганчик»...

RenTV

9.30 «Дикая планета»... 10.30 «Деннис-непоседа»... 11.00 «Флинт - детектив во времени»...

Телеканал «Тошкент»

17.15 Программа передач... 17.20 «Волшебный мир сказок»... 19.00, 20.15, 21.25 Телегазета «Экспресс»...

Россия

05.25 Фильм «4.0 в пользу Танечки»... 06.50 «Дракоша и компания»... 08.05 Всероссийская лотерея «ТВ-Бинго-шоу»...

ТВЦ

9.10 «Москва на все времена»... 9.35 «Отчего, почему?»... 10.00 АБВГДейка...

ТНТ

8.00 Сериал «ЛЕТО НАШЕЙ ТАЙНЫ»... 8.50, 13.35 Мультисериал «Марсупилли»... 9.15, 14.00 Мультисериал «Новый Дед Мороз»...

«Ёшлар» телеканал

7.55 Курсувалар дастури... 8.00 Давр тонги... 9.00 «Янги авлод» студияси...

Первый канал

07.00, 10.00, 14.00, 18.00 Новости... 07.10 Приключенческий сериал «Флиппер»...

ТВЦ

8.55 «Москва на все времена»... 08.20 Док.сериал... 9.25 «Отчего, почему?»...

Воскресенье, 26

«Ўзбекистон» телеканал

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»... 8.00-8.40 «Ахборот»... 8.40 «Камалак»...

Международный телеканал

9.00 «Программа передач»... 9.05 «Музыка на ТВ-4»... 9.15 «МультиТВ»...

ТВ-3

8.30 Жизнь в слове»... 9.00 М/с «Рякс»... 9.30 М/с «Мистер Бамп»...

RenTV

9.30 «Дикая планета»... Док. фильм... 10.30 «Деннис-непоседа»...

RenTV

8.30, 19.25 «Мир Бобби»... Мультисериал... 8.55, 19.00 «ПАУЭР РЕЙНДЖЕРС»...

Телеканал «Тошкент»

17.15 Программа передач... 17.20 «Мультикарusel»... 17.40 «Всемирная география»...

Россия

05.15 Фильм «Утренние поэзия»... 06.40 «Дракоша и компания»...

НТВ

9.00, 18.30 Фантастический сериал «НА КРАЮ ВСЕЛЕННОЙ-3»...

«Ёшлар» телеканал

7.55 Курсувалар дастури... 8.00 Давр тонги... 8.00 «Янги авлод» студияси...

30-й канал

9.00 Открытие программы 9.05 «Теле-хамкор»... 9.30 «Деннис-непоседа»...

НТВ

7.10 Детское утро на НТВ «ПОЛУДРА»... 7.40 «ВКУСНЫЕ ИСТОРИИ»...

RenTV

9.30 «Дикая планета»... Док. фильм... 10.30 «Деннис-непоседа»...

Здоровье. Как его сберечь?

ГРИПП: ГОТОВНОСТЬ НОМЕР ОДИН

По данным Министерства здравоохранения, только в Ташкенте ежедневно регистрируется 2,5-3 тысячи случаев заболевания острыми респираторными инфекциями и гриппом. Аналогичная ситуация наблюдается и в других регионах Узбекистана. Это ниже уровня эпидемического порога, однако превышает среднестатистические годовые показатели. О том, какие меры предпринимаются в республике для того, чтобы не допустить эпидемии, корреспондент УЗА рассказал начальник департамента Госсанэпиднадзора Министерства здравоохранения, доктор медицинских наук Нурмат АТАБЕКОВ:

— Ежегодно во всем мире в осенне-зимний период наблюдается рост заболеваемости ОРВИ и гриппом. Пик распространения их в этом году, как и ожидалось, пришелся на январь. В связи с этим недавно был принят ряд решений республиканской чрезвычайной противозидемической комиссии по профилактике таких заболеваний и принятию карантинно-ограничительных мер для того, чтобы предотвратить их распространение в нашей стране.

Сегодня известно уже более 200 видов вирусов, способных вызывать острые респираторные инфекции, в том числе и грипп. К тому же они отличаются постоянной изменчивостью, растут их вирулентность, патогенность. Организм каждого больного — «отличная» среда для вируса, где он набирает силы для дальнейшего наступления. Поэтому главная наша задача сегодня — не допустить эпидемии. В местах пересечения государственной границы, где имеется

интенсивная миграция населения, действует комплекс карантинно-ограничительных мер. Нельзя забывать о том, что по контактности грипп занимает одно из первых мест среди других инфекционных заболеваний. В местах скопления людей очень высока степень заражения, так как, к примеру, при чихании и кашле выделяется огромное количество вирусов. Поэтому и решено было принять меры для того, чтобы ограничить приток в республику и отток граждан с продромальным периодом болезни и вирусносителей. При этом нет никаких препятствий для транзитных пассажиров, тех, кто выезжает или въезжает в страну по службе, на отдых и лечение, а также по связям, осуществляемым согласно межгосударственным соглашениям.

Грипп — не стихийное бедствие, к возможной эпидемии можно и нужно готовиться заранее. Уже несколько месяцев при Министерстве здравоохранения действует республиканский штаб по предотвращению распространения ОРВИ и гриппа. Ежедневно сюда поступает и анализируется информация из регионов. Она говорит о том, что эпидемии пока удается предотвратить, и для этого сделано уже немало. Было принято специальное постановление главного государственного санитарного врача республики, направленное во все министерства, ведомства, организации и предприятия, где изложен перечень необходимых мер для предотвращения распространения в стране респираторных вирусных заболеваний. Рекомендовано сократить число массовых мероприятий, особенно детских, регулярно проветривать рабочие помещения и проводить в них влажную уборку. Работники системы торговли, обще-

ственного питания, лечебно-профилактических учреждений должны носить марлевые повязки. По месту жительства организовано увеличение числа посещений врачом заболевших на дому. Больничным лист сразу выдается сроком на пять дней. Помимо этого, всем аптечным учреждениям дано указание иметь в обязательной продаже необходимый для лечения ОРВИ и гриппа ассортимент препаратов.

В преддверии «гриппозного» сезона была проведена бесплатная вакцинация свыше 150 тысяч жителей республики. Это так называемая группа риска — обитатели домов ветеранов, инвалидов, часто болеющие дети, а также лица, по роду своей деятельности имеющие большое количество контактов. Кроме того, в крупных городах и областных центрах действуют платные прививочные пункты. Используются эффективные импортные вакцины, одновременно защищающие от трех видов вирусов гриппа — А, В и С с сроком формирования иммунитета от года до трех лет. Такие препараты ежегодно совершенствуются с учетом изменчивой природы вирусов. Надо сказать, что всеобщая вакцинация населения не проводится ни в одной стране мира, да в этом и нет необходимости. Лучший способ для того, чтобы не заболеть гриппом, — это повышать сопротивляемость организма, укреплять его иммунитет. И здесь лучшие наши помощники — витамины, иммуностимуляторы и антивирусные вещества, в необходимом количестве содержащиеся в различных лекарственных травах, малине, меде, луке, чесноке. Помогают и соки, компоты. А главное — не заниматься самолечением и при первых признаках недомогания обращаться к врачу. Это уменьшит опасность возникновения нежелательных осложнений и заражения окружающих.



В нашей стране большое внимание уделяется здоровью подрастающего поколения. Малыши окружены вниманием медиков буквально с первых шагов в жизни. И им, и их мамам в развитии готовы помочь в десятках специализированных медицинских учреждений, как, например, в 1-й семейной поликлинике Мирабадского района.

НА СНИМКАХ: главный врач поликлиники М.Абдуназарова проводит инструктаж врачей; заведующая педиатрическим отделением В.Смолина проводит осмотр маленького пациента.



Фото Т.НИМАТУЛЛИНА

• БЕЗ ТАБЛЕТОК

Растительное масло — не только вкус...

Полсолнечное масло богато витамином Е. Много его содержится и в орехах, например, в миндале и арахисе. Именно этот витамин защищает красные кровяные тельца, мобилизует работу сердца, уменьшает свертываемость крови, укрепляет легкие.

Цвет лечит

Если вам вдруг необходимо поднять работоспособность и улучшить настроение, специалисты-«цветологи» рекомендуют надеть что-нибудь **красное**. Этот цвет стимулирует нервную систему и улучшает обменные процессы в организме. **Оранжевый** цвет эффективен при заболеваниях легочной системы, особенно хорошо он влияет на больных бронхиальной астмой. **Желтый** цвет стимулирует умственные способности, помогает при нервном истощении, возбуждает аппетит и избавляет от бессонницы. Тем, у кого проблемы с сердцем, наблюдается аритмия, скачет давление, нужно добавить в интерьер квартиры что-нибудь **зеленое**. Этот цвет также снимает головные боли и помогает при нарушении зрения. Целебные свойства **синего** цвета помогают при спазмах и воспалениях, расстройстве кишечника. **Голубой** способствует лечению кожных заболеваний, связанных с нарушением пигментного обмена. **Фиолетовые** тона благоприятны при простуде, болезнях печени и почек. Что касается **белого** цвета, то он хорошо влияет на работу мозга и должен присутствовать в рабочем кабинете.

Не носите кольца постоянно

На пальцах рук очень много чувствительных точек, связанных с внутренними органами. Поэтому не рекомендуется носить кольца постоянно. Кольцо на указательном пальце, если его носить все время, провоцирует остеохондроз и радикулит, на среднем — гипертонию, на безымянном — заболевания эндокринной системы и половой сферы, на мизинце — патологию кишечника. Так что не перегружайте пальца кольцами и перстнями или снимайте их хотя бы на ночь.

Ревматизм является одним из осложнений после приобретенных у детей поражений сердца. Его возникновение связано с инфицированием организма гемолитическим стрептококком группы А, ферменты которого обладают кардиотоксическими свойствами.

Ревматизмом заболевают дети преимущественно школьного возраста. Первая «атака» ревматизма, как правило, начинается остро — с повышения температуры, интоксикации и, как правило, отмечается, что за 2-3 недели до этого ребенок перенес ОРВИ. Уже на средней стадии у 80-85 процентов больных обнаруживаются признаки поражения сердца — основной симптом ревматизма. Миокардит — воспаление мышцы сердца — самое частое проявление сердечной патологии. При

Детский ревматизм — это серьезные последствия

этом значительно ухудшается состояние ребенка: бледнеет кожа, расширяются границы сердца, учащается или становится реже сердцебиение. На ЭКГ также обнаруживаются изменения. У половины детей при первых симптомах ревматизма уже обнаруживаются поражения клапанного аппарата — эндокардит. В первую очередь поражается митральный клапан (двухстворчатый), реже — аортальный. Могут наблюдаться внесердечные изменения: ангулярная эритема, боли в животе. Если ребенок переносит несколько ревматоид, то у него, как правило, формируются множественные пороки сердца, которые проявляются одышкой, сердцебие-

нием или бледностью кожных покровов. Формирование пороков в будущем может превратить ребенка в инвалида. Лечение больного ревматизмом осуществляется в стационаре. Обязательным является постельный режим. Медикаментозное лечение заключается в введении пенициллина, позже — бициллина. В комплекс лечения включаются гормональная терапия (преднизолон) и противовоспалительная терапия (ацетилсалициловая кислота) — как наилучшее сочетание. Параллельно основной терапии назначаются и витамины группы С. Больной должен находиться в лечебном заведении в 1,5-2 месяца. Прогноз при этом

заболевании всегда серьезен. Большое значение имеют своевременно начатая терапия и ее последующая профилактика.

Точно установлено, что адекватная терапия в первые 3 дня с момента возникновения атаки предотвращает от значительных сердечных поражений. Правильное лечение стрептококковой инфекции на третий день от начала заболевания практически защищает ребенка от ревматизма. Поэтому необходимо задуматься над тем, как уберечь собственного ребенка от страшных последствий заболевания ревматизмом.

А.ХОДОРОВИЧ,
врач-педиатр высшей категории Центральной детской больницы.

Таблица нормального кровяного давления мужчин и женщин

(Указано в мм ртутного столба)

Возраст	Систолическое, или верхнее		Диастолическое, или нижнее	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
1 год	96	95	66	65
10 лет	103	103	69	70
20 лет	123	116	76	72
30 лет	126	120	79	75
40 лет	129	127	81	80
50 лет	135	137	83	84
60 лет	142	144	85	85
70 лет	145	159	82	85
80 лет	147	157	82	83
90 лет	145	150	78	79

Полезные плоды

Не поспешите и приобретите на рынке хурму, которая очень полезна для укрепления организма.

Слово «хурма» из персидского языка. Однако родина хурмы — Китай, где хурму начали выращивать и культивировать еще в древности. В Европе же эти оранжевые плоды появились лишь в XVIII веке.

Только что снятые плоды содержат 9-15 процентов сахара, до 1,5 процента разных белков, много лимонной кислоты. Хурма богата соединениями железа, легко усвояемыми организмом. По этому показателю она занимает первое место среди фруктов. Замечено, что хурма обладает тонизирующим свойством.

Правда, у этих плодов есть один недостаток — сильный вяжущий привкус, который придают танины и другие дубильные вещества. Но если высушить плоды на солнце — они перестанут вязать.

