



Страница № 1 (97)

И НАГРУЖАТЬ, И БЕРЕЧЬ СЕРДЦЕ

**СОВЕТЫ
ВРАЧА**

МЫ ИСКРЕННЕЕ преклоняемся перед созданной гением человека сложнейшими приборами и механизмами. Но вот что удивительно: к изумительному, точайшему отрегулированному «прибору», созданному природой — собственному сердцу — относимся подчас не только без уважения, но и без должного внимания, обременяя его грузом отрицательных эмоций,очных количеств.

Болезни сердца и сосудов давно перестали быть «примитивным» пожилого возраста; это подтверждают данные Всемирной организации здравоохранения: почти повсеместно на земном шаре они ведут к значительной потере трудоспособности и к ранней инвалидности.

Одни из факторов, способствующих ранней уязвимости сердца, — психические травмы, длительные эмоциональные перенапряжения.

Неправильное, нерегулярное питание тоже оказывает почальное незаметно, но с годами все более сильное влияние на сердце. Многие считают: «Едим сътно — значит должны быть крепкими и здоровыми». Нет, здоровье человека — не прямое производство его рациона. Где же рациональная «сердина»? В разнообразии и умеренности в еде.

Известно, что кукурузное, подсоленное, арахисовое и оливковое масла понижают уровень холестерина в крови. Ну и что? Да здравствуют растительные жиры, долой животные?

Оказывается, развитие атеросклероза связано не столько с количеством холестерина, сколько с нарушением его обмена. Нет, видимо, сколько-нибудь определенной зависимости и между количеством потребляемых жиров и уровнем холестерина в крови. Ученые выдвинули интересную гипотезу, согласно которой главный толчок развития атеросклероза дает не только и не столько холестерин, сколько насыщенность крови триглицеридом. А содержание этого вещества повышается как

Г. КАВУНЕЦ.
Кандидат
медицинских
наук.



Можно и так прокатиться!

Фото предоставлено В. ТАМАТАЕВА.

Магазин называется «Лира»

В МАГАЗИН «Лира» привело в меня письмо, присланное в адрес ленинградского радио. Т. Черненко из города Наушкинска ССР. «Дорогие товарищи, очень вас просим, расскажите о вашем магазине «Лира», о людях, работающих там, и выразите им глубокую благодарность от нашей со-

общины».

Рабочий Л. Т. Черненко

очень любит музыку — и легкую, и классическую, сам играет на пианино и других инструментах. Дети его посещают

музыкальную школу. Но в Нашике не всегда можно найти необходимые для занятий ноты. В городе Черненко работают магазин и книжный магазин, а в Ленинграде — магазин «Лира», и я хотелось бы узнать, какова цена на «Лира». Вскоре из Ленинграда пришла ожидаемая бандероль с нотами, отправленная из магазина «Лира».

«Лира» отправила свыше 700

бандеролей и около 60 посылок с нотами в самые дальние уголки нашей страны. На севере Хорезмского оазиса расположены кишлаки Гурлен, Рибай и Гурешка, где живут отдаленные деревни. Гурешка, к сожалению, отдалена от вышедшего в издательстве «Музика» пособие «Учебник по гармонии». В Янгиюле и поселке Солдатское Кашкадарьинской области получены новые скрипки Д. Шостаковича, инструменты Мендельсоне.

Р. САБИТОВ.

г. Ленинград.

Максимовой Обуховой.

Метод, применяемый сегодня

в клиниках хирургии

заключен в слове «хирургия».

Но вот мы соприкоснулись с творческой мастерской хирургии, невольно вспомнили о скульптуре. Вспомнили не случайно, потому что стоматолог — тот же хирург. Но не бронзового, но мраморного портрета, в котором мастер запечатлел одно преобразование настроения, а вантиль живого лица.

Как много общего у скульптора и стоматолога! Как много разного в работе.

Бесформенные комки глины под руках скульптора буквально на глазах обретают четкие формы. Здесь можно добавить, если нужно — убавить, одним точным движением складывают шрамы и ящики, на причиняющую боли материала.

Низкая трепетная ткань из нервов, кровеносных сосудов под рукой стоматолога обретает форму, подобную новой мастерской.

Вот мы соприкоснулись с творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся этим словом, меньше всего сочетается со смыслом, заключенным в слове «хирург». Но вот мы соприкоснулись с творческой мастерской хирургии, невольно вспомнили о скульптуре. Вспомнили не случайно, потому что стоматолог — тот же хирург. Но не бронзового, но мраморного портрета, в котором мастер запечатлел одно преобразование настроения, а вантиль живого лица.

Как много общего у скульптора и стоматолога! Как много разного в работе.

Бесформенные комки глины под руках скульптора буквально

на глазах обретают четкие

формы. Здесь можно добавить,

если нужно — убавить, одним

точным движением складывают

шрамы и ящики, на причиняющую

боли материала.

Низкая трепетная ткань из

нервов, кровеносных сосудов

под рукой стоматолога обретают

форму, подобную новой мастерской.

Вот мы соприкоснулись с творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше

всего сочетается со смыслом,

заключенным в слове «хирург».

Но вот мы соприкоснулись с

творческой мастерской хирургии,

здесь, невольно вспомнили о скульптуре.

Скульптор... Понятие, выразившееся

этим словом, меньше