



Очаквайте скоро  
**100 000** тираж

**Благодарим!**  
на нашите  
**372 000 читатели\***

\*По данни от национално изследване на TNS, юли 2009 г.



Брой 42 (95),  
11 - 17 ноември  
2009 г. (зод. III)

# Живот и Здраве

Национален седмичник за здраве, здравна политика и антиейджинг



Снимка Рага ПЕТКОВА

## Грипът настъпва

Как да спечелим битката с Вируса ► 4

### Тема на броя

## Диабетът - вчера, днес и утре

На 14 ноември, когато е рождена дата на д-р Бантинг, един от откривателите на инсулина, се отбелязва Световният ден на борбата с диабета. Мотото на тазгодишната кампания е "Да разберем диабета и да го контролираме". Според изследване на организацията Health Consumer Powerhouse България е на последно място в ЕС по профилактика и лечение на социално значимото заболяване. А у нас броят на диабетиците никак не е за пренебрегване. Около 350 000 бъл-

гари (числото не е точно, защото много хора не знаят за заболяването си) са принудени цял живот да съжителстват със захарната болест.

Използваме Световния ден на борба с диабета, за да напомним отново същността на заболяването, симптомите и правилата на профилактиката. И не на последно място - да дадем надежда и оптимизъм на хората, поразени от захарната болест.

Повече за диабета - на стр. 8-9

### Добрата новина

Около 10 млн. лв. ще бъдат отделени първоначално за създаването на нова фирма за чистота в София.

Информация  
от медиите

### Антибиотици

Неправилната им употреба създава резистентност

на стр. 5

### Айкуго



стр. 12





## Телевизията прави децата агресивни

Тригодишните деца, които често гледат телевизия, може да станат по-агресивни, смятат учени от САЩ. Те установили още, че екранът влияе върху поведението на малките дори когато е като фон. Авторите на изследването твърдят, че прекаленото гледане на ТВ програми може да увреди позитивното развитие на децата и взаимоотношенията им с родителите. Едно от обяс-

ненията е, че в семейства, в които толкова малки деца безконтролно гледат телевизия, родителите не са особено строги. А това означава, че наследниците им може да попаднат на програми, които не са предназначени за тях. Освен това часовете, прекарани пред екрана, отнемат на децата голяма част от времето за друг вид дейности, които биха им донесли повече полза.

## Плодовете предпазват от диабет

Ако бъдещите майки употребяват повече плодове по време на бременността, децата им са подложени на по-малък риск да се разболеят от диабет тип 1, доказваха шведски учени. Те изследвали здравословното състояние на 6 хиляди 5-годишни деца и установили, че рискът от захарна болест е два пъти по-висок при тези от тях, чиито майки са пренебрегвали плодовете по време на бременността. Според учените резултатите от проучването може би не показват, че самите плодове имат защитен ефект. Има връзка, но същността все още не е ясна. Така както не е сигурно какво точно предизвиква диабет тип 1, но се знае, че определени фактори оказват влияние върху развитието му. Този вид диабет е разпространен в целия свят, но най-много са заболелите в Швеция и Финландия.



Още за диабета - на стр. 8-9

www.health.bg

### Хепатит

Варна е един от българските градове с най-много болни от хепатит В и С. Ако за страната средно заболяемостта от тип В е 3,8%, то в морския град тя е 8%. Това каза г-р Станимир Хасърджиев от Националното сдружение за борба с хепатита "Хепасист" по повод началото на кампанията за насърчаване на ваксинацията срещу хепатит А и В "Хепатитът е опасен! Ваксинарай се!" във Варна. Данните сочат, че у нас хроничните носители на хепатит В са около 500 хиляди. Комбинираната ваксина се поставя трикратно в рамките на 6 месеца, като общата стойност на дозите е между 100 и 150 лв.

### Грип

Световната здравна организация съобщава, че случаите на резистентен към антивирусните препарати грипен вирус H1N1 са "изолирани и рядко срещани". Няма никакви доказателства, че устойчивостта на вируса се разпространява по света. Това съобщи Кейджки Фукуда, експерт на ООН по пандемичния грип. Известни са само единични случаи на резистентност към препарата оселтамивир.

### Трансплантации

Ще бъдат направени проверки "от А до Я" в процедурите по трансплантация у нас. Това обеща новият директор на Изпълнителната агенция по трансплантация г-р Теодора Джалева. Тя поясни, че досега институцията не се е управлявала прозрачно, че има хаос и липса на деловодна система. Д-р Джалева съобщи още, че трябва да се актуализират списъците с чакащи за трансплантация. "Всичко ще се случва в условия на прозрачност за пациента, за обществото и държавата. Няма да има раздаване на органи под масата, всичко ще става по медицински критерии", увери тя.



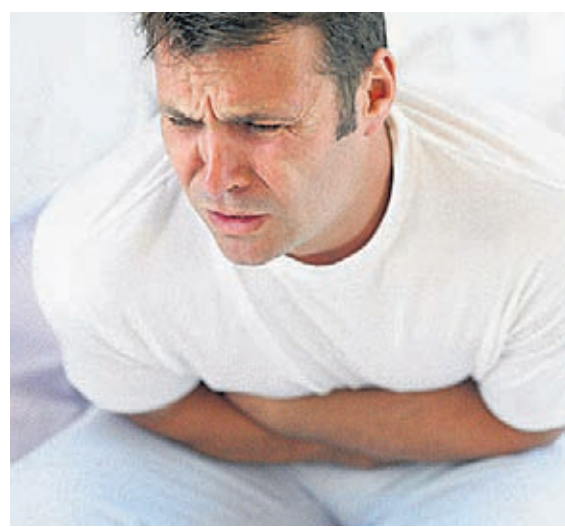
## За какво са нужни целувките

Учените разгадаха мистерията защо съществуват целувките. И макар това да не е най-романтичната история, те смятат, че целувките са били измислени, за да се разпространяват микробите и по този начин хората да усилят имунната си защита. Според специалистите цитоме-

гавирусите, представящи опасност по време на бременност, могат да се предават чрез слюнката, като по този начин в организма се изработва защита срещу тях. Заразяването с тези вируси може да се окаже фатално за бебето или да предизвика врождени дефекти.

## Съвременна профилактика на язвата

Канадски учени от Медикъл скуул - Отава, са установили, че пациенти, които са преживели епизод на язвена болест или остър гастрит и дуоденит, включително причинени от инфекция с хеликобактер пилори, могат да останат за дълго време в ремисия след основното лечение, ако прилагат 10-дневни курсове с омепразол през есента и пролетта. Приемът на омепразол потиска мощно стомашната киселинност и пречи образуването на стомашни възпаления и язви. Профилактичните курсове есен и пролет се провеждат независимо дали в този период пациентът има стомашни оплаквания.



НОВО

Патентован Айрведичен продукт

# N-Ti-Tuss

Биакъв сироп за кашлица

N-Ti-Tuss сироп е уникална комбинация от 7 индийски билки. Сиропът облекчава симптомите при суха и влажна кашлица. Успокоява възпалената лигавица на гърлото. Действа благоприятно при пресипване на гласа. Сиропът не съдържа алкохол. Липсва седативен ефект.

www.ecopharm.bg

Есофарм Айрведична серия

1421 София, бул. "Черни Върх" 14, бл. 3, тел.: 963 15 96; 963 15 97



# Погледнете нагоре!

Експозицията „От Земята към Вселената“ показва уникални космически фотоси

Мирослава КИРИЛОВА

Чувствали ли сте се някога малки и незначителни в сравнение с някоя колосална, грандиозна и много красива природна гледка? Е, на екипа на вестник "Живот и Здраве" му се случи да усети подобна тръпка. Посетихме арт галерията в НДК, София, където до 13 ноември ще бъдат изложени 150 космически фотоса, а входът е напълно безплатен за всички. С помощта на съвременните телескопи на Земята и в Космоса са заснети удивителни обекти по небето - от близките тела на Слънчевата система, като Луната и планетите, до мъглявини, звездни купове и галактики, като Андромеда, отдалечени на стотици, хиляди и дори милиони светлинни години от нас.

"Невероятно е колко много красота се намира



Космическите обекти чакат да открием красотата им

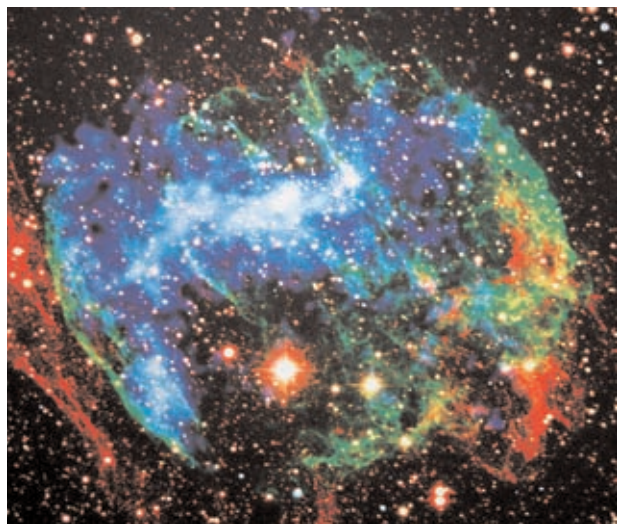
Снимки Росен ВЕРГИЛОВ

над главата ни. Просто трябва да погледнем нагоре!" - апелира Георги Латеф, един от консултантите на изложбата, които разказват и обясняват на всеки желаещ. Той сподели, че за него астрономията е страст още откакто в началните класове учителката му обяснявала с два хими-

кала как Земята се върти около Слънцето. Сега обаче модерните технологии ни позволяват да си представим и дори да видим много по-детайлно близки и далечни небесни обекти. Оказва се, че много от тях имат животински имена: мъглявините Тарантула, Орел, Пеперуга, Мравка, Слоански хобот, Конска глава, съзвездие то Скорпиони и др. Ето защо Георги Латеф, който членува в Астрономическа асоциация - София, има идея да се направи "каталог на "зоологическата градина" в Космоса. Друго негово желание е колкото може повече хора да посетят изложбената зала в НДК, за да се насладят на прелестните обекти, които ни заобикалят: "Не трябва никои да приключи земния

„  
Не трябва никои да приключи земния си път, без да е видял Луната през телескоп. Това е очарователна гледка

си път, без да е видял Луната през телескоп. Това е очарователна гледка." Космосът крие безкрайно много загадки, но също и непознати истини. Например някога питали ли сте се: защо небето над нас е синьо? Събеседникът ни отговори: "Не е защото Бог е от Левски, както се казва в един виц, а защото нашата атмосфера е изградена от частички, които разсейват най-много сините лъчи. На Марс пък частиците от атмосферата разсейват розови-



## Любов необяснима



Когато чувствата напират, може да ги излезеш на най-невероятни места

Снимка Йордан ЙОРДАНОВ-ДЪЛЕС, Булфото

## България

### Исторически календар

14 ноември 1870 г. -

Румънският крал Карол издава Манифест до "жителите на Добруджа", в който се казва: "Великите европейски сили чрез Берлинския трактат съединиха вашето Отечество с Румъния. Ние не влизаме във вашите граници, очертани от Европа, като завоеватели." Става дума за Северна Добруджа, отстъпена на Румъния по настояване на Русия като компенсация за Южна Бесарабия, която Русия си присъединява въпреки острите протести на румънското правителство, народното представителство и общественост. Така без знанието и съгласието на българския народ Северна Добруджа бе подарена от Русия на Румъния в ущърб на България.

15 ноември 1792 г. -

Във Велико Търново е роден големият български учен и общественик д-р Никола Пиколо, учил и работил в Италия.

16 ноември 1876 г. - 133

г. от провеждането на Първия български народен събор в Букурещ на български земеделски организации от Румъния.

16 ноември 1927 г. -

Основан е Всебългарският съюз "Отец Паисий" с председател Екзарх Стефан. Организацията изповядва идеите на модерния градивен национализъм.

17 ноември 1885 г. -

Започва битката за защита на Сливница от сръбските агресори. Младата българска войска разгромява сръбската армия и с устрем превзема г. Пирот. Провежда се първия Парад на победата.

## Число на броя

2

килограма средно са бактериите, нормално населяващи човешкия организъм

Доц. Тодор Кантарджиев, национален консултант по микробиология пред Хелт медия

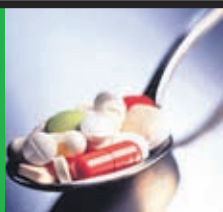
## Мисъл на броя

„

У нас боледуването е изваждане от човешкото. С болния се държат като с малоумно дете, презират го, унижават го.

Александрина Пендачанска пред в. "Труд"





## Терапия

Пробиотици при лечение с антибиотици ►



## Проблем

Ще има ли Варна съвременна апаратура ►

11 - 17 ноември 2009 г.

Живот  
Здраве

# След пандемичния идва сезонният грип

Д-р Ангел Кунчев, началник на отдел „Надзор над заразните болести“ в Министерството на здравеопазването

Петър ГАЛЕВ

**Д**-р Кунчев, продължава ли да се увеличава заболяемостта в страната?

- Както и очаквахме, цялата страна навлезе в епидемични стойности, заболяемостта е около 250 души на 10 000. Изобщо картината е както при всяка друга епидемия. Никога цялата страна не навлиза по едно и също време в епидемията и съответно намаляването на заболяванията също е по различно време.

- Все пак, кога очакваме този грип да започне да затихва?

- Очаквам това да ста-



Д-р Ангел Кунчев

не в следващите 3-4 седмици за районите, които в момента са във върховата заболяемост, след това постепенно вълната ще намалее и в другите райони.

- Увеличава ли се в момента процентът на хората, които се нуждаят от болнично лечение и

специално от интензивни грижи?

- Този въпрос е много важен, защото ние се сблъскваме с известно неразбиране. Процентът не се увеличава, защото все повече хора боледуват. Засега няма разлика от това, което се случва в Западна Европа, например. При една заболяемост, която би могла да достигне 20-25 до 30 процента от населението в най-лошия случай, не повече от 8 до 10 на сто се нуждаят от някакъв тип болнично лечение. А от тях една много малка част правят сериозни усложнения, понякога за съжаление завършващи летално.

- Ще издържи ли

здравната система на тази епидемия? Има ли опасност хора, които се нуждаят да постъпят в болница, да не могат да бъдат приети по различни причини?

- Основната ни цел е да не се допусне такава хипотеза. Всички основни болници са снабдени със съответните препарати и консумативи, при необходимост се разкриват и допълнителни легла. Все пак да не забравяме, че огромната част от болелите не се нуждаят от специфично лечение, те изкарват заболяването леко, в рамките на няколко дни. Но за хората в рисковни групи, за пациентите, които развиват усложнения, най-често вирусна пневмония, е осигурен достъп до медицинска помощ, включително интензивно лечение, ако това се наложи.

- Може ли свинският грип да протече с другите типични симптоми - болки в тялото, главоболие, суха кашлица и умора, но без температура?

- До известна степен да. При този грип виждаме цялата палитра от възможности - от здраво носителство до тежки прояви. Колегите от Шотландия установиха лабораторно, че до 40 на сто от хората могат да носят вируса, но да нямат клинични прояви. Те са и по-малко за-

разни.

- Ще има ли смисъл да се ваксинираме срещу новия грип, при условие че ваксината ще дойде, когато се очаква епидемията да е отминала?

- Проблемът е, че често тези епидемии протичат в две и повече вълни на заболяемост. Именно срещу евентуални последващи епидемични взривове ще помогне ваксинацията в началото на другата година.

- Последно, има ли смисъл от носенето на маска, кога и колко време да се носи?

- Ние никога не сме давали указания хората да носят маски, защото обикновените хирургични маски имат много нисък защитен ефект. Той намалява още повече, когато маската се овлажни от дъха. Затова, ако се слага маска, тя трябва да се сменя на всеки 2 часа. Има по-висок клас маски, но те са за работещите в инфекциозните отделения.

- Ще има ли и епидемия от сезонен грип, след като отминат сегашният пандемичен вирус?

- Напълно е възможно, защото сезонните щамове също циркулират в Северното полукуло и традиционно идват и в България. В този смисъл още не е късно хората да се ваксинират със сезонната ваксина.

## Кратки

## Стрес



Работодателите трябва да отделят повече внимание на психичното състояние на работниците си и да снижават нивото на стреса, твърдят британски изследователи. Според тях за лечение на психични заболявания вследствие на нервно напрежение се харчат 28 млрд. лири. Най-уязвимата група се оказали мениджърите от средните нива.

## Затлъстяване



Диетична напитка, която засища като пълноценен обяд и прогонва чувството на глад за шест часа, са разработили специалисти във Великобритания. Новото оръжие срещу затлъстяване съдържа хранителна добавка, която, взаимодействайки със стомашния сок, се превръща в гел.

## Диети



Диетолозите отдавна са установили, че хората, които консумират повече плодове и зеленчуци, са по-слаби от тези със стандартен хранителен режим от преработени храни. Днес обаче ниското съдържание на калории в растителните продукти не е чак толкова важно. Доматите съдържат веществото ликопен, което, освен другите си положителни свойства, може да поддържа чувството за ситост по-дълго време, като понижава хормоните на апетита.

Патентован Аюрведичен продукт

## COMFORTEX®

За да не ти е тежко!

Комфортекс подобрява храносмилането

- при тежест след нахранване
- при подуване и болки в корема

www.ecopharm.bg Ecopharm

## Обучение за пациентите с диабет

По повод Световния ден на диабета в 11 университетски клиники в София, Пловдив, Плевен, Варна и Стара Загора се организира Седмица на обучение по диабет. В продължение на една седмица - от 9 до 13 ноември 2009 г., екипи от лекари и медицински сестри провеждат структурирано обучение на пациенти по основни проблеми на захарния диабет - хранене, физическа активност, лечение с инсулин и таблетки, техника на инжектиране на инсулина, самоконтрол, усложнения на диабета и тяхната превенция, грижи за краката, поведението при хипогликемия. Инициативата е на Българското дружество по ендокринология, което е член на Международната диабетна федерация.

В София има няколко клиники, в които се провежда обучение. Една от тях е Клиниката по диабетология към Университетската болница по ендокринология, намираща се на ул. "Здраве" 2, която има традиция в обучението от над 15 години. Вратите на клиниката са отворени всеки ден от 9 до 13 ноември 2009 г., от 9 до 15 ч., когато се провеждат съответните занятия и срещи за обучение на пациентите.



# Антибиотиците не са за самолечение

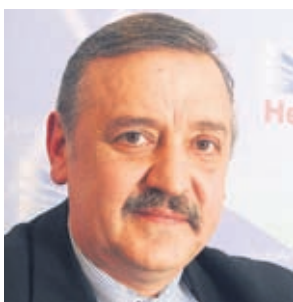
С доц. Тодор Кантарджиев, национален консултант по микробиология, разговаря Петър Галев

**Д**оц. Кантарджиев, прави ли са от Европа пълна център за контрол на заболяванията да призават личните лекари в цяла Европа да прекратят масовото изписване на антибиотици?

- Сега има една инициатива във връзка с отбелязването на Деня за правилна употреба на антибиотици, приет от Съвета на Европа - 18 ноември. Посланието е да не се самолечуваме с антибиотици, за да могат те да бъдат ефективни при състоянията, за които са създадени, а именно срещу бактериалните инфекции.

- Разбраха ли хората, че вирусните инфекции не се лекуват с антибиотици?

- Мисля, че мнозинството вече знае това!



Доц. Тодор Кантарджиев

През последните години постигнахме една правилна обществена нагласа и неправилната употреба на антибиотици намаля значително. Резултатта да не изискването антибиотиците да се отпускат само по рецепта.

- Как се определя кога трябва да приемаме антибиотик?

- Лекарят познава признаците за преминаване на една инфекция в бактериална. Това е особено

актуално по време на грипната епидемия, когато основната опасност е от бактериалните усложнения, явяващи се обикновено на третия-четвъртия ден от заболяването. В този случай се променя характерът на кашлицата, променя се видът на секрецията от носа и белите дробове. Тогава идва редът на антибиотика. Това са лекарства, спасяващи много хора по целия свят. Само един пример - ако в момента хипотетично излекуваме всички ракови заболявания в Европа, средната продължителност на живота ще се увеличи с 2 години. Но ако ги нямахме антибиотиците, средната продължителност на живота ще намалее рязко с 10 години. От СПИН и туберкулоза на година в целия свят умират около милион и 500 хиляди души, а от стреп-

тококови инфекции си отиват над 50 милиона.

- Понякога хората говорят за силни и слаби антибиотици. Има ли такова понятие?

- Не! Правилният антибиотик за съответния микроорганизъм - това е принципът. Дори и най-ефективният препарат е ефективен, когато се изпише срещу бактерия, която е чувствителна към него.

- Но дори когато вземате антибиотика правилно, той има и странични ефекти, например унищожава нормалната, полезната чревна флора.

- По принцип антибиотиците не са токсични лекарства, те не действат на целия организъм, а на някои структури на бактериите. Единствено могат да предизвикат алергии. Но в нашия организъм нормално живеят 2-3 килограма бактерии в храносмилателния тракт и

една малка част по кожата и лигавиците. При антибиотичен прием голяма част от тези бактерии измират и остават само издръжливите на конкретния медикамент. Лошото е, че издръжливите нормални бактерии могат да предават своята издръжливост и на болестотворните микроби.

- Как се преодолява това измиране на полезните бактерии при прием на антибиотици?

- По време на курса или след него трябва да се приемат препарати, съдържащи полезни бактерии - пробиотици. Например млечно-киселите бактерии векове са пазили здравето на българина. Затова приемът на добавки, съдържащи лактобацили, помага на организма много бързо да възстанови нормалната си флора, стимулира в правилна посока имунната система и

намалява риска от други инфекции.

- Ние няколко пъти сме говорили за този тип препарати от типа на "Лакто-4", които могат да се пият и по време на самия антибиотичен прием.

- Разбира се! Ако приемем антибиотика сутрин и вечер, можем да приемаме пробиотика на обяд и късно вечерта. Тези препарати са подходящи и за деца, както за тях са подходящи истинското българско кисело мляко и нашето саламурено сирене.

- Извън антибиотично лечение, кога е добре да се приемат пробиотици?

- В началото и в края на зимата, защото стимулират имунитета и защитните сили срещу вирусните инфекции. Пробиотиците са микроорганизми с голямо антигенно богатство.

## С ваксини срещу пневмококовите инфекции

Д-р Надежда Иванова, педиатър, поликлиника "Младост"

- Д-р Иванова, какви заболявания могат да предизвикат пневмококите освен пневмония?

- Освен пневмония пневмококите предизвикват синусити, менингити, възпаления на средното ухо, сепсис. Проучванията в световен мащаб показват, че 75% от децата до 3-годишна възраст прекарват пневмококови заболявания, като половината от тях боледуват тежко.

Все по-голям проблем става резистентността (устойчивостта) на пневмококите към често прилаганите антибиотици. През последните десетилетия резистентността нараства непрекъснато. Нашите възможности за лечение на подобни инфекции чрез антибиотици намаляват драстично.

- Означава ли това, че ефикасният начин за борба с пневмококовите

инфекции е профилактиката?

- Определено. В днешно време се разработват достатъчно ваксини срещу пневмококови заболявания с широк спектър на действие. Има 7-валентна, както и 10-валентна ваксина срещу най-често срещаните пневмококови щамове. Те са с добър състав и хубав профил на безопасност, с отличен ефект върху детското здраве. Децата със завършен ваксинален курс боледуват много по-рядко и по-леко.

Поставени навреме, в ранна кърмаческа възраст, пневмококовите ваксини предпазват всяко едно от две заболявания: от възпаление на средното ухо, което налага употреба на антибиотици, много е болезнено за детето и неприятно за родителите.

При ваксинациите деца силно е снижен рискът от остро протичане на пневмококовия менингит. Това състояние е много опасно. В рамките на 48 часа едно кърмаче може да завърши фатално.

- Сега сме в сезона на грипните заболявания. Ако детето се разболее от грип, това влияе ли върху риска от пневмококови инфекции?

- При грип организмът се изтощава, имунитетът намалява и тогава вероятността от вторична инфекция с пневмококовия бацил нараства. Затова е много по-добре детето да е ваксiniрано.

Интервюто взе ИЛИАНА СЛАВОВА



Снимка Рада ПЕТКОВА

НОВО

Пробиотик

Lacto 4

Lactobacillus acidophilus

Lactobacillus rhamnosus

Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus

Streptococcus thermophilus

Възстановява чревната микрофлора

Подобрява функцията на храносмилателната система

Lacto 4

30 kapsli

Есopharm

1421 София, бул. "Черни Врх" 14, бл. 3

тел.: 02/ 963 15 96



# Къде е линейният ускорител за Варна?

Морската столица все още чака обещания модерен уред за лечение на онкоболни

Даниела СЕВРИЙСКА

**К**азусът с линейния ускорител за онкологичната болница във Варна занимава здравната общественост у нас и преди всичко нуждаещите се пациенти от няколко години насам. Поводът отново да се заговори за него е, че бункерът, в който трябва да се разположи въпросният модерен уред за лъчетерапия, е почти завършен със средства, отпуснати от Община Варна. Но парите за самата апаратура, обещани от предишния министър на здравеопазването г-р Евгений Желев, така и не могат да се намерят.

Историята започва преди две години, когато ръководството на здравното министерство обещава 5 млн. лева, за да има най-последната морската ни столица съвременна апаратура за лъчетерапия. Очакваният ускорител изисква специални условия за работа и кметът на Варна

Кирил Йорданов взема присърце проблема. Общината отпуска над 850 000 лева за изграждането на специален бункер. Провежда се и конкурс за фирма, която да достави апаратурата, а победителят е обявен през юли 2009 г. Едновременно с цялата техническа и юридическа подготовка в онкологията във Варна се обучават специалисти - лекари и физици, които да боравят с линейния ускорител. Всичко върви добре до момента, в който става ясно, че на хоризонта не се задава обещаното от предишното здравно министерство финансиране.

Д-р Господин Игнатов, шеф на онкодиспансера в морската столица, където трябва да работи новият апарат, заяви пред в. "Живот и Здраве", че в момента единствено Националният онкологичен център в София разполага с линейен ускорител, но той не може да поеме всички пациенти. Понякога на болните се налага да чакат с месеци. Има и такива, които не могат да



Съвременната апаратура за лъчетерапия ще улесни много пациентите от Източна България

си позволят пътуване и престой в столицата заради физически или финансови затруднения. Поради това наличието на апарат във Варна би улеснило много пациентите от Източна България, а качеството на лечението ще бъде на съвсем различно равнище. Защото чрез този уред се прилага най-модерният лъчетерапевтичен метод в света. Той служи за унищожаване на тумори с насочен поток от високоенергийни електрони и фотони, без да уврежда

здравите органи. Близко 90 процента от болниците в Европа боравят с такава апаратура, категоричен е г-р Игнатов.

Доц. г-р Станка Маринчева - директор на дирекция "Здравно развитие" към Община Варна, увери на свой ред екипа ни, че всичко, което е зависело от общинската администрация, е било направено. Заявката за линейния ускорител е изготвена и мотивирана от много добри специалисти, с точен разчет на броя на болните, които се нуждаят от такова лечение, с описание на личните медицински и други специалисти. "Цялата здравна общест-

**В момента единствено Националният онкологичен център в София разполага с линейен ускорител, но той не може да поеме всички пациенти**

ност, включително редица пациентски организации, отстоява позицията във Варна да има линейен ускорител, тъй като огромна част от болните в Източна България търсят необходимо лечение именно при нас. Закупуването на този уред за варненския онкодиспансер ще доближи специализираната помощ до хората, а няма да ги кара те сами да я търсят на други

места, както е сега", казва доц. Маринчева.

От сегашния екип на Министерството на здравеопазването на извършиха по искане на Хелт Медия проверка на документацията по случая. Оказа се, че в разчетите за капиталови разходи за 2009 г. на Министерството на здравеопазването няма предвидени средства за закупуване на линейен ускорител за Варна. Тези средства е трябвало да бъдат заложени още през 2008 г., но очевидно това не е направено.

Сега варненци очакват въпреки финансовата криза пари за новия апарат да се намерят, защото онкоболните нямат време да чакат по-добри времена.



Патентован Айурведичен продукт

## Нерасаве

Capsules (300mg Extract of Picrorhiza kurroa)

**ГРИЖА ЗА ЧЕРНИЯ ДРОБ ПРИ УВРЕЖДАНИЯ ОТ:**

- Вируси
- алкохол
- медикаменти
- токсини

Ecopharm

Айурведична серия

www.ecopharm.bg

## Първа МБАЛ в София с обновена сграда и техника

Столичната Първа МБАЛ вече разполага с три нови модерни апарата за диагностика и лечение, събщи директорът на болницата г-р Цветомир Димитров.

В очното отделение са инсталирани ехограф и компютърен периметър за измерване на очното налягане при съмнение за глаукома.

Кардиологичното отделение вече разполага с нов ехокардиограф.

За урологичното отделение е закупен литотриптер (за разбиване на камъни).

Очаква се до края на годината да бъ-

де доставен и ядрено-магнитен резонанс.

Болницата вече посреща пациентите в обновена сграда. Извършен е основен ремонт на водопроводната и електрическата инсталация, подменена е дограмата. Основно е ремонтиран и операционният блок.

Обновената част на здравното заведение беше открита на 9 ноември от г-р Лъчезар Иванов, зам.-председател на Народното събрание.



Най-интересното от [www.health.bg](http://www.health.bg)

# Активното движение означава и подвижен ум

За укрепването на мозъчните възможности няма фитнес уреди, но дори и една обикновена разходка е от голяма полза

**Н**ово проучване показва, че редовните упражнения за укрепване на сърдечно-съдовата система може да уголемят хипокампуса - изключително важна за функционирането на паметта мозъчна структура.

## Здраво тяло - добра памет

С годините мозъкът започва да се свива, което води до отслабване на паметта. Проучването установява, че хората, които поддържат добра физическа форма, имат по-голям хипокампус и се представят по-

добре на тестове за пространствена памет от хората в слаба физическа форма.

Разходките, карането на колело, работата по двора са добра инвестиция в умствената дейност. Физическата активност предпазва от алцхаймер и други форми на деменция.

Движението увеличава потока от кръв в церебралната област и стимулира растежа на сивото вещество. Много полезни за добрата кондиция на мозъка са вдигането на тежести и йога упражненията.

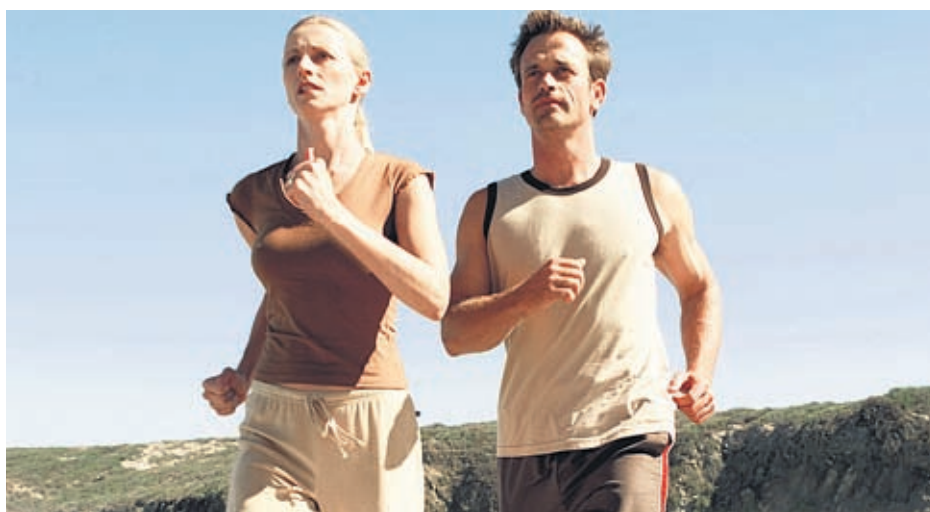
Проучванията са показали, че физическите упражнения помагат дори за възстановяването

на загубения мозъчен обем и познавателните функции при хора в ранен стадий на алцхаймер. Това се дължи вероятно на повишения кръвен приток в церебралната област, което пък води до образуването на нови мозъчни клетки.

За умствените способности е важно още:

■ Да овладявате стреса. Хроничният стрес може да се превърне в унищожител на мозъка. Отхвърлете депресивните мисли. Те вредят на паметта.

■ Да намалите до минимум алкохола. Според редица научни публикации прекаляването с алкохол води до свиване на хипокампуса.



## Колко тежат „леките“ цигари

Отдавна е известно, че цигарите с понижено съдържание на смоли, известни като "леки", са не по-малко вредни от обикновените.

Нещо повече - според ново изследване преминаването към тези цигари прави отказването от пушенето по-малко вероятно.

Това е установило проведено сред близо 40 хил. пушачи проучване в САЩ. 38% от тях преминали към леки цигари, като мотивът на почти половината бил желанието да се откажат от пушенето. Оказало се обаче, че шансовете при тях да успеят да се преборят с вредния навик са с цели 46% по-ниски.

Специалистите се опитали да си

обяснят защо преминалите към леки цигари по-често си остават в техен плен. Според публикуваните в Tobacco Control заключения, пушачите губят силната мотивация срещу вредния навик, свързана със страха от последиците за здравето им.

Мислейки, че пушат по-безопасни цигари, те не са така притеснени от реалните заплахы като рак на белите дробове, сърдечно-съдови заболявания, импотентност, състаряване, преждевременна смърт. Тази настройка практически успокоява пушачите.

Изследователите допускат и друго обяснение - че преминаващите към леки цигари са по-изразено зависими от опасния навик.

## Propolis STAMFI + Vitaminum C ПРОПОЛКИ

Таблетки с Прополис STAMFI\* и витамин С

Повишават естествения имунитет на организма.

Облекчават възпаленията на лигавицата на устната кухина и гърлото.



### Екстракт от Прополис STAMFI\*: Витамин С:

облекчава възпаленията на лигавицата на устната кухина и гърлото

засилва естествения имунитет на организма и подпомага процесите на регенериране на тъканите

активизира пречистването на организма от токсични вещества

не изсушава лигавицата на устната кухина и гърлото

подпомага защитните и пречистващи механизми

подпомага окислително-редукционните процеси (неутрализира свободните радикали)

участва във възстановителните процеси в тъканите

укрепва естествения имунитет на организма

\*STAMFI - Микробиологично стандартизиран прополис с флавоноид-фенолен индекс

За повече информация: [www.propolki.com](http://www.propolki.com)

## МЕДИЦИНСКИ ЦЕНТЪР ЗА МЕЖДУНАРОДНА ОНКОЛОГИЧНА ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ (МЦ за МОДЛ)

УВАЖАЕМИ ПАЦИЕНТИ,  
ВТОРОТО МНЕНИЕ Е БЯЛАТА ЛЯСТОВИЦА, КОЯТО ТЪРСИТЕ, А ТО-  
ВА Е ТОЧНАТА ДИАГНОЗА!

### ЗАПОМНЕТЕ:

■ РАКЪТ Е ПОБЕДИМ, НЯМАТЕ ВРЕМЕ ЗА ГУБЕНЕ, ПОТЪРСЕТЕ НАВРЕ-  
МЕ "ВТОРО МНЕНИЕ" ОТ ВИСОКОКВАЛИФИЦИРАН БЪЛГАРСКИ ИЛИ  
ЧУЖДЕСТРАНЕН ОНКОЛОГ (ПАТОЛОГ, ХИМИО- И ЛЪЧЕТЕРАПЕВТ) В НА-  
ШИЯ ЦЕНТЪР.

### НЕ ЗАБРАВЯЙТЕ:

■ ВТОРОТО МНЕНИЕ Е ЕВРОПЕЙСКА И СВЕТОВНА ПРАКТИКА.  
■ ВТОРОТО МНЕНИЕ ВИ ГАРАНТИРА ТОЧНА ДИАГНОЗА И АДЕКВАТНО  
ЛЕЧЕНИЕ.

**Адрес:** София, ул. „Искър“ № 22, Медицински център „Д-р Лонг“,  
партер, кабинети № 6 и 7.

**Работно време:** понеделник - петък от 13.00 до 17.00 ч.

**За контакт:** г-жа Десислава Михайлова, тел. 02/986 26 71, GSM: 0885  
010 405, 0888 202 560.

**E-mail:** modl@abv.bg



# Диабетът - загадъч



Специализираните магазини и щандове вече предлагат различни хранителни продукти за диабетици  
Снимка Рада ПЕТКОВА

■ Здравословният начин на живот ще попречи на заболяването да вгорчи дните ви

**Стамен ИЛИЕВ** Лангерхансови острови по името на откривателя им, но тяхното предназначение не било изяснено. А през 1921 г. изследователите Фредерик Бантинг и Чарлз Бест получили от загстомашната жлеза инсулин, който отстранявал признаците на захарния диабет при кучета. Още през следващата година за първи път бил използван с успех и при хора. След време било установено, че увреждането на панкреаса има последиствия само ако са засегнати бета-клетките на Лангерхансовите острови.

Но независимо от всички постижения на цивилизацията заболяването си остава много сериозно и продължава да вгорчава живота на милиони хора. След сърдечно-съдовите и онкологичните заболявания диабетът е трети по разпространение в световен мащаб. Между 120 и 180 млн. души са страдащите от захарния



усложнение, след което хората продължават да се лекуват с прием на таблетки.

**- Някои хора разчитат на хранителни добавки за предпазването от полиневропатия...**

- По-добре е да се приемат утвърдени лекарствени препарати! Защото някои хранителни добавки съдържат съответните вещества, но в недостатъчно количество. Добавките не подлежат на строгия контрол, на който са подложени лекарствата.

**- Какво ще правите във вашата клиника по повод Световния ден за борба с диабета?**

- Правим курс за отворено обучение на пациентите и техните близки, който ще се провежда в кинозалона на "Св. Анна", а от Нова година ще имаме постоянно училище за пациентите.

## Вирусите могат да отключат или усложнят заболяването

С доц. Малина Петкова, ендокринолог, началник на Клиника по вътрешни болести в МБАЛ "Св. Анна" - София, разговаря Камен Здравков



Доц. Малина Петкова

- Доц. Петкова, напоследък се възлагат много надежди на една ваксина, за която се смята, че ще подобрява значително състоянието на пациентите с инсулинозависим диабет.

- Става въпрос за проучването на ваксина, която да се прилага при млади хора с новотворен захарен диабет тип 1, чието състояние изисква приложение на инсулин. Целта е максимално да се запазва капацитетът на бета-клетките на панкреаса да продължат да произвеждат инсулин, така че нуждите от инжектирането му под формата на лекарствени препарати да бъдат много малки или, ако е възможно, въобще да се възстанови бета-клетъчният апарат, така че да отпадне необходимостта от приложението на инсулин.

**- Кога тази ваксина ще се прилага в клиничната практика?**

- Проучванията са вече в клинична фаза, в рамките на която ефективността на препарата се проверява при конкретни пациенти с диабет тип 1. Дори няколко изследователски центъра в България имаме покана да участваме в тези международни клинични проучвания. Надявам се, че нашата агенция по лекарствата ще се съгласи. Но до рутинното приложение на новата ваксина все още има време, защото трябва да се докаже нейният ефект.

**- Възможно ли е вирусните заболявания да отк-**

**лючат диабет или да влошат заболяването?**

- За съжаление и двете хипотези са възможни. Има специфични вируси, които могат да предизвикат поява на заболяването, а при пациенти, които вече имат диабет, едно вирусно заболяване често усложнява състоянието. Затова ние постоянно сме готови да консултираме пациентите, включително и да ги приемем на болнично лечение, когато се налага.

**- Извън актуалната епидемия, какви са опасностите пред пациентите с диабет?**

- Основната опасност е от развитието на различни усложнения. Става въпрос за увреждане на зрението, на бъбреците, на сърдечно-съдовата система, на периферната нервна система. Затова основната насока на съвременната диабетология е да предпази пациентите от крайните фази на увреждане на тъканите и органите. Това може да стане при много тясно взаимодействие между лекуващия екип и самия пациент. Става въпрос не само за лекарствената терапия, но и за цялостния режим на живот - хранене, движение, специфична хигиена и грижа за крайниците. Защото при диабетната полиневропатия например хората често загубват чувствителността на стъпалата си, незабелязано се нараняват, следват хронични инфекции и изобщо цял комплекс от проблеми, наречени диабетно стъпало.

**- Има ли възможност по линия на НЗОК да се провеждат професионална профилактика и лечение на диабетната полиневропатия?**

- Да, от 3 години имаме клинична пътека "диабетна полиневропатия", по която работят неврологичните и ендокринологичните отделения. В рамките на приема правим вливания на медикамента против това



а броя

# инната болест

рен диабет, което е 2-3% от населението на цялата планета. Според прогнозите на всеки 15 години броят на болните ще се удвоява, независимо че съвременните методи на лечение значително удължават живота им.

Захарният диабет се появява, когато панкреасът не е способен да секретира необходимото количество инсулин или изработваният не е с необходимото качество. Но каква е причината за това? За съжаление еднозначен отговор на този въпрос още не е намерен. Съществуват няколко хипотези с различна степен на достоверност. Опре-

делени са обаче рисковите фактори за появата на заболяването.

Напълно е възможно намаленото или напълно прекратено производство на инсулин при диабет тип 1 (инсулинозависимия) да е вследствие загиването на бета-клетките под действието на ре-

дица фактори като аутоимунен процес. При захарния диабет от втори тип, който се среща четири пъти по-често от тип 1, бета-клетките изработват инсулин в обичайното количество, но неговата активност е снижена.

Съществуват редица фактори, които предразполагат към появата на диабет. На първо място е наследствената предразположеност. Специалистите са единодушни, че рискът да се разболееш от захарен диабет нараства, ако някой от вашето семейство страда от заболяването. Някои изследвания утвърждават, че вероятността да наследиш диабет тип 1 по линия на майката е 3-7%, а по линия на бащата - 10%. Ако обаче и двамата родители са болни, рискът нараства на 70%. Диабетът от втори тип се наследява с вероятност 80% по линия и на двамата родители. Други специалисти оспорват тези цифри, което доказва, че абсолютно достоверни данни не съществуват.

Втората по значимост причина за диабета

е затлъстяването. За частите този фактор може да бъде неутрализиран, ако човек осъзнава опасността и усилено се бори с наднорменото тегло.

Някои болести също могат да предизвикат поражения върху бета-клетките. Това са панкреатит, рак на застойната жлеза или заболявания на другите жлези с вътрешна секреция. Провокиращ фактор може да бъде и травма.

Друга причина за появата на диабет са разнообразните вирусни инфекции, включително и грип. Те играят роля на пусков механизъм. За повечето хора грипът няма да стане причина да се разболеят от диабет, но когато човек е предразположен и е с наднормено тегло, вирусът за него е сериозна заплаха.

Стресът и възрастта също са фактори, които може да доведат до захарна болест.

Много хора смятат, че причина за диабета е прекаляването със сладки храни. Всъщност истината е, че това е вероятно до голяма степен прекаляването със сладкиши води до наднормено тегло.



## Симптомите

Диабетът е наречен загадъчно заболяване и защото в много случаи няма никакви признаци за неговата поява. Въпреки това съществува комплекс от симптоми, които биха могли да предвещават наличието на опасното заболяване.

1. Често уриниране и чувство за неутолима жажда.
2. Бърза загуба на тегло въпреки обилното хранене.
3. Необяснимо усещане за слабост или умора.
4. Неясно зрение (бяла пелена пред очите).
5. Скованост и изтръпване в крайниците.
6. Усещане за тежест в краката.
7. Световъртеж.
8. Понижена полова активност.
9. Бавно излекуващи се инфекциозни болести.
10. Бавно заздравяване на рани.
11. Пагане на температурата на тялото под средната.
12. Променено умствено-психично състояние.
13. Раздразнителност.

За да се постави диагнозата, е необходимо да се определят два показателя: нивото на захарта в кръвта и нивото на захарта в урината.

## Контролирайте менюто си

Огромният брой хора, страдащи от захарен диабет, принудени медиците да преразглеждат отношението си към заболяването. Сега много от тях смятат, че това не е толкова болест, колкото особеност на обмяната на веществата, диктуваща определен начин на живот. Затова пациентите не бива да се предават, а да се научат да контролират състоянието си с помощта на медикаменти, диетата и правилен режим. Това ще им осигури пълноценен живот.

Затова специалистите са единодушни, че между основните причини за появата на диабет са преяждането и нередовното хранене, вечерята посреднощ, повишената потребност от сладко, наднорменото тегло.

Храненето при диабет трябва да бъде пълноценно, като изключим от менюто си лесноусвоимите въглехидрати и ограничим употребата на мазнини. Строгата диета позволява на една трета от забо-

лелите да компенсират диабета.

### Препоръчват се следните храни:

- ръжен хляб,
- супи от различни зеленчуци без картофи,
- слаби месни, рибни и гъбени бульони със зеленчуци,
- нетлъсто месо: говеждо, телешко, заешко, пилешко или пуешко, приготвено чрез варене или задушаване,
- нетлъсти видове риба, рибни консерви в собствен сос и домати,
- пресни плодове със сладко-кисел вкус, както и компоти или мусове, приготвени от тях,
- чай, кафе с мляко, зеленчукови сокове,
- бъркани яйца или омлет.

### Не се препоръчват:

- изделия от пшенично брашно от високите сортове, както и тестата от тях,
- картофени, бобови и макаронени изделия,
- мазни меса (патица, гъска), шунка, пушени колбаси, месни консерви, мазни видове риба, осолена риба, консерви в олио, хайвер,
- сметана,
- ориз,
- мазни, остри и солени сосове,
- грозде, стафиди, банани, фурми,
- сладкарски изделия,
- Разрешават се в ограничени количества:
  - черен дроб, нетлъсто свинско,
  - безсолно масло,
  - горчица, хрян.





### СИЛАТА НА ДВЕ СЪРЦА

100 ГОДИНИ  
НЕМСКО КАЧЕСТВО  
И ТРАДИЦИЯ

**Queisser PHARMA** **ДЕПО**

Удължено освобождаване на активните съставки в продължение на 8-10 часа  
Една ДЕПО таблетка дневно



Към всяка опаковка Doppelherz® актив Витамини за диабетици ПОЛУЧАВАТЕ удобна и красива кутийка за хапчета

**ЕФЕКТИВНА ДЕПО ФОРМУЛА С 27 ВИТАМИНИ, МИНЕРАЛИ И МИКРОЕЛЕМЕНТИ**  
За стимулиране на ИМУНИТЕТА при грипни заболявания, недостиг на витамини, умора и стрес.

**ГРИЖА ЗА БОЛНИТЕ ОТ ДИАБЕТ**  
Специална комбинация от витамини, минерали и микроелементи, съобразена с нуждите на болните от диабет.  
Промоцията важи до изчерпване на количествата





# Усмивката ще прогони депресията през есента

Ако човек иска да мърмори, най-лесно му е да обвини времето

Тина БОГОМИЛОВА

**Е**сента е опънала топлините си шарени черги, а пред очите ни всичко е сиво и мрачно. Обвиняваме най-пъстрия сезон за лошото си настроение и липса на тонус.

В приказките есента е "златна", а във вестниците - "депресивна". За нашите баби и дядовци това е било времето за отмора и забавления, за нас обаче е нарочено за депресия след лятната отпускат. Ако човек иска да мърмори, най-лесно му е да обвини времето. Измислили сме и пролетна, и зимна, и есенна депресия, а пък лятото се оплакваме от рекордни жеги.

Наистина, мрачно и тъжно е, вали, потръпваме от студ и започва рекетът на парното. Милיוни години хората са живели според слънчевия часовник, но ние днес използваме електронен. Стрелките му се водят от икономиката и работното време, а не от ритъма на слънцето. И вместо да релаксираме след като то се скрие, ние сме още по работните си места. Пък после ни е виновна есента.

Според психолозите така наречената есенна депресия макар настроението и работоспособността на около 20% от българите, най-тежко се отразява на дамите между 25 и 45 години.



Не се оставяйте в ръцете на мрачното настроение

Обяснението е, че организмът ни превключва от летен на зимен режим на работа, а хормоните ни се подчиняват на сезонните ритми.

Пинеалната жлеза или епифизата, която се намира в средния мозък, не може да изработи достатъчно мелатонин. Това е хормонът, който регулира биологичските ритми на организма и влияе на емоциите, дори го наричат диригент на човешкото тяло.

Учените са го обясни-

ли - заради по-малкото естествена светлина намаляват хормоните на щастие то. Чувстваме се изнервени и заради малкото витамин D, който прониква през кожата ни със слабите есенни лъчи.

Сред симптомите на есенната депресия са тъга, равнодушие, потиснатост, тревожност, раздразнителност. Понякога безпри-

*За да свири нашият оркестър правилно, ни е необходима храна, богата на витамини и минерали*

чинен плач, резки промени в настроението, липса на самочувствие. Сънят не достига - умората побеждава дори и при сън от 12 часа. Липсват сексуални мерица.

Затова през есента е добре да хванем здраво диригентската палка, вместо да мърморим и да се оплакваме.

За да свири нашият оркестър правилно, ни е необходима храна, богата на витамини и минерали.

Желязото през този сезон лесно се набавя заради изобилието от зеленчуци. Плодовете също трябва да имат запазено място на есенната ни трапеза, а витамин С трябва да се приема в големи количества.

Хубаво е да заменим животинските мазнини с растителни. Ако не можете да се лишите от месце, нека то да бъде риба или пилешко.

Наблягайте на соковете, студените чайове и водата. Заменете ка-

фето с чаша черен или зелен чай, а захарта с мед. Не пропускайте сутрешната закуска, като прибавите към нея лъжица ленено семе или сок от прясно изцеден лимон.

Разходките и гимнастиката ще прогонят тъгата по-здравословно от шоколада, а танците ще ни зарежат с хубави мисли. Физическото натоварване създава желание и мотивация за работа - аеробика, джогинг, фитнес, плуване или просто разходка след работа. Народни или латино - след час танци ще се зарядите с енергия и добро настроение. Учените твърдят, че 30 минути физически упражнения дневно са природен антидепресант. Аеробните упражнения стимулират производството на серотонин, който подобрява настроението ни.

Поглезете тялото си с козметични процедури, които не се препоръчват през пролетта и лятото. СПА центърът ще разсее тъжните мисли. Масажът с хубави аромати прави живота цветен и жизнерадостен. Затова ще ни помогнат и веселите и топли цветове около нас - оранжево, червено, жълто.

Освен всичко това има специален препарат със съдържание на две основни аминокиселини - аргинин и аспартат, който по естествен начин дава енергия на организма, помага да се преодолее умората и усилва умствените способности. Сарженор няма никакви странични или вредни действия, затова може да се дава и на деца. Курсът е 10 дни по 3 флакона на ден.

Есента е и хубаво време за пазаруване, ако не сте изпразнили кредитната си карта за лятната отпускат. Докато е, че пазаруването повдига самочувствието и настроението на нежния пол.

Есента е още по-златна в компанията на добри приятели. Тъй че, да си светим с усмивка в тези къси дни и да не упрекваме времето за кривата си физиономия. Защото след есента идва лютата зима, а после пролетната умора, адските жеги...

## Любопитно

### Тревожно



19 от 20 млади момичета биха променили тялото си, ако имат тази възможност. Английско изследване, цитирано от в. The Independent, разкрива, че дори седемгодишните момиченца искат да коригират определени неща в своя външен вид. Половината от девоичките между 16 г. и 21 г. пък сериозно обмислят варианта за естетична операция.

### Спокойни сънища



При повечето хора проблемите със съня изчезват след пенсионирането. Финландски професори установили, че приключването с активната работна дейност води до 25% по-малко регистрирани случаи на инсомния. Причината - високите нива на стрес и безпокойство, отговорни за безсънието, изчезват заедно със служебните ангажименти.

### Екосъобразно



Пиенето на гъждовна вода е напълно безопасно за човешкото здраве, според австралийско проучване. Учени от университета в Мелбърн наблюдавали 300 домакинства, които консумират такъв тип вода, и стигнали до заключението, че хората в тях са в отлично здравословно състояние и рядко имат някакви гастроентерологични оплаквания.

**Sargenor**

3x1 на ден

**Нагвий умората!**

www.ecopharm.bg

Лекарство за възрастни деца над 2,5 год. Съдържа Аренин аспарава. Преди употреба прочетете листовката.



# Укрепващата сила на масажите

С Любомир Бояджийски, рефлексотерапевт, разговаря Даниела Севрийска

**Г**-н Бояджийски, каква е ползата от масажите по време на и след простудни заболявания?

- Лечебният масаж има укрепващо, тонизиращо и дезинтоксикационно въздействие върху човешкия организъм. Цялостният масаж раздвижва кръвообращението, загрява кръвта и с това помага на тялото да се възстанови по-добре след прекарана настинка. Не бива да се подценява и ефектът от масажа върху нервната система. Когато човек е релаксирал и се чувства спокоен, той по-лесно се справя с простудните заболявания.

- Може ли да се каже, че редовното подлагане на подобни процедури има превантивен характер, т.е. калява тялото?

- Разбира се. Затова е хубаво хората да си правят минимум по един-два масажа седмично. Масажите имат превантивен характер и чрез тях се прави една профилактика, която има за цел да усили имунната система на човека. Масажните техники стимулират нашия организъм и му позволяват да прекара по-леко гадено вирусно заболяване. Масажиът обаче не се препоръчва, когато човек вече има висока температура. Тогава той трябва да се лекува със съответните фармацевтични медикаменти.

- В тази връзка, кои масажи са най-подходящи по време на зимния сезон?

- Най-подходящ е пълният, известен още и като цялостен масаж. Пре-



Любомир Бояджийски

поръчват се също така релаксиращите масажи, а не толкова спортните, които са по-твърди. Добре се отразява и рефлексотерапията, работата

Лечебният ефект на масажите не е съвсем проучен, но е безспорен



*У нас лечебният ефект на масажите все още не е много добре разбран от повечето хора*

по ходилата, точковият масаж. Всъщност точковият масаж е препоръчителен именно за настоящия сезон, когато простудните заболявания ни нападат отвсякъде. Чрез него се активизират вътрешните органи. Когато усилено балансираме енергията в организма, тогава ние просто сме здрави. У нас лечебният ефект на масажите все още не е много добре разбран от повечето хора. Масажите в България са познати предимно като вид козметична процедура. На Изток, тъй като това е дълбоко залегнало в тяхната култура, в масажа се цени най-вече неговата лечебна сила.

- Има ли някакви вещества, които се прилагат по време на лечебните масажи и подобряват ефекта от тях?

- Да. Ефектът от ма-

сажа значително се подобрява, ако е съчетан с втриването на етерични масла, защото тогава се използва и влиянието на веществата, които се съдържат в тях. Специално за противогрипна терапия са много подходящи маслата от евкалипт, мащерка и лавандула. За мен лично едно от най-добрите и балансиран масажни масла е Неокс. То е абсолютно естествен продукт, който много добре попира в кожата и има силен аналгетичен ефект. Това го прави особено полезен по време на простудни заболявания, когато хората често се оплакват от болки по мускулите и ставите. Масажирането с олиото Неокс отпуска мускулатурата, спира болката и оказва благотворно въздействие върху организма.



**NeOx**

**Радост  
от движението**

**НеОкс крем-  
бързо загрява  
и облекчава болката**

**НеОкс масажно масло-  
намалява мускулното  
напрежение и сковаността**

**НеОкс капсули-  
дълготраен  
противовъзпалителен ефект**

 [www.ecopharm.bg](http://www.ecopharm.bg)





# Демонстрация на приятелството

Възрастта на участниците в спортната айкидо инициатива варираше от 4 до 75 г.

Даниела СЕВРИЙСКА

**К**аквито сте на терена, такива ще бъдете и в реалния живот. Това са думите на първия ми треньор, които и до ден днешен си спомням по различни поводи. Макар да не се занимавах точно с айкидо, мисля, че философията на това бойно изкуство си заслужава да бъде усвоена от колкото е възможно повече деца, защото определено ще ги превърне в отговорни, будни и мислещи пораснали хора. Такива, които ще ценят силата на постигнатата вътрешна хармония и приятелството. Все не-

ща, без които животът просто не би си струвало да бъде живян.

На седми ноември спортен клуб "Чоуа" и Такемусу айкидо асоциация организираха своята Първа айкидо демонстрация на приятелството. Тя премина при страховтен интерес както от страна на зрителите, така и от страна на участниците. Столичната зала "Триадица" приюти верните приятели на айкидото, които близо два часа се наслаждаваха на демонстрациите на различни айкидо школи от страната. Допълнителен колорит в парада на жълтите, оранжевите, зелените и черните колани привнесе голямото разнообразие във въз-

растта на айкидистите. Най-малките участници, посветени в тайните на този спорт, бяха на по четири години, а най-възрастният участник - Стефан Георгиев от Шумен - на 75 години. Бай Стефан може да служи като ярко доказателство, че никога не е късно човек да сбъдне детските си мечти. Когато е на 10 г., в ръцете му попада книжка за айкидото, но възможността да тренира това бойно изкуство му се изпречва чак на 65-годишна възраст. И той не я пропуска!

След края на демонстрацията, протекла под мотото "Нека върнем хармонията в нашия дом", помолех няколко от инструкторите да раз-

кажат на нашите читатели какви са ползите от заниманията с айкидо за децата. Камен Радев, 4 дан, е категоричен - огромни: "Първото нещо, на което се научава децата в залата, е да слушат. Оттам се изгражда едно чувство на самоуважение и самоуважение. Когато детето има уважение към самото себе си, следващата стъпка е, че то го пренася и в отношенията си към другите хора. А иначе, от физическа гледна точка, децата в ранна възраст е добре да се занимават с такива бойни изкуства, които да не травмират. Специалната методика на сенсей Ивайло Драганов, по която работим и досега в нашите айкидо школи, е точно такава. Техниките са изчистени

от всякакъв травматизъм, детето е под пълен контрол, работи все по-добре, научава нови неща, а вследствие на това неговата двигателна активност се засилва неимоверно много". Мария Буюклиева, 1 дан, добавя: "Децата, които прекарват свободното си време в залата, са изключително дисциплинирани. Тук те намират и страшно много приятели. Нашата работа като треньори е да им даваме личен пример и да се опитваме да ги научим на нещо истинско и стойностно, като айкидото." За финал се включва и Николай Коев, 1 дан, който обяснява колко важна е ролята на родителите: "Родителите не бива да се притесняват да пускат децата си в залите по бойни изкуства или по каквото и да е друг спорт. Тъкмо обратното - те трябва да ги насърчават и да ги подкрепят, особено в моментите, когато децата губят своето желание да спортуват - било то поради умора, или заради това, че връстниците им се занимават с нещо различно от спорт."

*Философията на това бойно изкуство си заслужава да бъде усвоена от колкото е възможно повече деца, защото определено ще ги превърне в отговорни, будни и мислещи пораснали хора*



Столичната зала "Триадица" приюти верните приятели на айкидото  
Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

## Думите

### Рагичков и врабчетата



Румел ЛЕОНИДОВ

Наскоро неколцина люде, свързани с човешката на Йордан Рагичков, се събрахме пред паметника му. Ако не беше станал безсмъртен, щеше да навърши 80 земни години. Очаквах да видя повече осиротели лица - не видях нито един непознат, освен градоначалниците на Монтана и Берковица. Почувствах се като абонат на малотиражен вестник - всички се знаех поименно. Но не ми стана чак чоглаво, защото бай Йордан не обичаше шумотевиците. Не желаше да бъде в епицентъра на словесните бури в чаши с медийна вода...  
Беше нежно, но твърдо настъпил опашчицата на собствената си бяла суета. Обичта на читателите му бе достатъчна. Като къшей топъл хляб и шепа изворна вода.  
Веднъж на улицата ме спря непозната жена, която ме попита как е със здравето Рагичков. Отвърнах ѝ: „Вярвам, че Бог не е отбратен от всички българи...“ Жената ме погледна и прошепна: „Всяка вечер, преди да заспя, се моля за него!“  
По-късно му разказах тази случка, а той тихо се усмихна в себе си и в невероятните му очи блесна пламъчето на благодатта му и благородна душа. Продължих да размишлявам пред него на глас: "Представете си, господин Рагичков, без дори да подозирате, колко позитивна енергия всяка вечер различни хора изпращат към вас." Човекът, който накара врабчетата да проговорят, продължи да мълчи... Но аз знаех неговия отговор: "Дали има Бог, или няма, няма никакво значение, но ти живееш така, сякаш го има!"

## Опитахте ли вече?

**Se-Lax**  
Натурален  
лаксативен сироп  
с екстракт от  
смокиня и сена

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



# Руен наесен

Осоговската планина е подходяща дестинация както през есента, така и през зимата



Осоговската планина омайва с красотата и променливия си характер  
Снимки Авторката

Вася ДЕРМЕНДЖИЕВА

**В** един от последните хубави дни на есента с група приятели решихме да се поразходим сред изпъстрената природа. Избираме си красива и не особено натоварваща дестинация, с която един подготвен турист може да се справи и за един ден - Осоговската планина с нейния първенец връх Руен (2251 м). До 1997 г. посещението на връх Руен е било възможно само с разрешение от Граничната полиция, но сега той, "свободен" и ветровит, посреща туристите.

Осоговската планина е разположена в България и Република Македония, поради което една от отправните точки за изкачване на връх Руен е Кюстендил. Нашето туристическо приключение започва от хижа "Осого-

во". Тя се намира на 1640 м надморска височина, в местността Плавило-то, в подножието на връх Кюнек. Вървим няколко метра по асфалта, следва отбивка вдясно, после нагоре, където бодрата ни стъпка вече среща черния път! След двайсетина минути по лекия склон достигаме разклонението, където се включва пътеката от Трите буки. До самия връх върви същият този черен път, който е маркиран с червен цвят, а отделно от него има и зимна маркировка с колчета. До заслон "Превала", който се намира на височина 1812 м, крачим, без да се уморим. Минаваме покрай чешми, които утоляват жаждата ни в топлия есенен ден, и срещаме хора, обиращи последните боровинки за годината.

След първото възвишение вече сме набрали височина и започваме да търсим Руен с очи. Върхът обаче още не се вижда сред скупчината от осоговски върхове.

*До 1997 г. посещението на връх Руен е било възможно само с разрешение от Граничната полиция, но сега той, "свободен" и ветровит, посреща туристите*

Пак се връщаме по черния път, който като нас се е изкачил по-високо. Настрани от пътя срещаме групи коне, които, въпреки че не изглеждат опитомени, ни позволяват да се доближим до тях, но и много лесно сменят настроението си и обръщат задницата

си към нас. Осоговска планина предлага отлични условия за конен туризъм и затова в Кюстендил вече има създаден клуб, който притежава коне, обучени за

планинска езда. Има и множество горски пътеки, които са обособени в маршрути за езда.

Вече вървим повече от три часа. На изток, в скатовете около Руен, се

виждат изоставените пропадащи минни и оловно-цинкови галерии. Малко преди да го достигнем, минаваме покрай запустелия заслон "Руен", върху чиито стени е изрисувана трибагреникът, а около помещението с навеса са закачени рибарски мрежи.

След три часа и половина най-после сме на върха! Разбираме защо се предполага, че името му произлиза от "ручи" т.е. фучи или мече. На върха е доста ветровито, а звученето променя характеристиката си в зависимост от метеорологичните условия. Друго предположение за произхода на името му се свързва с определението "руен, руйна" и това, че от върха започват изворите на река Бистрица.

Върхът е чаровен най-вече заради прекрасната гледка, която се открива от него. Разбираме се да дойдем тук и през зимата, защото туристи, които срещаме, ни разказват за неговия чар в бяло. А за зимното ни пътешествие избираме изходна точка Гюешево, от която братята македонци започват покоряването му.



Планината предлага идеални условия за конен туризъм



Ако Ви се налага да се борите с високото ниво на холестерола, с високото кръвно и с високия риск от сърдечно-съдови заболявания, натуралните продукти на Jamieson са Ваши съюзници.



# За свекървата с любов

Карикатура Николай АРНАУДОВ



Сергей ТРАЙКОВ

Мила наша майко, никаква представа си нямаш колко много се зарадвахме двамата с Добри, когато изненадващо получихме така дълго чаканото твое писмо и от него разбрахме, че искаш да

щастлива от минутата, в която разбрах, че искаш да ни погостуваш, и то не само за малко, а че ще останеш у нас цели 30 дни.

Това обаче коренно променя нещата.

Силистра, където живееш, наистина е далеч от София и няма смисъл да се идва за помалко, затова искам да те посрещнем както трябва, прекрасна наша майко.

Ние с Добри живеем в двустаен апартамент и нямаме стая за гости, така че трябва да направим генерален ремонт, да избием две стени и да обособим специална стая за теб, обична ни майко.

За това обаче в днешно време са нужни много пари - за ремонт, за майсторите, за цялостното обзавеждане на новата спалня с мебели, хладилник, телевизор, легло, килим, радиатор за парно, полилей, нощна лампа и така нататък.

Или казано накратко - нужни са пари за едно напълно ново жилище и ние с Добри от утре започваме да спестяваме, тъй като страшно много искам най-после да ви-

дя моята свекървичка!

След като спестим огромната и непосилна сума, ще направим огромния скъп ремонт, ще избием изцяло стените, ще сложим нови тапети, ще купим мебели и като нищо само след няколко години спалнята ще бъде напълно готова да те приеме, ненагледна наша майко!

Така че ти нямай абсолютно никаква грижа, само чакай след десет години от мен да пристигне писмо, в което аз радостна ще ти съобща, че с Добри най-после сме успели благополучно да завършим ремонта.

Тогава вече ще можеш да решиш кога да ни дойдеш на гости за

един месец.

Преди това обаче те моля, златна наша майко, да ми напишеш за желанието си да ни гостуваш предварително, за да ти запазя рег и да ти съобща коя е свободната дата, на която можеш да пристигнеш.

Просто не искам моята любима свекърва да види, че спалнята е заета, и да се върне отново с влака в Силистра.

Такава опасност има, защото преди теб рег за гостуване у нас след ремонта си запазила: мама, татко, трите ми сестри и двамата ми братя със семействата, вуйчо и вуйна, дядо ми и баба ми, чичо ми и леля ми, петте ми първи братовчедки, два-

мата втори и двамата трети - все по майчина линия, както и четиримата ми братовчеди по бащина.

Те ще седят по 3-4 седмици и след тях идва твоят рег, мила наша майко! Чакам бърз отговор!

Твоя любяща снаха Гинка.

Послепис:

Добри не може да ти драсне два реда в писмото, защото в момента е денонощно във фирмата и усилено работи, за да изкара пари за ремонта.

Ох, кога ли ще литнат тези десет-петнайсет години, за да мога най-после да те видя и силно да те прегърна, обичана и любима наша майко?

Г.

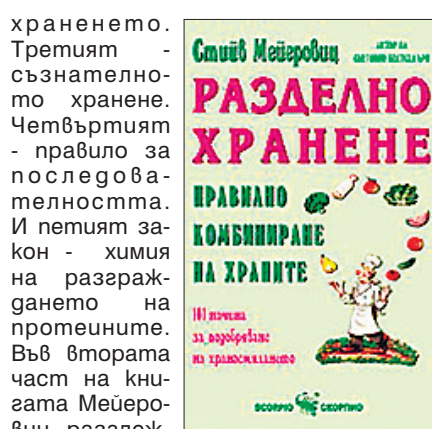
## Библиотека

### Разделното хранене - правилно комбиниране на храните

Стийв  
Мейеровиц

ИК "Скорпио ВИ"  
година: 2009  
мека корица  
страници: 136  
цена: 8.20 лв.

На базата на своя дългогодишен опит в областта на здравословното хранене авторът предлага на вниманието на читателите петте основни закона на храносмилането. Първият - за количеството на приеманата храна. Вторият - за честотата на



храненето. Третият - съзнателното хранене. Четвъртият - правило за последователността. И петият закон - химията на разграждането на протеините. Във втората част на книгата Мейеровиц разглежда връзката между неправилното хранене, дисбаланса на чревната флора, както и синдрома на пропускливите черва и още много други фактори, които влияят върху храносми-

лането. За всеки желаещ да усвои правилното комбиниране на храните са включени специални раздели със съвършеното, според автора, меню, както и техники за подобряване на храносмилането, или общо точно 101 полезни съвета.

Разделното хранене не е само модна тенденция в диетологията, ефектът му е винаги поразителен, особено ако спазвате строго препоръчаните правила.

## Jamieson с грижа при висок холестерол

Приятел или враг?

Холестеролът е важен елемент за функционирането на клетките, но прекомерно високото му ниво в кръвта води до образуване на плаки и стеснения в кръвоносните съдове и риск от атеросклероза, инфаркт и инсулт. Високото ниво на холестерол може да е следствие от генетични фактори - клетки, които не отстраняват ефективно холестерола от кръвта или предразположеност на черния дроб да произвежда прекалено голямо количество холестерол. Най-често обаче причината е нездравословен начин на живот, наднормено тегло, богати на мазнини храни, недостатъчен прием на баластни вещества и стрес. Поддържането на нивото на холестерола в здравословни граници само чрез хранителен режим е трудна задача. Ето защо на помощ идват натуралните хранителни добавки на Jamieson.



„Jamieson Lecithin” - 1 200 мг. е натурален соев лецитин, получен от соеви семена. Предназначен е за регулиране на холестерола, но също така подпомага лечението на заболявания на черния дроб и жлъчката. Научни изследвания показват, че соевият лецитин значително намалява нивата на холестерол и триглицериди в кръвта, като същевременно увеличава нивата на HDL, или „добрия” холестерол. Дневната препоръчителна доза е 2 капсули по време на хранене.

„Jamieson Flax” - 1 000 мг. е висококачествено канадско био ленено масло. По същество, лененото масло е основен източник на алфа-линоленова киселина, известна още като Омега-3. Лененото масло регулира нивата на холестерол в кръвта, а също спомага и за предотвратяването на тромбози, благодарение на анти-кръвосъсирващото си действие в организма.

Не на последно място, лененото масло регулира високото кръвно налягане, укрепва нервната система и подпомага правилното функциониране на бъбреците. Препоръчителната доза „Jamieson Flax” е 3 капсули дневно, а препоръчителният прием е до три месеца.

„Jamieson Omega 3-6-9” е комплекс от ленено масло, масло от пореч, пречистено рибено масло и витамин Е6. В допълнение на качествата на лененото масло за поддържането на оптимални нива на холестерол в човешкото тяло, тази натурална формула подпомага сърдечната и мозъчната функция, намалява високото кръвно налягане и облекчава болките в ставите. Омега Биоконкомплекс стимулира имунната система, поддържа здравето на простатата и дебелото черво. Дневната доза на прием е 1-3 капсули.

## Как да се защитим от сезонен и свински грип

Юлия Стоянова

ИК "Еньовче"; година: 2009  
мека корица; страници: 116  
цена: 5.00 лв.

Първо няколко думи за авторката, преди да ѝ се доверим и да закупим нейната книга. Тя е работила в "Пирогов", МА, НОЦ и др., предимно в областта на параклиниката, при активен контакт с разнообразни групи пациенти. Участвала е в колективни научни разработки, а сега е в лабораторията по цитогенетика и имунология към УСБАЛЕ в София. Издала е две книги, посветени на актуална здравна тематика, но какво конкретно ще научим от третата ѝ книга?

Ето какво: Кои са най-добрите имуномодулатори за защита? Какво е нивото на противогрипната защита у нас? Има ли профилактично хранене и що е то? Могат ли храните да бъдат гаранция за здраве и дълголетие?



Ето и един практичен съвет за това как да приготвим капки за нос, по-ефективни от тези в аптеките. Запомнете го. Запарва се цвят от лайка в съотношение 2 супени лъжици на 300 мл вряща вода. Остава се да изстине и се прецежда. Обелва се малка глава лук и от нея се изстиква малко сок. На 5 мл чай от лайка се капват 5 капки сок от лук и се слага мед колкото грахово зърно. Сместа се хомогенизира и леко се затопля преди употреба. Капват се по 2 капки във всяка ноздра по 2-3 пъти дневно, а при силно запушен нос и по-често. Проверете го веднага, преди да си закупите това полезно четиво.

Купете книгите от страницата с 10% отстъпка, като представите този талон в някоя от книжарниците „Хеликон“





**МИХАИЛ МИЦЕВ**

**ОТВЕШНО:** Прополис. Пареза. Ирена. Исана. Ин. Опело. Олах (Тиберуу). Кома. Ела. Иполит. Кол. Ир. Тарифа. Авари. Тони. Томова. Ет. Кларитин. Касети (Марко). Оруз. Инок. Ску. "Ола". Окол (Долни и Горни). Иро. Омар. Есема. Омок. "Латам". Ути. "америка". Аке (Йохан). Апис. Микс. Ар. Критуик. Поп. Гари. Калас (Мария). Нерол. Емилян. Станев. "Да". Акари. Одеколон. Яке. Итака. Аруко.



## Трудно

1			4		9			6
		8	2		3			
9		4			7	2		
	7					5		
8	9						2	1
		5					4	
		6	5			1		3
			3		2	8		
3			1		8			2



Healthline

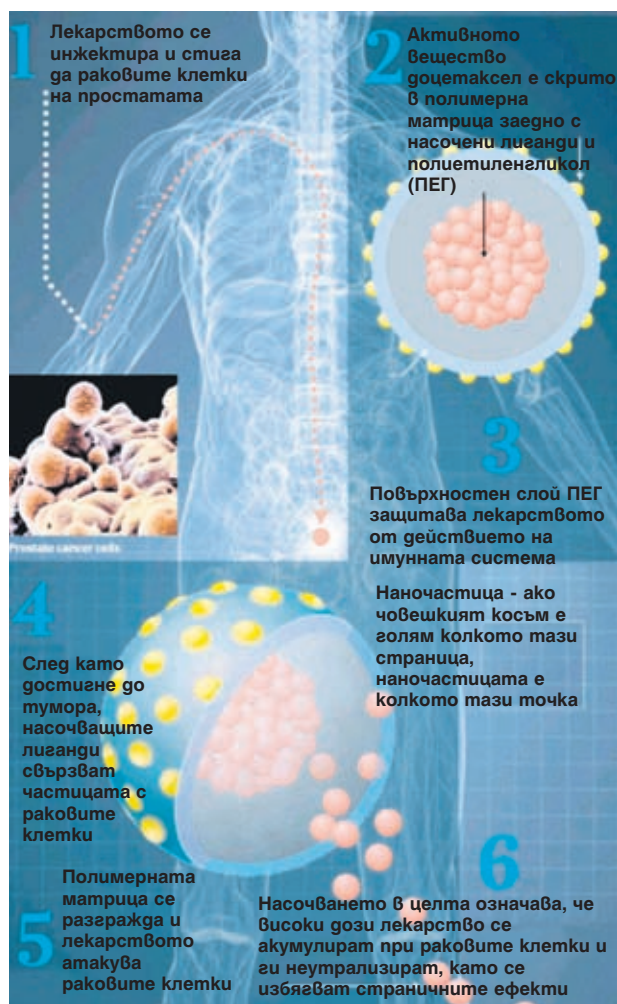
*Вестникът се разпространява безплатно.*

**Реклама**  
Мария Богданова  
менеджър Реклама  
„Икономедиа“ АД  
София 1000, ул. „Иван Вазов“ 18,  
тел. + 359 2 9376 399  
факс + 359 2 9376 270  
GSM + 359 899 817582  
mariab@capital.bg  
www.economedia.bg



# Нанотехнологията в борбата с рака

След една година медицината ще бъде в състояние да атакува раковите клетки с „умни бомби“



Виктор СИМЕОНОВ

Току-що завършили експерименти върху животни показват, че с помощта на нанотерапията туморните образувания "могат да бъдат регулирани, смалени "почти до нула", а самото лечение се понася много по-добре от пациентите - съобщава в "Таймс". Наночастиците ще се насочват към туморните клетки, избягвайки схватката с имунната система на човека, и по този начин на медицината ще бъде осигурено мощно оръжие срещу най-коварната болест и в същото време ще могат да се избегнат многобройните нежелани странични ефекти, свързани с прилагането на химиотерапията.

В момента се провеждат заключителните токсикологични изследвания и от следващата година новият метод на лечение ще бъде приложен за първи път и върху пациенти доброволци. Засега в групата са включени 25 души, но техният брой би могъл да се удвои при благоприятни резултати от заключителните изследвания.

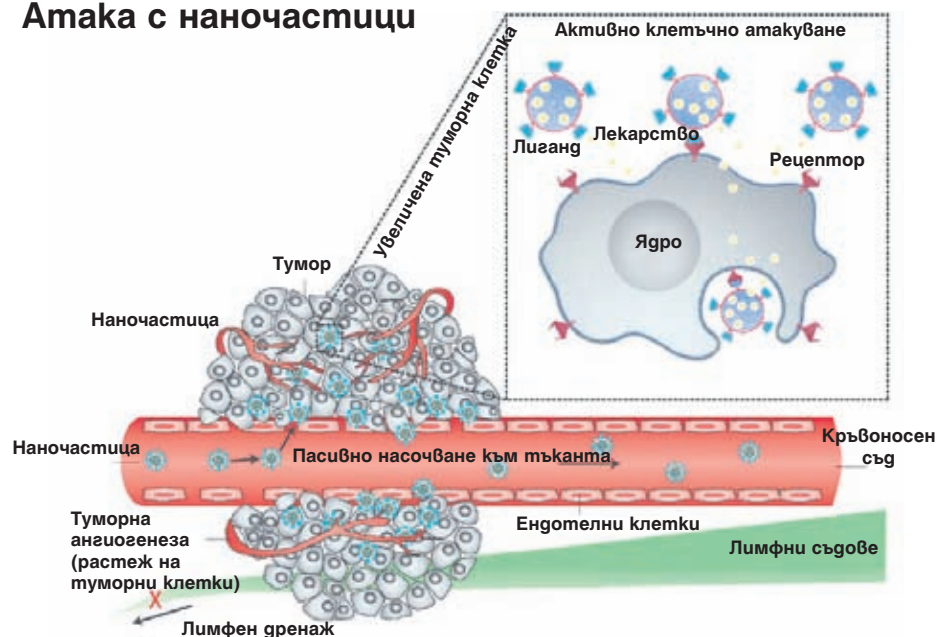
Независимо че тази терапия е разработена специално за да атакува

раковите образувания на простатата, експертите са на мнение, че тя може успешно да се прилага и при други туморни клетки.

Антираковата нанотехнологична терапия е разработена от компанията BIND Biosciences, базирана в Кеймбридж, щат Масачузетс, и според оптимистичните прогнози ще може да се прилага за лечение на цяла поредица от сериозни заболявания. Вицепрезидентът на компанията Джеф Хъркач сподели специално пред научния редактор на в. "Таймс" Марк Хендерсън, че учените от BIND Biosciences работят усилено върху създаването на надеждни методи на лечение, които ще позволят на медицината да се справя успешно не само с рака, но също така и със сърдечно-съдовите заболявания, възпаленията и дори заразните болести, като свинския грип например.

Наночастицата, известна като BIND 014, е създадена за преодоляване на три от основните предизвикателства пред медицината: употребата на тя гарантира, че терапевтичните молекули стигат точно до проблемните части в тялото, осигурява бавното им отделяне в продължение на няколко дни, така че да могат да

## Атака с наночастици



"заобиколят" съпротивата на имунната система и тя да не е в състояние да ги разпознае като чужди частици и да ги унищожи, както много често се получава днес.

Това е възможно посредством опаковането на лекарството като "пратка за специална доставка" и този метод съществува благодарение на дългогодишните усилия на Робърт Лангер от Масачузетския технологичен институт и Омар Фарокзад от Харвардския университет, които специално създават компанията BIND Biosciences.

Самата наночастица, върху която се базира терапията, е с диаметър 100 нанометра - тоест 1000 пъти по-малък от размера на човешки косъм, или една десетмилионна част от метъра! Частицата разполага с четири елемента, като най-важният от тях е т.нар. полезен товар, който представлява един от най-разпространените медикаменти Taxotere и активното вещество доцетаксел (docetaxel).

Молекулите на доцетаксела са включени в матрица, създадена от биоразградим полимер, известен като полилактид (PLA - Polylactic acid или polylactide), който се разгражда бавно в продължение на няколко дни, така че лекарството постепенно да се освобождава в тялото. Това означава, че една-единствена инжекция с наночастици може да има дълготраен ефект в организма. Тази напълнена с лекарство "бойна глава" след това се маскира подобно на самолетите "Стелт" със специално покритие, което в конкретния случай представлява полиети-



Професор Лангер с президента Обама

ленгликол (PEG вещество, използвано като свързващ елемент при твърдото ракетно гориво, а в медицината и козметиката представлява основата на мазилата. То е и основният елемент в топчетата за пейнтбол). Тъкмо полиетиленгликолят е натоварен с мисията да скрие от имунната система лекарството и то да не бъде атакувано с антитела и макрофаги. Обикновено наночастиците за доставка на лекарствения елемент биват разпознати от имунната система и унищожени, преди да упражнят лечебния си ефект.

"Обикновените наночастици водят истинска битка с организма, докато стигнат до раковите клетки - казва проф. Лангер. - В повечето случаи макрофагите ги разпознават и буквално ги изяждат. А с нашия метод лекарството остава скрито в надеждна опаковка и по този начин избягва фаталната схватка с макрофагите".

Много важен елемент на наночастицата е също

така умната насочваща система, прикрепена под формата на ензим към външната обвивка, известна като "насочващ лиганд" (малка молекула, която се свързва специфично към по-голяма). В конкретния случай те са проектирани така, че да се прикрепят към молекулите на раковите клетки на простатата, известни като специфични за простатата мембрана антиген (prostate-specific membrane antigen - PSMA). По този начин частиците се акумулират в туморните образувания, преди да освободят съдържанието си в тях лекарство.

"Нашият метод превръща антираковото лекарство в "котва", а не както досега - "антираков фар" - коментира д-р Хъркач. - Ако всичко се развива добре, съвсем скоро ще можем да насочваме лекарството направо към тумора и след като медикаментозните частици достигнат до него, те ще останат там и ще продължат да действат, докато не справят със злокачествените клетки".

Различно при тази антиракова нанотерапия се състои в това, че посредством нея става възможно лекарите да атакуват право в целта болното място, осигурявайки максимална защита на лечебната наночастица. По този начин е възможно тумора да се изпрати висока концентрация лекарство и съответно по-ниска концентрация в други части на проблемното място.

С новия метод пациентите няма да изпитват толкова силно страничните ефекти от химиотерапията и в същото време раковите клетки ще бъдат атакувани с точно толкова количество лекарство, което е необходимо за неутрализиране на туморите.

Професор Лангер и неговият партньор Омар Фарокзад са създали наночастица с две молекули: едната има за цел да се избегне агресивното противодействие на имунната система, а другата е предназначена да атакува мощно раковите клетки.

Досега нанолечението е използвано успешно срещу човешки туморни образувания, имплантирани под кожата на мишки. Резултатите показват, че лекарството се акумулира около проблемното място на туморите и след това с течение на времето постепенно започва да регулира размерите им. "Проведените неколкостранно експерименти имаха един и същ резултат - раковите клетки бяха сведени до минимум, практически до нулеви стойности" - казва проф. Лангер.

Тъй като молекулата на специфичната за простатата мембрана антиген (PSMA), която наночастиците атакват, е открита и в кръвоносните съдове на много други тумори - като например на млечната жлеза, белия дроб и мозъка - новата антиракова нанотерапия ще може да бъде прилагана успешно и при тяхното лечение.

"С нашата терапия ще можем да се справим не само с рака на простатата, но и с дълъг списък от туморни образувания, които мършат човека - казва д-р Хъркач. - Ще започнем изпитания върху доброволци през септември 2010, след като успеем да произведем достатъчно материал за тези клинични изследвания. И най-вероятно след 5-10 години нанотерапията ще стане един от основните методи за борба с рака".