

CREDOWEB

Съвременният начин  
за комуникация  
между лекари  
и пациенти



На стр. 5

ЛЯТО



Младежките  
бригади в  
чужбина носят  
емоции и пари

На стр. 18

СПОРТ



Кой ще  
спечели  
„Уимбълдън“

На стр. 23

Разпространява се безплатно

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg

Брой 23 (57), 18 - 24 юни 2013 г. (год. II)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

Actavis

Светът на модерния човек

## Народът в защита на морала



Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

София, 15 юни 2013 г., 19:15 ч.,  
площад „Народно събрание“

Какви са мотивите на хората да протестират четете на стр. 19

## Обонянието остава загадка за учените

Химическата връзка между човека и околната среда стана обект на усилен проучвания през последните години. Но те само отвориха нови въпроси, които тепърва ще търсят отговора си.

Още на стр. 8 и 17

**Т MARKET**  
Добрият Съсед наблизо!  
ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 18 ДО 24 ЮНИ 2013 г.

<b>0<sup>10</sup></b> цена за брой	<b>7<sup>99</sup></b> 7.99 лв./кг
Земел, 60 гр, блат, блат със сусам, татари от нашата хлебарница	Сирене Голубо 48%, кг
<b>3<sup>69</sup></b> 3.69 лв./кг	<b>1<sup>99</sup></b> 4.33 лв./кг
Филе Пангасиус 1кг, замразено	Карначета "Колбасо" 460 гр
<b>16<sup>99</sup></b> 16.99 лв./кг	<b>3<sup>99</sup></b> 4.33 лв./кг
Бадем печен	Family Family Снекети
<b>19<sup>99</sup></b> 19.99 лв./кг	<b>5<sup>99</sup></b> 5.99 лв./кг
Батон	Кафе "Tchibo" Family 2x250 гр

Всички цени са в български лев, с включен ДДС. Предложенията валидни до изчерпване на наличностите.

Без рецепта!



# ROLETRA

Loratadine tabl. 10 mg x 10

При алергии и сенна хрема

Облекчава:

- ☒ Течащ нос
- ☒ Сърбеж и кихане
- ☒ Парене в очите

Антиалергичен лекарствен продукт без лекарско предписание за възрастни и деца над 2 години и с тегло > 30 kg. Преди употреба прочетете листовката!

ESOPHARM

Екофарм ЕООД, бул. "Черни Върх" 14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61



A63/28.03.2013





## Galaxy S4 Active не се бои от вода и прах

Компанията Samsung официално представи модификация на флагманския си смартфон. Galaxy S4 Active е защитен от вода

и прах с IP67 сертификат. Херметически затвореният метален корпус позволява на смартфона да престои половин час на дълбочина един метър. Един от директорите на компанията представи Galaxy S4 Active с думите, че той е създаден специално за активни хора, обичащи откритите пространства. Смартфонът работи с операционната система Android 4.2.2 Jelly Bean, снабден е с четириядрен

процесор и за разлика от оригиналната версия, която използва Super AMOLED панел, дисплеят е TFT LCD с 1080p Full HD резолюция. 8-мегапикселовата камера разполага със специален режим Aqua mode, който подобрява качеството на подводните снимки. Смартфонът ще бъде пуснат в продажба през лятото, като първи с него ще могат да се снабдят жителите на САЩ и Швеция.

## До 10 години ще разговаряме с животните

В САЩ разработват уникално устройство, което ще може да превръща звуците, издавани от нашите домашни любимци, в човешка реч. Такъв революционен начин на общуване с бозайници, птици и др. обещава от университета в Северна Аризона в близките десет години. Устройството, което ще ни сближи с животните, ще бъде с размера на мобилен телефон. Авторите на проекта твърдят, че усилията им няма да се ограничат само с кучетата и кот-

ките. Диапазонът на тяхното изобретение в бъдеще ще обхваща и други представители на фауната. В момента специалистите изучават прерийните кучета, които живеят на големи колонии в Северна Америка. Причината за интереса към тях е огромното количество звуци, които тези гризачи издават и които приличат на сложна комуникационна система.

**НОВО**

Хранителна добавка

### Lacto4VIP

Пробиотик      Капсули X 15

**Четворна сила**

- Lactobacillus acidophilus
- Lactobacillus rhamnosus
- Lactobacillus bulgaricus
- Streptococcus thermophilus

**Живи лактобацили**  
Съхранява се в хладилник

**ЕСОPHARM**

15 капсули

Живи лактобацили  
Съхранява се в хладилник

**VIP** - Специална формула, запазваща жизнестойкостта на лактобацилите в киселата среда на храносмилателния тракт

Есофарм ЕООД, бул. "Черни Врх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел: 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

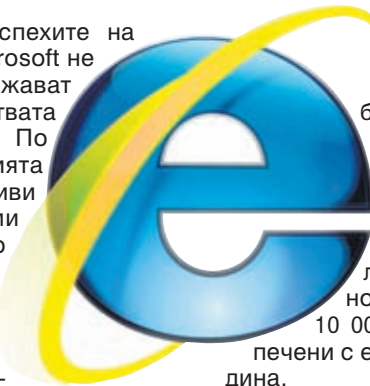
## ПРИЗНАНИЕ



Карлос Саура (вдясно), един от най-големите режисьори в испанското кино, беше удостоен със званието доктор хонорис кауза на Националната академия за театрално и филмово изкуство. Почетната огърлица му връчи лично ректорът на академията проф. Любомир Халачев в препълнената аула. Саура е роден през 1932 г. и е автор на над 40 филма, част от които отдавна са се превърнали в класика. В момента работи върху биографичен филм за Пабло Пикасо с Антонио Бандерас в главната роля

## Internet Explorer е най-икономичният браузър

Независимо от успехите на конкуренцията от Microsoft не се отчайват и продължават да изтъкват предимствата на Internet Explorer. По поръчка на компанията от Центъра за устойчиви енергийни системи Fraunhofer, САЩ, било проведено изследване, като резултатите са категорични - компютрите, които работят с Explorer, из-



разходват 18% по-малко електроенергия в сравнение с конкурентните браузъри Firefox и Chrome. От Microsoft са изчислили, че ако всички ползватели в САЩ минат на този браузър, страната може да икономиса 120 милиона киловатчаса годишно. Това е достатъчно около 10 000 домове да бъдат обезпечени с електроенергия за цяла година.



## Композитор превърна Айфеловата кула в барабан

Композиторът Джоузеф Бертолози извлече от Айфеловата кула 2000 звука за новия си проект "Музика от кулата". Придвижвайки се по цялата 324-метрова кула, Бертолози и екипът успяха, използвайки разнообразни чукчета

и пръчки, да извадят и да запишат звуци с различна сила. Намерение на нестандартния композитор е да ги свърже и да създаде акорди и мелодии.

Бертолози призна, че идеята за Айфеловата кула е на съпругата му. Това не е първият

монумент, от който Бертолози извлича звуци за музика. Той създаде композиция по подобен начин с мост над р. Хъдсън в щата Ню Йорк. Тя заема 18-о място в класацията на Билборд за класическа музика през 2009 г.



**МЛАДИТЕ ГОВОРЯТ ЗА...**

# СЕЗОННАТА РАБОТА

**Цветелина**

**Тодорова, 20 г.**



В момента съм втори курс английска филология в СУ "Св. Климент Охридски" и за съжаление не мога да работя по време на семестъра. Просто не ми остава време. Засега не смятам да започвам работа и през лятото. Когато приключим с ангажиментите си в университета, ни остават не повече от 2 месеца почивка. По принцип има доста атрактивни и достъпни позиции по морето в разгара на летния сезон. Иначе за в бъдеще не изключвам варианта да замина и да работя в чужбина - може би в Испания, Великобритания. Важното е работодателите да са коректни и да имаш желание да се трудиш, а не да се занимаваш с нещо само заради парите.

**Антон Груев, 23 г.**

При моята работа не е проблем да съчетавам задълженията си с лекциите, така че си работя целогодишно. Едно лято отидох на бригада в Мериленд, САЩ, и не останах много доволен. Някак си пътуването не покри очакванията ми. Избих си естествено разходите по заминаването, но имаше някои неща, които не ми харесаша. Не ни се заплащаха допълнителни часове положен труд, съквартирантите ми бяха ужасни и т.н. Наложих се да прекъсна и университета за една година, но сега вече завършвам. Глупаво е професорите и доцентите да не влизат в положение на студентите и да им отказват индивидуално изпитване или дори ако отсъстваш от няколко лекции. В крайна сметка е грехота на 20-23 години семейството ти да те издържа.



**Таня Попова, 24 г.**



Аз определено мисля да започна нещо през лятото, сигурно ще помагам в семейния бизнес. Трудно е през учебната година да се съчетават занятията с работа, но не е невъзможно. Младите хора обаче трябва да са внимателни на какви работодатели попадат. На едното място, където бях назначена, се оказаха доста некоректни. Не само че върших най-неприятната работа, защото съм "зелена", но накрая и не ми изплатиха три заплати. Бях страшно разочарована. На други места обаче оценяват креативността и способностите на младия човек, макар да излиза от университета понякога крайно неподготвен за пазара на труда. Просто зависи на кого ще попаднеш.

**Емилия Маринова, 25 г.**



По принцип работя през цялата година, не само лятото. Опитвам се да съчета магистратурата си със службата. Има преподаватели обаче, които по никакъв начин не ти влизат в положението. По един предмет например професорът идва да ни чете лекции само в сряда вечерта и в петък следобед. Аз присъствам само в петък, защото в сряда не мога да се освободя от ангажиментите си в работата. Изпитът също ще се състои в сряда. През последните години обаче има напредък в отношението на преподавателите спрямо бригадите. Заради сроковете се съгласяват да изпитват по-рано заминаващите. Една моя позната пътува за Италия и не само че успя да си изкара добри пари, но и научи езика, който преди това не владееше.

**Калоян Зехирев, 23 г.**

Заплащането за младите хора понякога може да бъде много добро. В момента завършвам "Психология" в Нов български университет и паралелно си ходя на работа. Смених Софийския университет именно заради разбиранията на преподавателите, че ако си студент, трябва да си гледаш само ученето. А откъде идват парите за издръжка, никой не го интересува. Бях и четири месеца в САЩ на бригада. На мен много ми хареса, прекият ми началник беше българин. Мястото е страхотно и се забавлявах. Там действително има много заведения за junk food. Аз не си падам много по този тип храна и в България, но там това е най-евтиното - имаше меню за 1 долар, така че може да се живее много икономично.



**Анкетата подготви  
Мирослава КИРИЛОВА**

## ПОСОКИ

### Човекът като гражданин



**Петър ГАЛЕВ**

Ако някой ми беше казал, че за нула време на едно място в центъра на София ще се съберат програмисти и оперни певци, рокджии и съдии, писатели и чиновници, журналисти и лекари, университетски преподаватели и режисьори, инженери и художници, студенти и учители, сигурно нямаше да му повярвам. Не и преди петък, 14 юни 2013 година. Денят, в който България доказа, че не за единия хляб живее човек на този свят. Хората бяха обединени от обидата, че някой жестоко и саркастично им се подиграва; чувстваха се като в зловещ театър на абсурда и стотици пъти изговаряха помежду си въпроса кои и какви са движещите сили на случващото се във видения спектър на държавното управление. Защото всички са наясно, че зад завесите мирише лошо, а под дебелата пласт грим по лицата на лъскавите кукловоди избиват гноясали морални циреи. И като екстракт на всичко известна журналистка с крехка физика беше пребита посред бял ден заради предаването си. Но в случая някой подцени гражданите с късогледата презумпция, че могат да се бунтуват единствено и само за пари. Едва ли сте обърнали внимание, но в събота беше Видовден. Старинното вярване е, че тогава излизат наяве всички сторени злини и падат градушки като възмездие за грехове. Тепърва ще се разбере какво от подготвяния подземен урожай е отнесла градушката на народното недоволство. И дано за всички вече да е станало ясно, че от такова природно... пардон - народно явление няма предпазване. А по изключение в българския календар Видовден ще е всеки ден. Поне докато и при публиката, и зад кулисите замирише на чисто.

## СОЛИДАРНОСТ



В деня, в който хиляди излязоха на протест срещу избора на Делян Пеевски за шеф на ДАНС, журналистката от Нова телевизия Люба Кулезич беше повалена и бита от неизвестен престъпник. Екипът на Хелт медия категорично заклеиява нападенията срещу журналисти заради техните професионални изяви. Желаяме на Люба бързо възстановяване!

**Ваня Тодорова, 20 г.**



Хубаво е всеки млад човек да поработи. Ако е студент, то по лятото може да го направи, стига да има желание. Особено са атрактивни някои предложения за работа в Европа и в САЩ. Аз пропуснах сроковете за кандидатстване за бригада, но ще го направя догодина - след втори курс. Бих заминала за Холандия, Германия, Великобритания. Не мисля обаче, че ще се съглася да работя всичко - не бих брала ягоди например или почиствала хотелски стаи. По-скоро за мен са атрактивни позиции в различни увеселителни паркове, а защо не и като барист. Покрай панаира в Пловдив се научих на някои техники за приготвянето на чаша вкусно, ароматно и качествено кафе.



## ИКОНОМИКА

Настъплението  
на Китай

На стр. 6

## СЕТИВА

„Следствието  
„Румен  
Леонидов“

На стр. 7

## АРОМАТИ

Обонянието  
в арсенала  
на учените,  
бизнеса и  
лечителите

На стр. 8 и 17

## ВИЗА



Студентските бригади са все по-популярни

На стр. 18

## ПОРТФЕЙЛ

Застраховката  
„Живот“ като  
алтернатива  
на депозита

На стр. 20

## СПОРТ



„Уимбълдън“ - терен за шампиони

На стр. 23

Мутанти ли са  
двойните череши

На пазара тази година има изобилие от череши. Голяма част от сладките червени плодове обаче имат странни израстъци като придатък. Затова се обърнахме към специалисти, за да ни разкажат дали това е вирусно заболяване или някакъв тип мутация, предизвикана от препаратите.

Мирослава КИРИЛОВА

„Н е става въпрос за заболяване, а за т.нар двойни череши“ - категоричен е проф. Аргир Живондов от Института по овощарство в Пловдив. Тази година не само ние, а и много земеделски стопани са отправили запитвания към специалистите в института относно наличието на двойни плодове. „Основните причини за това са, че голяма част от реколтата беше компрометирана миналата година от студовите и от сухите горещи месеци. Колкото по-близо до река Марица са насажденията, толкова по-голяма беше вероятността от измръзване. Бяха пощадени дърветата в по-благоприятните родопски условия. Петте месеца горещо и сухо лято обусловили и спира на развитието на плодните пъпки при така наречените „баластни“ температури - над 33 градуса. При такива условия дърветата се презапасяват и се отрупват като за последно. Ето защо имаме толкова много двойни череши тази година“ - обобщил селекционерът по череши и праскови проф. Живондов.

Специалистът успокоява, че няма нищо опасно, единственият проблем е, че се разваля търговският вид на черешите и цената им намалява. Производителите донякъде също имат вина, защото, ако са компенсирани липсата на дъждове с по-често поливане, реколтата е можело да бъде в по-малка степен засегната.

„30% от черешите ни са двойни“ - заяви производителката Настя Стой-

кова. Фирмата ѝ притежава 25 хектара черешова овощна градина, като насаждението се намира в Бургаския регион върху почви с изключително подходящи въздушни, водни и топлинни показатели. „Борихме жегите през лятото на 2012 г., но с капково напояване - отбеляза тя. - Обяснявам си наличието на двойни череши с опрашването. Факт е обаче, че хората не избягват такива череши, наричат ги „близначки“ и изкупната им цена е ниска“ - допълни Настя Стойкова. Но тя се радва, че реколтата тази година е доста богата в сравнение с миналата, а такива отзиви чува и от колеги. Според нея най-издръжливият и вкусен сорт от червените плодове е „Ван“, от който изнасят и за Русия. Плодовете узряват през третата десетдневка на юни. Задочно към мнението на Настя Стойкова се присъедини

и професорът от Института по овощарство. Той допълни още, че сред най-предпочитаните сортове череши са „Бигаро бюрла“, „Косара“, „Тракийска хрущялка“. Последните два са селекция на института в Пловдив.

Проф. Живондов е на мнение, че славата на кюстендилската череша произлиза от това, че от десетилетия насам в региона има много такива насаждения. Най-големият регион у нас, където се произвеждат вкусните плодове, обаче е в Югоизточна България - от Стара Загора до Бургас. „Често при нас идват земеделци, които се допитват кой сорт череши са подходящи за климата в съответния район и това е печелившата тактика. Съветваме ги как да постъпят и почти винаги успяват им се увенчават с успех. Тези обаче, които на своя глава си избират неподхо-

дящ сорт, после се чудят какво да правят“ - допълни селекционерът по черешите. Голяма част от производителите се ориентират към по-ранозреещите череши, защото при появата им на пазара те държат най-високите цени. „В началото имаше и малко внос от Гърция, но черешите вече са си изцяло наши, дори ние изнасяме за съседни страни. Румъния се оказа благодатен пазар“ - коментира проф. Живондов.

Той е категоричен, че проблемът с двойните плодове е налице не само при черешите, но и при прасковите и сливите. Колкото по-голям е плодът обаче, толкова по-неприятно е това израждане. Защото дървото не може да изхрани пълноценно и двата слепени плода и те остават недоразвити и не толкова вкусни.

Кюстендил се прекланя  
пред плода, избран от Бога

В разгара на сезона в Кюстендил организират Празник на черешата. На 21 и 22 юни районът, получил славата на овощната градина на България, ще домакинства на изложение от разнообразни сортове череши, многобройни конкурси и концерти. Акцентът на празника „Черешчица род родила“ ще бъде конкурсът, в който вземат участие читалища, неправителствени организации, сдружения, детски градини и училища от града и региона. „Изложбените маси ще са аранжирани и покрити с този ярък и

вкусен плод - подреждат се и майсторски изплетени вешала“ - коментира началник-отдел „Култура и духовно развитие“ в Кюстендил Димитринка Укалска. Въпросните вешала са нещо като грозд, който се изплита от череши (задължително по двойки) в различни нюанси и се получава истинско произведение на изкуството.

Един от най-популярните дуети - Ангел и Моисей, ще участва в заключителния концерт за Празника на черешата в Кюстендил. Ще гостуват още Годжи и Краси Радков, занаятчи,

фолклорни и танцови състави от София, Пловдив, Македония и Гърция.

„Избрани от Бога, обичани от самодивите, белязани със знака за сакралност, черешите са символ на доброто. Те са предвестници на лятото, вратата, през която се отварят берекетът и успехът на Кюстендилския овощен край. При нас черешата е част от бита и културата на населението; тя е пазена и обгрижвана с обич, с надежда за добруване, оградена е от ритуали и самородна поетичност“, каза Димитринка Укалска.



## ЧЕЗ инвестира 1,5 млн. лв. през юни

„ЧЕЗ Разпределение България“ ще вложи само този месец 273 хил. лв. за присъединяване на нови абонати, а като цяло инвестицията в електроразпределителната мрежа на Западна България през юни възлиза на 1,5 млн. лв.

В София започват 9 обекта на обща стойност 628 хил. лв. В Югозападна България - 14 за 528 хил. лв., а в Северозападна - 13 проекта за 344 хил. лв.

„Нашата постоянна задача е подобряването на качеството на доставките на електроенергия и на обслужването. Целта ни като социалноотговорна компания е клиентите да имат сигурност на електрозахранването“, подчертава Петър Докладал, регионален мениджър на ЧЕЗ за България.

Най-голямата инвестиция в София - от 212 хил. лв., е за аварийна подмяна на кабел средно напреже-

ние в район „Сердика“. В реконструкция на мрежа ниско напрежение и изнасяне на електромерни табла на граница на собственост в район „Витоша“ ще бъдат вложени 110 хиляди лв.

От съпването си на българския пазар преди 8 години компанията е вложила над 680 млн. лв. в ремонт и модернизиране на мрежите и в подобряване на услугите в Западна България.



credoweb.bg



CredoWeb

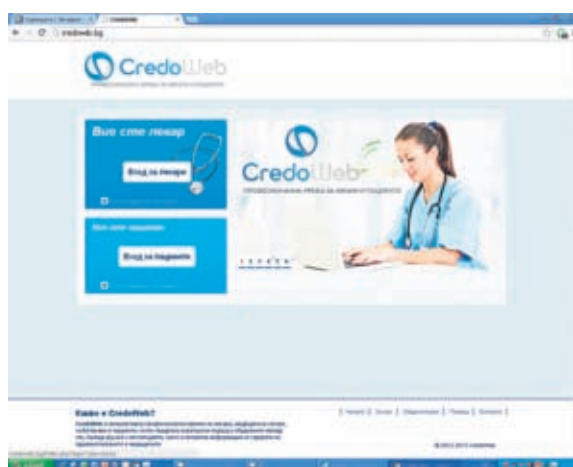
ПРОФЕСИОНАЛНА МРЕЖА  
ЗА ЛЕКАРИ И ПАЦИЕНТИ

Боли ме главата, синусит ли е? Кашлям вече втора седмица, какво може да е? Имам проблем с щитовидната жлеза, има ли шанс да се излекува?

Всеки човек в даден момент от живота си се е сблъсквал със здравословен проблем, но достъпът до специалист невинаги е лесен. В градчето такъв доктор няма или напътствията са свършили. В много ситуации е трудно дори да се прецени дали случаят е спешен, или може да почака. За други хора пък не е лесно да се ориентират къде да намерят точния лекар.

Помощ и съвет предлага пациентският форум в новата мрежа credoweb.bg. Всеки, който се регистрира, може да постави въпрос и да по-

## Задавайте своите здравни въпроси във форума на credoweb.bg, лекарите отговарят



лучи компетентен отговор. Няма ограничения в темите, а кръгът от специалисти е широк.

Хубаво е, че се дава шанс на пациентите да получат конкретна и достоверна здравна

консултация, и то по тема, която лично ги засяга, коментират лекарите, които ще отговорят на въпросите във форума. В интернет има много анонимна информация или такава, която дори може да навреди. Хората споделят какво им се е случило или как са били лекувани, но това не означава, че всичко ще протече точно така при друг пациент със същата диагноза. Често се случва при нас да идват хора, които предварително са чели в интернет за симптомите и сами са

си поставили диагноза, коментират специалистите. Търсенето на информация е хубаво, но не замества личната консултация и преглед при лекар, допълват те.

В процес на изграждане е и друга полезна функция на credoweb.bg - търсачка, която позволява намирането на лекари по населено място и специалност. Пациентите могат дори да си записват час онлайн при докторите, които са активирали услугата за електронен график. Пред потребителя на екрана се появява ка-

лендар с разграфени часове, като е посочен и адресът на практиката. Записването е лесно - просто се маркира свободен час в предпочитания ден. Може да се отбележи дали прегледът ще е с талон или срещу заплащане, а също и да се напише кратко съобщение - например, че посещението е за имунизация или изясняване на диагноза. Лекарят получава имейл, че има записан час от пациент. Потвърждава или предлага друга възможност, в случай че по това време е зает.

### ПРОФЕСИОНАЛИСТИТЕ

Д-р Тодор Еров:

#### Диабет и кръвно водят до проблеми под завивките

Всеки трети мъж над 40 години има проблем с ерекцията, но нищожна част от страдащите се решават да потърсят специализирана помощ, сочи статистиката. Причините са две, смята д-р Тодор Еров, който работи като общопрактикуващ лекар, но от няколко години се занимава и със сексология. От една страна, това е тема табу, а от друга - у нас все още няма достатъчно обучени специалисти, които да помагат в решаването на сексуалните проблеми. Неглижирането на сексуалното здраве се отразява върху качеството на живот, а качествен секс е важен за доброто здраве, категоричен е специалистът. Д-р Еров е консултант и в пациентския форум на credoweb.bg, където ще отговаря и на всякакви други въпроси от страна на читателите, свързани със сексуалното здраве.

Около 90% от пациентите на специалиста са мъже. Повечето от тях търсят помощ заради еректилна дисфункция. Тя се оказва най-разпространеният сексуален проблем сред силната половина от света. Препрежвременната еякулация е втората по честота и не по-малко неприятна ситуация при мъжете. Що се отнася до жените - те най-често се оплакват от понижено либидо.

50% от проблемите в леглото и при двата пола се дължат на психогенни фактори, също толкова са органичните причини, показва опитът на д-р Еров. По думите на сексолога 60% от диабетичите и 50% от хипертоничите имат проблеми с ерекцията. А медикаментите, които лекуват другите симптоми, много често причиняват сексуални смущения. Най-яркият пример за това са антидепресантите, които могат да доведат до еректилни смущения при мъжете и понижено либидо при жените. Същевременно точно тези хапчета са пръв помощник на специалистите в борбата с препрежвременната еякулация. Как протича един преглед при сексолог; мъжете или жените имат повече сексуални смущения; от



какво зависи един продължителен и качествен секс четете подробно в секцията за пациенти на credoweb.bg.

Проф. Петър Панчев:

#### Уголемена простата или рак - двамата често вървят заедно



Голяма част от пациентите с карцином на простатата у нас се откриват късно, а така шансовете лекарите да им помогнат намаляват. Една от причините е, че болестта често протича в сянката на доброкачествената простатна хиперплазия, казва председателя на Българското урологично дружество проф. Петър Панчев. Дълго време симптомите са едни и същи. Хората се успокояват, че заболяването им е под контрол, а през това време карциномът се развива. В пациентския форум на новата онлайн мрежа credoweb.bg всеки може да постави конкретен въпрос, който го вълнува, свързан с простатата или други урологични проблеми. Отговорите ще са от водещи наши специалисти. Даването на мнение в интернет може да ориентира пациента, но не замества посещението при лекаря за изясняването на диагнозата и лечението, предупреждават те.

През последните години се появиха някои нови диагностични методи, които предоставиха възможности както за специалистите, така и за пациентите, допълва проф. Панчев. По думите му все по-широко приложение в практиката намират ехографията и магнитният резонанс, като много често специалистите комбинират и двата метода. Това подобрява шансовете за ранно откриване на тумора и излекуването му.

Експертът припомня, че от няколко години у нас функционира програма, по която мъжете над 50-годишна възраст могат по здравна каса да си изследват PSA и да си правят преглед при уролог веднъж годишно. Карциномът на простатната жлеза е най-често откриваният тумор сред мъжете и е на второ място по смъртност след рака на белия дроб.

Д-р Мариела Хитова:

#### Слънцето влошава акнето



Мнозина смятат, че слънцето е перфектното спасение от акнето, втурват се с ентузиазъм към плажа при първа възможност, но ефектът е точно обратен. "Слънчевите лъчи удебеляват кожата, пъпките отдолу не се виждат толкова, но се задържат и наесен, когато започне по-активна експозиция на кожата, акнето набъбва повече - обяснява д-р Мариела Хитова, управител на Центъра по кожно-венерически болести в София. - Слънцето само временно замазва проблема, но всъщност акнето работи в дълбочина."

Затова още с първите по-силни слънчеви лъчи е препоръчително младежите с акне да използват слънцезащитен фон дьо тен. Това е важно, защото възпалителните лезии са силно фоточувствителни и има риск да се стигне до пигментация, което след това да усложни лечението, предупреждава специалистката. Теорията, че макияжът е противопоказан при акне, по думите ѝ е несъстоятелна. Той обаче трябва да е адекватен на типа кожа и да не е от случаен магазин за козметика, съветва тя.

Около 92% от всички тийнейджъри имат мазна кожа с комедони, казва д-р Хитова. 64% по данни на Европейската академия по дерматология страдат от различни форми на акне. Това ги притеснява, потиска ги, нарушава социалните им контакти, казва специалистката.

Златно правило е, че при почистването на кожата с акне трябва да се избягват препарати на спиртна основа, защото колкото повече се маха себумът, толкова по-активно кожата реагира компенсаторно с омазняване. Затова най-добре е да се използват подходящи за чувствителна кожа хигиенизиращи вещества - термални води, гелове.

Подходите при лечение са различни според отделните видове акне, обяснява дерматологът. При комедони са подходящи препарати, които леко излющват лицето, някои пилинги, казва д-р Хитова. Когато акнето е гнойно и свързано с бактериална инфекция, обикновено се използват антибиотици в ниски дози за период от 3 до 6 месеца. Медикаментозната терапия се комбинира с почистващи препарати, които е добре да се сменят. В крайната фаза на лечението може да се правят пилинги и лазерни процедури.





**Чавдар КИСЕЛИЧЕВ,**  
международен  
наблюдател

# Готви ли се Китай да покори света?

до Близкия изток.

За разлика от САЩ китайската външна политика се ръководи егостично само от собствения интерес. Затова китайските военнослужещи не загиват подобно на американските по територията на Афганистан, нито се опитват да поддържат мира в региони като Близкия изток и Балканите.

Китай вече се превърна във фабрика на света, напомняйки на някогашната световна роля на Великобритания. Разбира се, китайската икономика има уязвими места като изключително слабото вътрешно потребление и концентрацията на промишлеността в източните крайбрежни региони.

Редица американски политици и анализатори неслучайно си задават въпроса: може ли нещо да се направи, за да се попречи на възхода на Китай? Изводите и прогнозите в това отношение не са оптимистични. Защото, докато Западът има социално и пенсионно осигуряване, което до голяма степен изсмуква ресурсите му, то в Поднебесната империя няма здравноосигу-



рителна и пенсионна система. С това се обяснява и китайската спестовност на "бели пари за черни дни". За сметка на това Пекин разполага с огромни свободни средства, които се насочват както към индустрията, така и към стратегията за разрастване на външните интереси и влияние.

Подчертавам, че всички прогнози за китайското настъпление неизбежно са спекулативни. Но ще отбележа няколко фактора, които са в подкрепа на тезата за евентуалните стремежи на Китай да се наложи в световен мащаб. Първо, наблюдава се засилваща се неспособ-

ност на САЩ - главната пречка пред китайската експанзия, да упражняват контрол като досегашен световен хегемон. Второ, именно през най-новия период в международните отношения се засилва укрепването на японските сили за самоотбрана. Трето, ставаме свидетели на едно сближаване между Япония и Русия, което може да се обясни с китайската заплаха. И четвърто, международната политика не търпи вакуум, така че явното отстъпление на САЩ като основен фактор в НАТО или като позиция в ислямския свят отваря възможността за настъпление на Пекин.

Исторически в продължение на векове Китай е бил най-голямата икономическа сила в света до разгръщането на индустриалната революция на Запада през XVIII и XIX век. По времето на Мао страната преживя две изключително тежки сътресения: Големият скок и Културната революция. Но след Мао, под ръководството на Дън, Китай започна внушителното си икономическо развитие, което по-късно се превърна в държавен капитализъм. С тези аргументи не искам да внушавам, че на хоризонта се надига китайска опасност, но не бива да се изпуска от внима-

ние огромното влияние, което Пекин може да упражнява върху света в период на относително отслабване на САЩ и Запада и на изместване на центъра на икономическата мощ от Атлантическия океан към Азиатско-тихоокеанския регион, където Китай се стреми да наложи хегемонията си.

Така или иначе световното влияние на Китай вече е факт и се очертава вероятност за война в Тихия океан. В този ред на мисли не мога да пропусна да отбележа напрежението на Корейския полуостров, както и сблъсъка на претенциите за контрол върху безлюдните тихоокеански острови между Пекин и Токио. В случая със Северна Корея е ясно, че Китай не поддържа Пхеняна заради силни симпатии към тоталитарния му режим, но Поднебесната империя няма да допусне обединението на двете Кореи под американско покровителство. Защото Китай разглежда Корейския полуостров като буфер срещу военната мощ на САЩ. Колкото до кръстосването на шпаги между Пекин и Токио, това е реална предпоставка за военен конфликт между двете държави в близко или далечно бъдеще. А такъв военен сблъсък неминуемо ще въвлече САЩ по силата на американо-японския договор за отбрана. Казано накратко, войната в Тихия океан е напълно реална заплаха.

## СЗО: Русия да вдигне акциза върху цигарите

Световната здравна организация (СЗО) предложи на Русия до 2020 г. да повиши акциза върху цигарите 7 пъти. Ако това се случи, след седем години акцизът върху цигарите в страната ще стане 90 евро (почти 4000 рубли) за хиляда къса. Тогава един пакет ще поскъпне до 238 рубли (10,87 лв.).

СЗО твърди, че тази стъпка ще позволи да се намали потреблението на тютюневите изделия в Русия и ще се увеличи постъпването в държавния бюджет.

По изчисления на здравната организация приходите от повишения акциз на цигарите ще станат 709 млрд. рубли. За сравнение през 2012 г. сумата беше 182 млрд. СЗО обаче не спира дотук със сметките. Според техните специалисти решителната стъпка ще понижи броя на продадените за година опаковки с цигари от 15,7 млрд. на 6,6 млрд. А общият брой на пушачите ще намалее до 12 млн. души. Днес подвластните на вредния навик са над 40 милиона руснаци.



До момента министерството на финансите на Русия също е предлагало подобно, но по-бавно повишаване на акциза върху цигарите. От държавното ведомство смятат, че през 2016 г. трябва да се вдигне налогът до 1200 рубли за хиляда къса плюс 9,5

процента от стойността им.

Противниците на тези промени твърдят, че те ще доведат само до рязък ръст на сенчестия пазар на тютюневи изделия. Освен това неминуемо ще се увеличи импорът на по-евтини цигари от Беларус и Казахстан.

**ВИСШЕ УЧИЛИЩЕ  
КОЛЕЖ ПО  
ТЕЛЕКОМУНИКАЦИИ  
И ПОЩИ - СОФИЯ**

АКРЕДИТИРАНО ВИСШЕ УЧИЛИЩЕ  
С ИСТОРИЯ, ТРАДИЦИИ И АВТОРИТЕТ

**АКО ИСКАТЕ ДА ИМАТЕ МОДЕРНА ПРОФЕСИЯ И УСПЕШНА РЕАЛИЗАЦИЯ ИЗБЕРЕТЕ ВИСШЕ УЧИЛИЩЕ „КОЛЕЖ ПО ТЕЛЕКОМУНИКАЦИИ И ПОЩИ“.**

Специалности: Телекомуникационни технологии;  
Телекомуникационни мрежи; Телекомуникационна информатика;  
Безжични комуникации и разпръскване; Мениджмънт и информатика  
в телекомуникациите и пощите.

Документи за кандидатстване се приемат във ВУ „КТП“ или по електронен път чрез сайта [www.hctp.acad.bg](http://www.hctp.acad.bg).

**Конкурсен тест по математика – 28.07.2013 г.**

Приемът се извършва след класиране по бал, формиран по три начина:

- Чрез конкурсен тест по математика ИЛИ изпит/тест по математика/физика от грузи ВУ/Университет;
- Чрез матура по математика ИЛИ физика;
- Чрез матура по български език и литература.

Пълна информация можете да намерите на сайта на ВУ „КТП“

**[www.hctp.acad.bg](http://www.hctp.acad.bg) и на тел.: 02/862 10 34**



Камен ЗДРАВКОВ

Темата за невъзможното щастие на известните и великите не е нова. Много са причините за разминаването между публичния лъскав и често предизвикващ завист живот на идолите и тъгата в реалността им. Толкова, колкото са и звездните персонажи. Затова е удивително как в една стегната театрална постановка публиката може да бъде пренесена елегантно в личностните лутания на артисти, чиито имена са сред символните на XX век. В софийския театър "Възраждане" (в сградата на Столичната библиотека на пл. "Славейков") авторката Ирина Гилова успява за малко повече от час да пречупи през мигове от живота на Фреди Меркюри и Рудолф Нуреев вечни въпроси, вълнуващи човека. Текстът е изграден на базата на малко известни факти и догадки за битието на двамата творци, които може би са се познавали и лично... Но не очаквайте типично балканското хихикане от повдигнатия юрган в не-

# Последната тайна на Фреди Меркюри

чия спалня. Темата е за ранимостта на всеки човек, колкото и велик да е той, за самотата в привидно многолюдното всекидневие, за данъка "обществено мнение", който е особено висок при известните. Удивителна е приликата на актьорите Свежен Младенов и Анатоли Лазаров с Фреди, както и на Георги Златарев с Нуреев. Не става въпрос обаче само за външно сходство, а за органично сливане с образа, без това да изглежда маниерно. Решението двете същности на Фреди - познатият енергичен сценичен образ и отвратеният от публичността, уморен и болен певец, да бъдат изиграни от двама



различни актьори е оправдано. В сгъстеното сценично време това дава по-големи възможности за многопластово изграждане на характера.

Освен драматургичният текст и силната актьорска игра адмирации заслужават добре съобразената със сюжета режисура на Съни Сънински и сценографията на Невяна Кавалджиева. Малкото пространство на зрительната зала в случая не пречи да се почувства огромният свят на Фреди Меркюри и "Куин". Естествено, вплетената музика на легендарната група (слава богу не с дискотечни децибели) е особено вълнуващ персонаж в цялата пиеса.



## „Следствието „Румен Леонидов“ продължава, запомнете

стихосбирката му "Класически парчета" е била издадена от неговия връстник и на премиерата ѝ в Народната библиотека са присъствали писателите Йордан Радичков, Константин Павлов, Невена Стефанова, режисьорът Иван Андонов, вече покойници, и действащият тогава президент Петър Стоянов, който е жив и здрав и отново е тук, в залата, дошъл да почете Живко и Румен, с които е приятел от студентските години.

От името на столичното Народно читалище "Гоце Делчев-1923", основано и изградено от заселилите се в кв. "Захарна фабрика" бежанци от Вардарска и Егейска Македония, на юбилея бе връчен специален плакет с пожелание словото му да пребъде.

Освен президента Петър Стоянов и членовете на Българската академия на науките и изкуствата (БАНИ) тук бяха световноизвестният български скулптор Павел Койчев, легендарната певица Йорданка Христова, актьорите Вельо Горанов и Петя Балъччиева, социологът акад. Георги Фотев, художниците Стефан Десподов и Киро Мавров, издателите Любен Козарев, Мария Коева и Николай Захариев, теат-



ралът Владимир Люцканов, Антоанета Бачурова, продуцент на поредицата "Умно село", театроведът Роза Радичкова, литературоведът преводач Людмил Димитров, писателите Виктор Самуилов, Ани Илков, Елин Рахнев, Петър

Маринков, Силвия Томова, Ирина Баткова, Николай Палашев, Бисер Тошев, Владимир Каперски, Ася Григорова, Васил Пекунов, Йордана Каменов, Евгения Гешева, Асен Валентинов, Лора Динкова, тук бяха и отец Андон Шевулев,

номинаран за "Мъж за годината" за 2012, арх. Бисер Хантов, журналистите Андрей Захариев, Тодор Токин, Светлана Дичева, Лили Маринкова, Светла Петрова, Румен Василев, Георги Василски, Борис Арнаудов, Божо Димитров, Мария Баева, Савка Чолакова, физикът Деян Гочев, актрисата Ана-Мария Гюзелева, музикантът Ивайло Крайковски, доц. Николай Аврейски, бизнесменът Нирач Кумар, финансовият експерт Кольо Парамов и др.

Филмът предизвиква истински възторг и бе изпратен с бурни аплодисменти, а разговорите и коментарите продължиха на чаша червено вино. (ЖД)

На 11 юни "Следствието „Румен Леонидов“, телевизионният филм от поредицата "Умно село" на БНТ, събра на специална прожекция в Дома на киното приятелите и почитателите на нашия колега, за да отбележат заедно неговата 60-годишнина. Въпреки че лентата вече бе излъчена по БНТ и независимо от невиджания от години тропически порой, който се изсипа над София, част от столичния елит успя да стигне навреме и да изгледа на голям екран документалната творба на режисьора и сценарист Марио Кръстев.

Сюжетът на "Следствието..." е всъщност сполучлив опит за филмиране на "следствено дело", показващо Леонидов по време на разпит, воден от "следовател" зад кадър, като задаваните въпросите са насочени към същността на по-ранните и по-новите стихове на поета, а в отговорите им той дава обяснения на мотивите да ги напише. Финалът на филма е заснет

в храма "Св. Георги" в с. Златолист, намиращ се на един хвърлей от гр. Мелник. В този храм е живяла неканонизираната от БПЦ, но обявена от народа за светица Стойна Димитрова, наричана от всички преподаваща Стойна. Тази година се навършват 130 години от рождението ѝ и 80 години от нейната кончина и Леонидов се е зарекъл да ѝ посвети специална книга, защото е убеден, че нацията ни има крещяща нужда от духовни примери и духовно извисени държавници, че само нов премиер не ни стига, а народът се нуждае от нов пример за поведение и за подражание.

Преди прожекцията Румен Леонидов се обърна към присъстващите в препълнения киносалон с кратко слово, в което обяви, че посвещава вечерта на своя най-добър приятел Живко Желев - телевизионер, публицист и белегист, който след троен инсульт мъчително бавно се възстановява. Леонидов припомни, че точно преди петнайсет години



## Сатиричен театър Алеко Константинов

ГОЛЯМА СЦЕНА

НАЧАЛО: 19:30

21 Юни, Петък  
23 Юни, Неделя  
**Премиера**

24 Юни, Понеделник  
25 Юни, Вторник  
26 Юни, Сряда

27 Юни, Четвъртък

**ОЩЕ ВЕДНЪЖ ОТЗАД  
СПАНАК С КАРТОФИ**

**ОНОВА НЕЩО  
ОТКАЧЕНА ФАМИЛИЯ  
ЕДНО МАЛКО РАДИО**

**СПАНАК С КАРТОФИ**

от Майкъл Фрейн  
от Золтан Егреш

от Христо Бойчев  
по Рей Кун  
от Мая Новоселска,  
Teju Москов и Борислав Стоилов  
от Золтан Егреш

www.satirata.bg

Билетна каса: 02 988 10 60



Представа за заобикалящи ни свят ние получаваме чрез своите зрителни, слухови, осезателни и обонятелни анализатори. За разлика от повечето животни обаче постъпващата в главния мозък информация от нашите обонятелни анализатори съставлява едва 5%. Може би поради подценяване ролята на т.нар. химическа комуникация в живота на човека ние разполагаме с най-малко знания в тази област - първите позадълбочени сведения за обонятелните рецептори и организацията на тази система бяха получени едва преди няколко години. Те са дело на американските учени Ричард Аксел и Линда Бак, които през 2004 г. бяха удостоени с Нобелова награда. Всъщност



Линда Бак

# Обонянният загадка за у

получените от тях резултати, както и от останалите изследователи, работещи в тази област, поставиха много повече въпроси, отколкото отговори дадоха. Засега все още не се знае точният механизъм на действие на обонятелните рецептори, както и кои вещества и по какъв начин моделират нервнo-психическото състояние на човека, предизвиквайки промени в неговото по-

ведение в изключително широк диапазон - от блаженство, спокойствие и благоразположение до тревожност, агресивност и ярост.

Обонятелните клетки на човека са няколко десетки милиона. Разположени са в носната кухина на нивото на очите и общата им повърхност е около 25 квадратни сантиметра (у кучето тя е цели 6 квадратни метра!). При вдишване на-

миращите се във въздуха газообразни вещества дразнят обонятелните рецептори, разположени на повърхността на тези клетки, които изпращат съответен електрически импулс в мозъка. Обонятелните рецептори са единствените, които имат пряка връзка с него, докато другите се свързват с "главния компютър" на нашия организъм чрез "посредници".

## Парфюмите като част от арсенала на знаменитостите

Наименованието "парфюм" произлиза от латинските думи "per fumus" (чрез дима), което прави алюзия с първоначалното използване на ароматните вещества - хвърляли са ги в огъня. Според преданието първият парфюм "Eau de la Reine d'Hongarie" е дело на монах отшелник, който го приготвил за унгарската кралица, смесвайки спирт, розова вода и масло от розмарин. Откритието на италианеца Маурицио Франджипани, който изобретил начин за запазване и комбиниране на различните ароматни вещества чрез разтварянето им в спирт, разкрило необятни възможности за развитие на парфюмерийния отрасъл.

### Еликсир, надарен с мистериозни свойства,

люксови привилегии на знатни особи, средство за духовно блаженство и съблазняване, парфюмът оставя своя траен отпечатък в човешката история. Изключително благодатна почва за разцвет и развитие парфюмът получил във френския двор. Негов горещ почитател била властната и честолюбива Екатерина Медичи, за която любимият ѝ придворен астролог, парфюмерист и отровител Рене с еднакво умение приготвял както

изящни парфюми, така и коварни отрови, чрез които тя се разправяла с противниците си. По време на крал Луи XIV ароматите били използвани от кралските и другите важни особи за прикриване на нелицеприятните телесни миризми, които буквално преливали поради отчайващо ниската лична хигиена.

В началото на XVIII век италианецът Джовани Фарина, който се преселил в Кьолн, изобретил одеколona или т.нар. кьолнска вода (Eau de Cologne). Неговото откритие едва ли щяло да получи ши-

роко разпространение, ако не било необичайното пристрастие на император Наполеон Бонапарт, който ежедневно се къпел с него. По време на заточението му на остров Света Елена, след като привършил любимия одеколон, великият диктатор създал собствена ароматна композиция на основата на бергамота, на която дал наименованието тоалетна вода (Eau de toilette), запазено и до днес.

До появата на знаменития парфюм Шанел №5 през 1921 г. използваните парфюми били моноароматни - с определен, най-често цветен, аромат - на роза, гардения или жасмин. В плен на своя артистична прищявка известната парижка модна дизайнерка Габриел Шанел, позната като Коко Шанел, с посредничеството на своя фаворит - руския княз Дмитрий Романов, поръчва на руския емигрант-парфюмерист Едуард Бо създаването на нов тип

### парфюм с "дъх на жена".

В своята работа Бо приложил съвсем нов, нестандартен подход, опирайки се на използването на достиженията на синтетичната химия и в частност на морето от необичайни аромати, които предоставяли алдехидите. Казват, че от многото представени ѝ моестри Шанел избрала тази с №5, в която всъщност създателят бил обърнал съотношението на осемдесетте съставки. В продължение на почти столетие много аромати и парфюми идват и си отиват, но ненадобимият „Шанел №5“ остава неподвластен на времето, недостижим в съвършенството си. Плоското кристално флаконче със знаменития парфюм било винаги в чантчиката на Жаклин Кенеди.



Този аромат бил любим и на съперницата ѝ Мерилин Монро. На въпрос на журналист с какво предпочита да спи очарователната блондинка отговаря просто: "С две капки Шанел №5".

В желанието си да възроди отминалата слава на арабските земи в края на миналия век принцът на Оман Саид Хамаду основава търговската къща Atouage, която през 1982 г. създава

### изящния Atouage gold от класа "ултралукс",

дело на знаменития Ги Робер. В състава на парфюмите с тази марка влизат 120 компонента, между които специален сорт тамян, оманска скална роза, амбра, масло от бергамот, жасмин, ванилия, сандалово дърво, илан-илан, пачули и др. Между горещите му почитатели са светски знаменитости, както и филмови, музикални и спортни звезди.

### V1 е истинско бижу и невероятно достижение,

дело на известния Артур Бърнхам. Според него формулата му е заимствана от египетски йероглифи, за чието декодиране били необходими цели две години. За да стигне до творението си, което отнело пет години, той използвал комбинация от тридесет вида рози и други тайни ароматни субстанции. Флакончето на парфюма, което е изработено от бяло злато, инкрустирано с диаманти и рубини, е дело на главния дизайнер на прочутите автомобили „Ролс Ройс“. Цената на V1, от който са изработени само 475 броя, е 75 000 долара. Притежатели на безценните флакончета стават световни знаменитости като Майкъл Джексън, Майк Тайсън и Елизабет Тейлър.

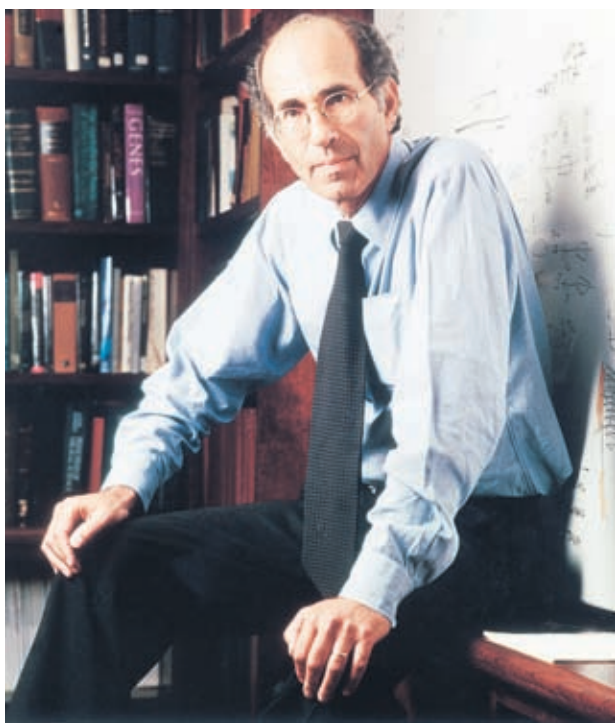
### Недостижим като цена е Clive Christian

на едноименния британски дизайнер. Парфюмът се предлага в умопомрачителен флакон, инкрустиран с бели брилянти и осемнадесеткаратово злато. Неговата цена е... 435 хиляди долара!





# о все още е цените



Ричард Аксел

Фактът, че ароматите оказват определено въздействие върху физическото и психологичното състояние на човека, е бил известен на нашите предци още в дълбока древност. Благовонни масла и разнообразни ароматни композиции широко се използвали в древния Египет

- за балсамиране на фараоните, както и при различни жертвоприношения на боговете. В тези далечни времена основни производители и търговци на благовония (канела, сандалово дърво, здравец, лавдан, шафран, мускус, цибето-

ва мас, камфор и др.) били арабите, които най-добре познавали технологиите за тяхното добиване и съхранение. Подобни продукти (амбра, алое, жасмин, розова вода) широко се използвали в Сирия, Вавилон, Индия, Китай и други страни на Изтока. С годините изброените ароматни субстанции се разпространили в Гърция, а по-късно и в Римската империя, където се използвали още тамян, миро, джинджи-фил и ванилия. Благовонията били използвани навсякъде - в храмовете, по време на тържествени церемонии, погребения и пирове, както и за ароматизиране на помещенията, брачното ложе и дори фонтаните. Клеопатра заповядала с ароматни масла да напръскат дори платната на кораба, с който за първи път посрещнала Марк Антоний, а с рози да покриват пода на каютата, в която те прекарвали нощта. По онова време благовонията се ценели повече от златото и робите.

## Уханията в помощ на бизнеса

Редица изследвания доказват, че ароматите имат отношение и към... бизнеса. Използвайки свойствата на различни етерични масла да "моделират" нервно-психическото състояние на човека (да подобряват настроението, да понижават кръвното налягане, да снемат депресията и да извикват оптимистични чувства), американският психолог А. Хирш, пионер в изследването на психологическото въздействие на ароматните вещества, доказва, че те са прекрасно средство за повишаване на работоспособността в предприятията и повишаване на оборота в търговските обекти. В редица японски фирми в определено време на деня по системата за кондициониране на въздуха се подават определени ароматни композиции, с което се постига повишаване на продуктивността на работниците с цели 50% и намаление на броя на допуснатите грешки с 20%. Според изследователите в американската служба за маркетинг на ароматите използването на различни специално подбрани композиции води до повишение на продажбите от 15 до 20%. Това било наблюдавано при разпръскването на изкусителното ухание на прясно изпечен хляб сред купувачите в супермаркетите и големите магазини. Специалистите в бранша препоръчват във фойетата на скъпите хотели да се разпръсква аромат на манго, а офисите на туристичес-

ките фирми да ухаят на кокосово масло. В битката за потенциалните клиенти в наши дни големите автомобилни гиганти плащат безумни хонорари на специалисти, които разработват композиции-атрактанти за ароматизиране на салоните на автомобилите, слизащи от конвейера.

Има убедителни данни, че различните ухания могат да бъдат отличен помощник и при бизнес преговорите и деловите срещи. Някои от тях (ванилия, кафе, грейпфрут, иланг-иланг) са способни да предизвикат благоразположение у бизнес партньора, отпускане или отслабване на бдителността и вниманието, което може да помогне за сключване на желаната сделка. При трудни и продължителни съвещания, на които се вземат важни решения, е добре да се използват аромати, които действат стимулиращо и ободряващо и повишават вниманието и способността за концентрация (розмарин, бергамот, лимон).

**Ароматните вещества, огромната част от които са съхранили в себе си неизчерпаемата енергия на слънцето, осъществяват онази връзка с живата природа, даряваща радост, оптимизъм и душевна енергия, от която в съвременния урбанизиран и високотехнологичен свят ние безнадеждно се откъсваме.**



## Да съчетаем полезното с приятното

Изключително интересна и перспективна е ароматерапията, изкуство, което е било познато още в дълбока древност. В света съществуват над 3000 ароматни растения, чието ухание има най-разнообразно въздействие върху човешката психика. Повечето от тях се използват за добиване на етерични масла, които продължително и в концентриран вид запазват техния аромат. Например маслото от иланг-иланг има благотворно въздействие върху сърдечносъдовата система - понижава артериалното налягане, сърцебиенето и пристъпите на стенокардия. То е и известен афродизиак. Лавандуловото масло действа успокоително, нормализира съня и подобрява настроението. Ароматът на лимон е отличен антидепресант, подобрява самочувствието, стимулира умствените способности, концентрацията и бързите реакции. Доказано е, че неговият аромат в автомобила намалява броя на пътните инциденти. Розовото масло има антидепресантно, успокоително и тонизиращо въздействие. По думите на Авицена то "повишава умствените възможности и подобрява мисловната дейност". Освен това то също е признат афродизиак. Маслото от розмарин е най-силният стимулатор сред етеричните масла - подобрява паметта, понижава умората, прави по-ясна мисълта, създава чувство за увереност.



Не се препоръчва използването му, ако в дома има домашни животни, тъй като предизвиква у тях тревога и превъзбуждане. Ванилията има невероятната способност да подобрява настроението, да внушава благоразположение и склонност към доверие и добри чувства.

Смята се, че етеричните масла стимулират имунната система, с което упражняват общоукрепващо въздействие върху организма. Редица изследвания доказват, че съчетанието на антибиотиците с ароматерапия води до почти десетократно увеличение на ефекта от тяхното действие. Факт е, че жените са по-емоционални и по-податливи към въздействието на ароматите. Като правило те са и с по-добро обоняние от мъжете. Научно доказа-

но е също така, че умните хора имат по-добро обоняние от по-глупавите.

Научната дисциплина, която се занимава с изследването на психологичните ефекти на ароматните вещества, се нарича аромакология. И въпреки че в тази област се правят първите крачки и далеч не всичко е известно, очевидно е, че ароматните вещества отключват разнообразни биохимични процеси в човешкия организъм, които предизвикват изменения във функциите на различните негови органи и системи. Натрупаният опит показва, че ароматерапията може с успех да се използва за въздействие върху психо-физическото състояние на човека, както и за профилактика и лечение на широк кръг заболявания.



# Лятната бригада - уникален шанс за емоции и финикийски знаци

"Представете си, пуснах мухата в моята компания и 9 човека решихме да скочим с парашут над Хаваите. Първия бяха момичетата, след което трябваше да скочим с още едно момче. Нямахме връщане назад, щеше да е срамота, все пак ние сме мъжете. Всеки прикриваше неминуемото притеснение, но когато се окажеш сред лазурното небе над тропическите острови - забравяш всичко." С тези думи 23-годишният Георги Василев разказва за един от най-вълнуващите моменти по време на бригадата му в САЩ миналото лято.

До средата на юни повечето участници в тазгодишните work and travel приключения в Европа, Северна Америка и Австралия вече трябва да са пристигнали в страните, където им предстоят много емоции, а и ще попълнят бюджета си.

"За повечето млади хора това е първото толкова продължително и далечно пътуване, така че естествено има притеснения" - обясни мениджърът на фирма-посредник Иво Борисов. Според думите му най-изморително е подготвянето на документите за заминаването и уреждането на условията там - от намиране на оферта от работодател, през купуването на самолетния билет, интервюто в американското посолство за кандидатстване за виза, до наемането на подходяща квартира. "Само нашата фирма е изпратила над 10 хил. студенти на бригада отвъд Океана - от Аляска до Мериленд на източното крайбрежие на САЩ в рамките на 11 години, така че няма място за тревоги" - каза Иво Борисов.

В зависимост от условията на приемащата ги страна, от заплащането и, разбира се, от разходите след 3-5 месеца упорит труд някои младежи се връщат с по 10-12 хиляди долара в джоба. Други излизат на нула, но и тогава си заслужава, защото емоциите и невероятните спомени са безценни" - категоричен е Георги Василев, който две поредни лета участва в бригади в САЩ. През горещите месеци на 2011 и 2012 г. той е работил усилено на едно страхотно според него място, наречено Incline Village в щата Невада. "Работихме за една от най-големите хотелски вериги в САЩ, която се оказва изключително коректна", допълни 23-годишният сту-

дент. След 4 месеца при средно 45 работни часа на седмица със заплащане от \$9-10 на час той приема 20-дневно пътуване с приятелите си из Щатите. От Лас Вегас, през Гранд Каньон, Калифорния, Сан Франциско, Санта Круз, Санта Барбара, Лос Анджелис, Санта Моника и, разбира се, Ню Йорк. Прибира се в България и не само покрива изтегления кредит за бригадата, но му остават и още средства.

Независимо дали са в САЩ, Великобритания, Австралия, Холандия и т.н., българските младежи заемат най-различни позиции в зависимост от желанието и възможностите си. От берачи на плодове, през крупната, служители в магазини, в увеселителни паркове, бармани, спасители, сервитьори, охранители на паркове, камериери, готвачи, аниматори и др. "Няма срамна работа", категорична е Екатерина Тодорова, която е студент и до този момент не е работила по специалността си, а се издържа от почасова работа на различни места и следващо-

то лято е решена да заминат на бригада.

Според мениджъра Иво Борисов през последните години университетските преподаватели все по-често проявяват разбиране: "Постепенно те осъзнават, че студентите заминават на бригада преди края на семестъра не само за да спечелят пари. Тези пътувания са своеобразен културен обмен, а освен това възпитават трудови навици и умения за работа в екип".

Всяка година има студенти, които молят преподавателите за по-ранни дати за изпити или за индивидуално явяване. Причината е, че активният летен сезон в приемащите страни започва от средата на май. Второто десетдневие на юни е може би последното време, подходящо за заминаване, за да могат студентите бързо да свикнат с работата и да се чувстват подготвени. Голяма част от професорите и доцентите влизат в положение на бригадирите, но някои категорично отказват подобен тип индивидуално изпитване и оставят възпитаниците си за септемврийската сесия.

Друго основно препятствие е интервюто в американското посолство за издаване на разрешително за работа. Няма разписана схема как точно протича разговорът. За кратък период от време от там минават стотици млади хора и е трудно да се отсеят мигновено според мотивацията и възможностите им. В случай на отказ повечето коректни фирми - посредници за бригадите, връщат пълната сума, внесена за пътуването, а



понякога и стойността на самото интервю (\$160). Затова четете внимателно договора, който подписвате!

Сред най-честите въпроси на кандидатите за бригада са колко струва. За САЩ пълният пакет с осигуряване на работна оферта таксата е между \$900 и \$1300. Ако сам си намериш работа, излиза значително по-евтино. Отделно се заплаща самолетният билет, чиято цена е различна и зависи изцяло от дестинацията и авиокомпанията. За мераклиите да работят и пътуват отвъд Океана цената на билета варира между \$500 и \$950. Сумите, които отиват за квартира и храна, ако не са осигурени от работодателя, също са в широки граници. Бригадите в Европа излизат много по-евтино, но и условията са различни. Лицензирани фирми-посредници в България предлагат работа и пътуване за студенти на Острова, във Франция, в Испания, Гърция, Южна Африка и т.н.

Страницата подготви  
Мирослава  
КИРИЛОВА

## Младите хора се превръщат в посланици на културата

Мира РАДЕВА,

преподавател в Пловдивския университет "Паисий Хилендарски" и ръководител на Института за социални изследвания и маркетинг МБМД

**- Г-жо Радева, какво е отношението ви към студентските бригади?**

- Естествено, че е положително. Това е уникален опит. Навремето ходехме както на ученически, така и на студентски летни бригади и пазим чудесни спомени. Винаги обаче е имало противници на такива дейности с доводи, че това е експлоатация на детски труд, пратосано време и т.н. Пълни глупости! И днешните бригади възпитават ценни трудови навици, изгражда се умение да се справяш самостоятелно, общуваш с различни хора и ти остават незабравими емоции. Обикновено на този тип пътувания се събират млади и интелигентни хора, които учат престижни специалности в собствените си университети. Младите хора се превръщат в посланици на собствената си култура и сравняват стандартите си с друга среда.

**- Като преподавател толерантна ли сте към студентите, желаещи да заминат през лятото?**

- Определено да. Изпитвам ги индивидуално, назначаваме по-ранни дати за изпит, само и само да се вмести в поставените срокове. Голяма част от колежите ми обаче не са така толерантни.

**- Има ли все пак експлоатация на младите хора от гледна точка на тежък физически труд и ниско заплащане?**

- Отмина времето на поговорката "Учи, мама, да не работиш". Младежите трябва да бъдат възпитавани да се трудят, защото не можем вечно да ги държим под крилото си както квацката - пиленцата. Моето мнение е, че изграждането на професионална биография трябва да започне още от ученическа възраст - 9-и, 10-и клас. През лятото тийнейджърите спокойно могат да полагат по няколко часа някакъв труд, а така ще оценят и стойността на парите, както и положените усилия.

**- Какъв е вашият съвет към родителите?**

- Съветвам ги да престанат да се страхуват за децата си и да им дадат възможност да се изградят като самостоятелни личности. Разбира се, че ще се справят. Ще дам пример, за да не съм голословна. Много мои близки ме упрекваха заради това, но аз не съжалявам. След като дъщеря ми завърши училище, тя си имаше приятел и си поговорихме с нея, че трябва да отиде на квартира. Разбира се, това не означава, че съм вдигнала ръце от нея. Плащах наем, давах ѝ пари, за да се издържа, както и за обучението ѝ. Излезе ми по-скъпо, отколкото ако беше останала у дома. Но пък е безценен урокът, който получи. Научи се да се справя сама - да си готви, да почиства системно, да пазарува, да плаща сметките.

По същия път върви и синът ми.

## СЪВЕТИТЕ НА СПЕЦИАЛИСТИТЕ:

1. Ако си кандидат за бригада, най-добре е подаването на документи и разглеждането на оферти да започне в края на октомври до началото на ноември. Тогава работните позиции са най-много и лесно може да се намери нещо подходящо. Освен това повечето фирми-посредници предлагат преференциални цени за ранни записвания.
2. Често притеснение на младите хора, пътуващи зад граница, е, че не знаят добре езика. От подаването на документи до заминаването обаче има достатъчно време за усъвършенстване на речта. Запишете се на курс, разговаряйте по няколко минути с близки и приятели на чужд език, за да се упражнявате.
3. Работодателите все по-често търсят служители с международен опит, придобит от бригади или обучения в чужбина.
4. Ако имате притеснения относно финансирането, се предлагат подходящи банкови кредити с ниски лихви, предназначени специално за студенти, заминаващи на бригада. Често и самите фирми-посредници предлагат финансиране.
5. Дори и това да е първата ви работа - не се тревожете! Настаняващата компания се съобразява с образованието, квалификацията, практическия опит и личностните данни на кандидата до момента на кандидатстване.
6. Предвидете си разходи за превоз до местоработата, ако са необходими, както и джобни пари до изплащането на първата заплата.
7. Използвайте времето, в което сте в чуждата страна, за да се докоснете до местните дух, общество и култура. Програмите дават уникален шанс да пътувате, да усъвършенствате езика си и да се запознаете с традициите и начина на живот на друга нация.



# Гласът на гражданите

Сред милиарди фейсбук потребители по целия свят българите са първите, които организираха масови протести с помощта на социалната мрежа.

Публикуваме съвсем малка извадка от коментарите на хората във Facebook, Tweeter и форумите в интернет. Единственият критерий за подбор беше текстовете да са написани на кирилица, да съдържат конкретни мнения и да запазват коректен тон, без лични обиди и квалификации.

● Някои политици се правят на учудени защо излязохме по улиците. Не разбират какво му е на Делян Пеевски. Ами ще им припомним - на 21 г., без никакъв опит стана шеф на борда на пристанище "Варна". След това "по изключение", без необходимия стаж - избран за следовател, а сега се оказва най-подходящият за шеф на ДАНС, та чак променяха законите заради него. Наистина ли ни мислят за малоумни?

● Пеевски си тръгва - кочината обаче остава. Тази конструкция - заговор между държавна власт, банка, публичен ресурс, медийни шпицкоманди - трябва да бъде разградена. Всеки следващ Пеевски ще е слуга на мафията, а ние - заключени в капан. Има системен проблем за решаване - затова днес в 18.30 пред МС - вземете си повече неща, които създават шум, а защо не и музика - китари, барабани, дайрета и др. Нека посвирим и да потанцуваме - много има за риене още.

● Време е България да стане правова и нормална държава. Точка!!! Всички там!!!! Опитите да определят гражданите на площадите като манипулирани, изпратени от партии, платени и подкупени само ще засилят недоволството и енергията ни за промяна. Всеки може да дойде и да види по протестите образувани, интелигентни и нормални хора.

● Случващото се е напълно логично, като погледнете какви приоритети обяви новата власт от самото начало - да върне пушенето в ресторантите; да върне доносниците в министерствата; да допусне незаконното строителство; да реанимира вредния за България и за децата ни проект АЕЦ "Белене"... Защо се учудвате тогава, че се опитаха тихомълком да назначат тази персона за шеф на тайните служби?

● Знам, че не разбират защо масово хората са тук, и се опитват да го обяснят със схема (платени, политически, организирани, може би ще има и провокации от такива), но за повечето хора тук няма такава. Протестът е срещу тяхната схема.

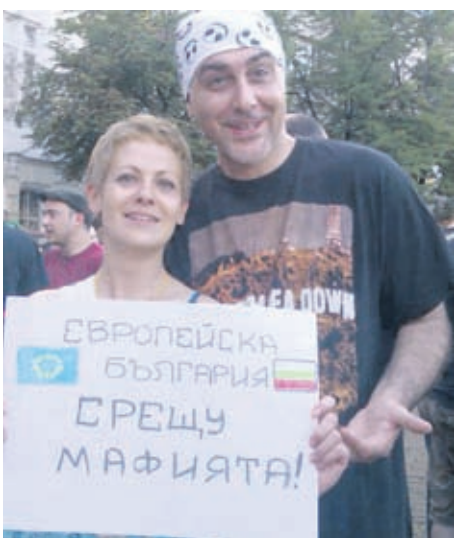
● Не съм виждала по-голяма наглост и подигравка с хората и с държавността. Ако не бях на работа, щях да съм сред протестиращите.

● Браво и отстоявайте исканията докрай! Ние в Лондон сме с вас!

● Като в оня виц:  
- Две бири 3 лева, една салата 2 лева, ако мине, 3 лева.  
- Какво е това "ако мине"?  
- Е, не мина...

● Това е моята България - по площадите в отстояване на истината! Мислех, че съм я загубил завинаги.

● Каква красота е на протеста! Красиви, млади хора, които знаят какво искат! Кеф! Остава да се появи и подходя-



ща личност да обедини и да огласи исканията.

● Бях и видях - млади хора с деца, с бебета, с колела, с кучета... нямаше луди, нямаше лумпени, нямаше мрак! Значи... има надежда!!!

● Протестиращите са граждани на България! Няма значение от коя партия са. Каузата е обща.

● Всички господа управляващи трябва да си подадете оставките, след като не сте достойни да си кажете мнението и сте безгласни букви там, в парламента, и чакате само за кворум и какво ще ви се каже да правите - вие сте позор за поста, който заемате, не мислите ли?

● Няма как оттеглянето на Пеевски да реши проблема, заради който сме на улиците. Самият факт, че го издигнаха и наложиха, показва какви са реалните мотиви на управляващите да взимат решения. Господа, цяла България очаква да поемете отговорност и да напуснете политическата сцена!

● Толкова хора не помня от 1990 година да е имало. И най-вече интелигентни, млади хора, които не са агресивни. Енергията е много позитивна, независима от кордоните полицаи.

● Това, което Борисов успя да нап-

рави за рейтинга на БСП в продължение на 4 години, Станишев съсипа за 15 минути. За съжаление погребя и партията, която изхранваше няколко поколения Станишеви.

● Моят гняв е насочен към опита страната да бъде взета на ръчно управление от най-отвратителните кръгове, задкулисието да излезе на авансцената, да бъдем унизени като общество и държава.

● Този протест е от друг тип. Той е съставен от активната част от населението, от работещите и плащащи данъци млади хора. През февруари излязоха на протест хората, които не могат да си платят сметките. Сега излязоха хората, които "платят сметката" в държавата. За пръв път виждаме протест на младите образовани хора! Виждаме протестиращи, желаещи чиста и подредена държава! Хора, изкарващи сами парите си и желаещи да се нарекат "средна класа"!

● Нещо хем тъжно, хем окуражително от последните дни - абсолютно същите хора бяхме на абсолютно същото място преди 22 години по абсолютно същите причини. Не обичам революции, не обичам сътресения, предпочитам стабилността и предвидимостта пред екстравагантните решения. Не смятам, че протестите по принцип са инструмент за управление. Предварителните избори ще доведат до нестабилност безспорно, но това управление ще ни затрие... В момента просто нямаме друг ход: 18.30 - довчера.

● Аз вярвам в чудеса! Ще се появи нещо ново и смислено, няма как.

● Политиците са само говорещото лице на икономическото статукво. Те заради това си идват един след друг и си отиват. Но истинската болка на България е безкрайният икономическо-олигархичен ад. Трябва да се вика пред офисите на олигарсите, които от години участват в мрачното българско задкулисие. Не можеш да победиш олигархията, като унищожаваш нейните картонени фигури. Олигархията трябва да бъде накарана да се страхува. Защото - викаш срещу едната картонена фигура, а те ве-

че ти готвят нова - лъскава, прилежна и гнусна...

● Има ли смисъл от протестите, ако няма алтернатива? За мен отговорът е ДА, защото който и да остане/дойде на власт след това, ще знае, че е подвластен на граждански контрол и че не може безнаказано да залага или да се поддава на рекет.

● Премиерът ще да е получил нещо страшно, ужасно много в замяна на това да си плюе на честта и да си направи такова публично хакари. Досега във Вселената не съм видял нищо случайно случило се.

● Най-глупавото нещо, което може да ни се случи сега, е да има предсрочни избори, преди да са променени изборните правила (Изборният кодекс), на които криминално-олигархичният модел ще се възпроизведе за пореден път, а в парламента ще се набута някой нов политически "проект".

● Днес обаче станяхме свидетели и на нещо, което трябва да спрем в зародиш. Сред хилядите позитивни, ведри, интелигентни лица имаше и една група видимо различни персонажи, които дойдоха с бесилка, крайни лозунги и заплахи от името на "народа", имаше и хора, които налитаха на репортерската кола на ТВ7... дали това е провокация, дали е солова инициатива, опит за екстремизиране на протеста, само можем да гадаем.

● Само да съм чула повече, че младите са неграмотни, неначетени, че нищо не ги вълнува - тази вечер бях горда с тези от тях, които тук, в София, заявиха позицията си - те знаят какво искат и ние им го дължим - като родители, като общество, като народ. Да сте здрави, щастливи и да постигнете мечтите си, мили момичета и момчета. Да работите, раждате и постигате успехите си тук, в родината си!

● Да се окажеш по-глупав политически от предходните юнаци е наистина впечатляващо постижение! От следващата есен всички курсове по политически науки могат да започват с тази история.



Със Силва  
Рангелова  
разговаря  
Бойка  
Велинова

# Застраховката „Живот“ е инвестиция в бъдещето



**Кризата принуди българина да заделя „бели пари за черни дни“ и в банките вече има над 50 милиарда лева в депозити. Но трезорите са една от най-консервативните възможности нашите спестявания да са на сигурно място и да „работят“ за нас. От друга страна, темата за създаването на „личен портфейл“ от финансови инструменти звучи съвсем като привилегия за хора с високи доходи и дебели банкови сметки. А това съвсем не е така. Една от алтернативите на депозита са различните видове застраховки „Живот“, които могат да бъдат предложени „по мярка“ за всеки бюджет, възраст и изисквания. Подробно представени и правилно обяснени, те могат да станат - въпреки ограниченията ни доходи и куп сметки за плащане - елемент от нашата предвидливост в случай на неблагоприятни събития.**

**Г**-жо Рангелова, да вземем за пример един млад човек, 35-37-годишен, с нетен доход 800 лева на месец. Можем ли да говорим за заделяне на средства и как да бъдат най-практично разпределени те?

- Потребностите от сигурност и финансова стабилност на всеки етап от житейския ни път са различни. Защитата на живота и запазването на стандарта, т.е. на качеството на живот след пенсиониране обаче са от първостепенно значение и за това трябва да се мисли още в по-млада възраст. В зависимост от приоритетите за съответния човек и за неговото семейство и в съответствие с неговите възможности и желания бихме могли да препоръчаме „личен портфейл“. Чрез него могат да се гарантират доходи при нетрудоспособност от злополука и тежко заболяване или покритие на медицински разходи, включително лечение

в чужбина. Отделно може с малки вноски да се подсилят допълнителна пенсия или стипендия за обучение на децата или да се зададат параметри за очаквани инвестиционни резултати след определен период от време. Удовлетворителна е голямата гъвкавост по отношение на хоризонта, който човек може да си планира - от една до десетки години напред. Всичко е въпрос на планиране и на предвидливо разпределение на парите, с които разполага, след реалистичен анализ и лесни конкретни стъпки. Дори един невисок доход може да бъде „окастрен“ от излишните разходи с визия за бъдещата сигурност.

**- Защо да изберем животозастраховането? Каква е философията на тези продукти и практическата полза от тях?**

- В агенцията се срещнахме с такъв случай: IT специалист над 30 години с добри доходи се свърза с нас и поиска оферта за застра-

ховка „Живот“. След като заедно преценихме неговите нужди и възможности, той сключи застраховка. След около две години при нас дойде съпругата му, от която разбрахме, че за голямо съжаление той внезапно е починал. Той имаше бизнес и заеми, които тя самостоятелно нямаше възможност вече да покрива. Така в един изключително труден за семейството момент благодарение на нашата намеса тя успя да запази бизнеса и стандарта на живот.

Застраховката „Живот“ носи редица предимства за своите притежатели. Тя е гъвкав и достъпен начин всеки да си гарантира финансова подкрепа в ситуации, когато са застрашени здравето и трудоспособността или способността да се обезпечават начинът на живот, с който сме свикнали. Една спестовна застраховка „Живот“ може да се окаже добър вариант не само да се получат данъчни облекчения, но преди всичко да се спестят средства за годините след активната трудова заетост, когато основният доход се формира от пенсия.

Застраховката „Живот“ носи редица предимства за своите притежатели. Тя е гъвкав и достъпен начин всеки да си гарантира финансова подкрепа в ситуации, когато са застрашени здравето и трудоспособността или способността да се обезпечават начинът на живот, с който сме свикнали. Една спестовна застраховка „Живот“ може да се окаже добър вариант не само да се получат данъчни облекчения, но преди всичко да се спестят средства за годините след активната трудова заетост, когато основният доход се формира от пенсия.

**- Хората търсят и допълнителни изгоди, защото хем бюджетите ни са ограничени, хем доходността по влоговете става все по-ниска.**

- Така е, и допълнителните ползи съвсем не са пренебрежителни. Човек може да си върне до 10 на сто от платените данъци през годината заради вноските по застраховка „Живот“, което е в синхрон с европейското законодателство. Правоимащи са хора на трудов договор, по договор за управление и контрол, собственици на фирми, свободните професии, както и хората,



които получават доходи от наеми.

Все по-актуален става и въпросът с наследяването - без излишни формалности и никакви такси в полицата просто можете да изброите имената на желаните наследници. Наследените суми, независимо от размера им, не се облагат. Друга практическа полза е, че застраховката „Живот“ е несеквестрируема и не може да служи за удовлетворяване на други кредитори.

При развод средствата в личната застраховка също не подлежат на подялба.

Всеки човек, независимо дали е работник, служител или работодател, се нуждае от адекватна застрахователна защита. Това се споделя и разбира от нашите клиенти.

Моят съвет към хората е да възприемат животозастраховането не като алтернатива, а като дългосрочна възможност и инвестиция в бъ-

дещето - нашето собствено и това на децата ни и на хората, които обичаме и за които се грижим.

**- Разкажете, моля, още случаи от вашата практика в последно време.**

- Когато хората разчитат на допълнителна защита чрез своята полица и вноски, те си я и получават. Наш клиент си счупи крака и не можеше да ходи на работа, а и лечението се оказа скъпо. Факт е, че ние му изплатихме полагаемото покритие и той си разполагаше с парите много преди здравната каса да отпусне болничните.

Има и такава тенденция: медицински центрове правят застраховки на своите лекари, за да имат защита в случай на претенция от страна на пациенти.

**- Как да изберем подходящата компания, на която да поверим средствата си?**

- Препоръчвам ви да проучите внимателно, като най-напред задължително проверите дали е вписана сред лицензираните на сайта на Комисията за финансов надзор. Компанията, на която ще поверите средствата си, трябва да има добър имидж в обществото, международен опит и традиции в управлението.

И не на последно място, внимателно прочетете общите условия на съответния продукт и задайте своите въпроси. Може да поискате разяснение, анализ и препоръка за вашия личен портфейл от внимателно подбран и доказал се с опита си съветник.

**По своята същност застраховката „Живот“ се дели на рискова и смесена (рискова със спестовен елемент), пенсионна (или рентна) и здравна застраховка. От своя страна всяка застрахователна компания предлага освен широко популярните застраховки и множество техни разновидности. Тази застраховка има два аспекта - инвестиционен и осигуряване на бъдещи средства на тези, които зависят финансово от застрахования, при преждевременна смърт. Инвестиционният аспект е важен, тъй като има данъчни облекчения при внасяне на премиите, а в бъдещ период се превръща в допълнителен доход. Застраховката „Живот“ е несеквестрируема и не може да служи за удовлетворяване на други кредитори. При развод средствата в личната застраховка не подлежат на подялба. Наследяването става без излишни формалности и никакви такси, като в полицата се изброяват имената на желаните наследници. Наследените суми, независимо от размера им, не се облагат.**



ИМЕНАТА НА НАША ЛЕКАР-ТЪ ВЪВЕЩА "ЛУХЪТ НА ЗДРАВЕТО"

НАМЕТКА

ФOLKPЕСЕН НА ПРЕСЛАВА

РУСКИ КОСМОНАВТ

УДАР ПО ЛЕ-ТЯЩА ТОПКА

ЯДОВНО ЛЕВЯДНО РАСТЕНИЕ

НАША АКТРИСА И ПОППЕВИЦА

ЦИГАНИН, СКИТНИК, ЧЕРГАР

СЪДЕБНИ ПРОЦЕСИ

НАШ ГРАД

ВЪЗВИШЕНО ЧУВСТВО, ОБИЧ

МАРКА КОЛБАСИ

ЕДНОКОЛНО ФАЙТОНЧЕ В АНГЛИЯ

РОДОПСКА НАРОДНА ПЕСЕН

ШОТЛАНДСКИ ТАНЦ

ЛУДОЛФОВОТО ЧИСЛО

БЪЛГАРСКИ АВТОПИЛОТ

ПОРОДА ПАПАГАЛИ

РУСКИ ПИСАТЕЛ 1899 - 1977 "ЛОЛИТА"

КЛАСИЧЕСКИ БАЛЕТЕН ТАНЦ

МАРКА КРЕМ ЗА БРЪСНЕНЕ

ОХОТА ЗА ЯДЕНЕ

ОТЗВУК ОТГЛАС

ГЕРОИ НА П. СЛАВЕЙКОВ "ИЗВОРЪТ НА БЕЛОНОГАТА"

БАЛЕТНА СЪПКА

НАША ПОПГРУПА

ГОДЕЖАР СВАТОВНИК

ЯПОНСКИ ПИСАТЕЛ 1905 - 1969 "ФЕНИКС"

ЕТАЖ ОТ ЮРСКА ПЕРИОД

ПЪРВИЯТ КОСМИЧЕСКИ ТУРИСТ

РАЗКАЗ ОТ ЕЛИН ПЕЛИН

10 x 10

НАУКА ЗА ЗЕМЯТА

МНОГО НИСЪК ЧОВЕК

МУЗИКАЛНА НОТА

СТАРО ИМЕ НА ТОКИО

ВЪЗПАЛЕНИЕ НА НОКЪТ

МЪЖКИ ПЕВЧЕСКИ ГЛАС

СВЕТОВНА ОРГАНИЗАЦИЯ

ПОВЕСТ ОТ А. КАРАЛИЙЧЕВ

НЕМСКА КЪН-КОБЕГАЧКА ОЛШ.1984

РАЗКАЗ ОТ ЧУДОМИР

ГЕРОИ НА К. ИЛИЕВ "БОЯНСКИЯТ МАЙСТОР"

ПЕСЕН НА ГРАФА

ЗАОСТРЕН ПРЪТ

ШАТ В ИНДИЯ

МЯРКА ЗА ЕЛЕКТРОПРОВОДИМОСТ

ИМУЩЕСТВО (МН.Ч.)

МАРКА СТАРИ ЧЕШКИ МОТОЦИКЛЕТИ

СЕЛО КРАИ ВИДИН

НАШ ПЛАНИНСКИ КУРОРТ

ХРОНОСТРАТИГРАФСКА ЕДИНИЦА

ПОУКА

КОНТРОЛЕН ШОФЬОРСКИ ДОКУМЕНТ

ИЗРАСТЪК ОТ ПЛАВА НА СЛОН

ВДОВИЦАТА НА ДЖОН ЛЕНЪН

ПЛАНИНА В САЩ

ДРЕБЕН ГРИЗАЧ

ПОБЕДА В ШАХМАТА

СЪОРЪЖЕНИЕ ЗА ВДИГАНЕ И СПУСКАНЕ НА ТОВАРИ

МЯРКА ЗА МОЩНОСТ

ГРАД ВЪВ ВИДИНСКА ОБЛАСТ

ГЕРОИНА НА БАЛЗАК "ИЗГУБЕНИ ИЛЮЗИИ"

ОПЕРА ОТ Р. ШРАУС

ФРЕНСКА БЛАГОРОДНИЧЕСКА ТИТЛА

МОДЕЛ НА "ФОРД"

ЮЖЕН ПЛОД

МАШИНЕН ЕЛЕМЕНТ

ГЕРОИНА НА ИВАН ВАЗОВ "ПОД ИГОТО"

ЛИТЕРАТУРЕН ЖАНР

ЛЕТНИ КЪЩИ

ПОЧВЕН ОБОГАТИТЕЛ

ГРАД ВЪВ ФРАНЦИЯ

МАРКА СТАРИ НЕМСКИ МОТОЦИКЛЕТИ

РОМАН ОТ ИОКО ОТА

БЪЛГАРСКИ БОЛЯРИН, ВОЕНАЧАЛНИК, XI ВЕК

УКРАИНСКИ ПИСАТЕЛ 1842 - 1891 "ТЬКАЧКА"


ФРЕНСКИ НОС НА ЛАМАНША

ОПРЕДЕЛИТЕЛНИ ДУМИ

МЮЗИКЪЛ НА БОБ ФОС С ЛАЙЗА МИНЕЛИ

Ogestan®

Точно най-необходимото при бременност и кърмене



ESOPHARM

РЕЧНИК: АПАЛАЧИ, ВОЛИНОВ, ЕРАТЕМА, ЕРИГ, КЕРАЛА, МОВА, ОНИХИТ, РИЛ, САЛОМЕ, ТИТОН.

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 22:

ВОДОРАВНО: Пантен. Латабар (Калман). Ратан. Наимова (Тезджан). Аминометан. Яке. "И защо да се лъжа". Ас. Омари. Амонит. Канане. Омир. Тан (Карой). Ода. АРАЛ. Ес. "Ти". Асо. Ото (Николаус). Отец. Глог. НАН. Покана. Осогово. Отемоле. Ем. Рев. Орела. Од. Тарикат. Ки. Ела. Ирокези. Ито (Сей). Онан. Ето. Ипотека. Иловер. Едони. Ателани. Алавес. Ориноко. Еротика. Ану.

ОТВЕЧНО: Банкомат. Тоledo. Наеми. Оператор. Ути. Аре. Оме. Они. Емир. Соколи. Ин. Инозит. Талари. Ва. "Атене". Опа. Плащаница. Окото. Ом. Дете. Стадо. Зеле. Аман. Тикар. Ибиси. Ано (Жан-Жак). "Ането". Ери. Ит. ОРОЛ. Долонити. Мъка. Ос. Колак. Мрежа. "Агора". ОЛА. Атанас. Гетова (Пламена). Ята. Аронов (Арон). Нева. Анапа. Ав. Карен. АН. Селеногин. Су.

ЛЕСНО

СРЕДНО

ТРУДНО

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

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

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



**Някои баскетболисти получават прекалено много пари за приноса си в успешното представяне на своите отбори**

# Надценените играчи в НБА

**Н**ай-добрият реализатор на годината в НБА Кармело Антъни направи серия от много силни мачове в своя Ню Йорк Никс. В края на март и началото на април той вкара повече от 40 точки в няколко поредни срещи. Фактът, че има най-много точки, обаче не означава задължително, че той е най-ефективен с играта си. Важно е и какво струва тази резултатност на отбора му.

Кармело Антъни има по-нисък процент на успеваемост от втория най-добър реализатор Кевин Дюрант, а също така има по-малко асистенции и борби на мач, което го прави по-неефективен. Както анализаторите казват, нуждата от пове-

че стрелби, за да вкараш точките си, пречи на останалите да играят в атака и съответно на шанса отборът да отбележи повече. Асистенциите пък водят към директни точки, а борбите прехвърлят топката на отбора и му осигуряват шанс да организира атака.

Именно заради "консуматорския" си стил на игра, макар и номер едно по точки, Антъни е най-надплатеният баскетболист на НБА в класацията на икономическото списание "Форбс". В нея са съпоставени заплатите на баскетболистите със специално изчисления показател "донесени победи", а ето и Топ 10 на най-надплатените играчи:

**Кармело Антъни**, Ню

Йорк Никс (заплата: \$19,4 млн., донесени победи: 0,7). "Вкарвач", който само на моменти е наистина под пара - много непродуктивен. Той дори не може да се сравнява със свръхполезните Леброн Джеймс и Кевин Дюрант.

**Бен Гордън**, Шарлът Бобкетс (заплата: \$12,4 млн., донесени победи: минус 2,1). Той стреля 43% общо за кариерата си и 41% през настоящия сезон. Неговата резултатност падна рязко, от както напусна Чикаго Булс през сезон 2008/09.

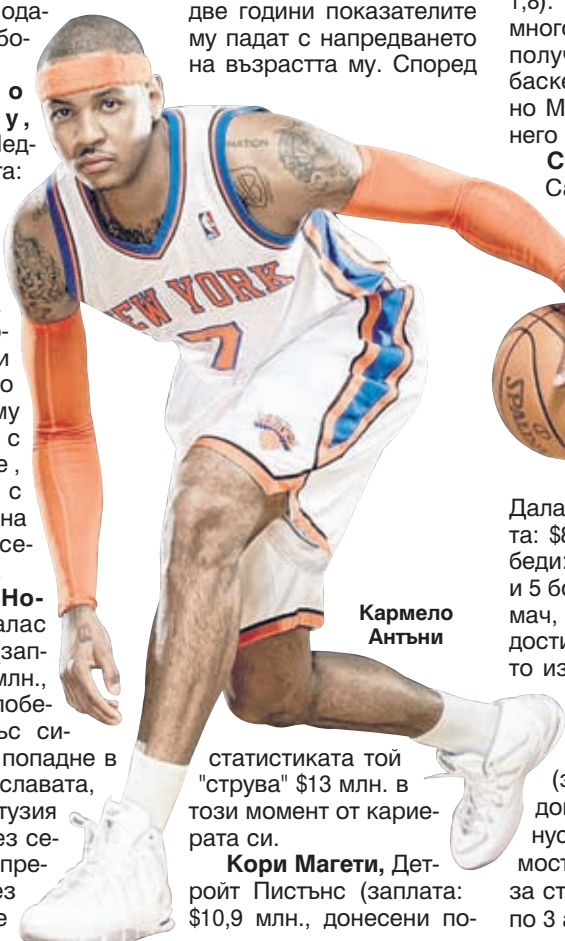
**Джо Джонсън**, Бруклин Нетс (заплата: \$19,75 млн., донесени победи: 1,5). Джонсън има най-ниската си резултатност от 2004 г. насам - 16,4 точки на мач, а процентът му е 42,3%. Той също така не

обича да подава и да се бори.

**Хидо Тюркоглу**, Орландо Меджик (заплата: \$11,8 млн., донесени победи: минус 0,6). Той игра малко мачове заради контузия, но играта му отслабва с годините, сравнена с 19,5 точки на мач през сезон 2007/08.

**Дирк Новицки**, Далас Маверикс (заплата: \$20,9 млн., донесени победи: 3,3). Със сигурност ще попадне в Залата на славата, имаше контузия по-рано през сезона. Но въпреки това през последните

две години показателите му падат с напредването на възрастта му. Според



Кармело Антъни

статистиката той "струва" \$13 млн. в този момент от кариерата си.

**Кори Магети**, Детройт Пистънс (заплата: \$10,9 млн., донесени по-

беи: минус 0,8). При него контузиите не му дават много шанс, като не е играл пълен сезон от 82 мача. Той има реализаторски умения, но със средно 4,9 точки, 2,1 асистенции и 45% успеваемост за цялата си кариера определено не е играч от най-висока класа.

**Руди Гей**, Торонто Рапърс (заплата: \$16,5 млн., донесени победи: 1,8). Поредният стрелящ много с нисък процент и получаващ много пари баскетболист, неслучайно Мемфис се раздели с него в средата на сезона.

**Стивън Джаксън**, Сан Антонио Спърс (заплата \$10,1 млн., донесени победи: минус 0,2). Стреля 41% през кариерата си, с 3 асистенции и 4 борби на мач.

**Крис Кеймън**, Далас Маверикс (заплата: \$8 млн., донесени победи: минус 0,6). 10 точки и 5 борби за 21 минути на мач, никога не успя да достигне очакванията като избран под номер 6 в драфта през 2003 г.

**Арън Афлало**, Орландо Меджик (заплата: \$7,8 млн., донесени победи: минус 0,4). 44% успеваемост не са достатъчни за стрелец, който подава по 3 асистенции на мач.

## Коби Брайънт получи най-много пари през миналия сезон

Коби Брайънт е баскетболистът с най-висока заплата в НБА за сезон 2012/13 (данните са според [espn.go.com](http://espn.go.com)). Прави впечатление, че в челната десетка доминират играчите на ЛА Лейкърс - трима души. Също така се набива на очи големият контраст на бившия шампион и носител на наградата за най-полезен баскетболист Дирк Новицки, чиито игрови показатели през настоящия сезон вървят надолу. Едва на десето място пък е договорът на Леброн Джеймс, който направи компромис, за да остане в Маями. Извън Топ 10 са Кевин Дюран - Оклахома (\$17 500 000), Дуейн Уейд -

Маями (\$17 024 000), Дерика Роуз - Чикаго (\$16 402 500).

Най-скъпият играч извън НБА пък е скандалният защитник Гилбърт Аринас, играл за Вашингтон, Орландо и Мемфис. В момента той защитава екипа на китайския Шанхай Шаркс срещу \$20 807 922 на сезон.

Според авторитетното списание Forbes най-солидните доходи на баскетболистите идват от Nike, Adidas, Coca-Cola, Samsung, McDonald's. Това важи най-вече за Леброн Джеймс, Коби Брайънт и Дерек Роуз. Лидерът на Чикаго има договор с Adidas за \$185 000 000.

### ТОП 10 НА ЗАПЛАТИТЕ

1. Коби Брайънт (ЛА Лейкърс)	\$27 849 000
2. Дирк Новицки (Далас)	\$20 907 128
3. Амаре Студемайер (НЙ Никс)	\$19 948 799
4. Джо Джонсон (Бруклин)	\$19 752 645
5. Дуайт Хоуард (ЛА Лейкърс)	\$19 536 000
6. Кармело Антъни (НЙ Никс)	\$19 450 000
7. Поу Гасол (ЛА Лейкърс)	\$19 000 000
8. Крис Пол (ЛА Клипърс)	\$17 779 457
9. Крис Бош (Маями)	\$17 545 000
10. Леброн Джеймс (Маями)	\$17 545 000

**BGathletic.com**  
Леката Атлетика  
в един сайт

### TV АКЦЕНТИ

#### Вторник, 18 юни

09:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт и Евроспорт 2

15:00 ч. Узбекистан - Катар (футбол, СК) по Евроспорт 2

18:30 ч. Скокове във вода (ЕП, Роцок) по Евроспорт

#### Сряда, 19 юни

09:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт и Евроспорт 2

17:30 ч. Скокове във вода (ЕП, Роцок) по Евроспорт

19:00 ч. Автомобилизъм (24 часа на Лъ Ман) по Евроспорт 2 и Евроспорт

#### Четвъртък, 20 юни

09:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт и Евроспорт 2

13:00 ч. Тенис (АТР, Ийстбърн) по

Евроспорт и Евроспорт 2

17:30 ч. Скокове във вода (ЕП, Роцок) по Евроспорт

20:00 ч. Автомобилизъм (24 часа на Лъ Ман) по Евроспорт

#### Петък, 21 юни

09:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт и Евроспорт 2

15:00 ч. Тенис (WTA) по Филм+

17:30 ч. Тенис (АТР, Ийстбърн) по Евроспорт 2

#### Събота, 22 юни

09:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт 2

10:00 ч. Автомобилизъм (24 часа на Лъ Ман) по Евроспорт и Евроспорт 2

13:00 ч. Тенис (WTA) по Филм+

17:30 ч. Тенис (АТР, Ийстбърн) по

Евроспорт 2

20:00 ч. България - Аржентина (волейбол, СЛ) по ТВ 7

#### Неделя, 23 юни

04:00 ч. Автомобилизъм (24 часа на Лъ Ман) по Евроспорт и Евроспорт 2

10:30 ч. Снукър (Уси класик, Китай) по Евроспорт 2

14:55 ч. Тенис (WTA) по Филм+

20:00 ч. България - Аржентина (волейбол, СЛ) по ТВ 7

#### Понеделник, 24 юни

14:00 ч. Тенис (Уимбълдън) по ТВ +, Филм+

**Забележка:** В "Животът днес" не носи отговорност за настъпили промени в програмата.



# Турнирът „Уимбълдън“ -

Кой ще бъде новият световен шампион по тенис? Това е най-актуалният въпрос в средите на аристократичния спорт през юни. И неслучайно, тъй като в края на месеца започва Шампионатът, или по друг начин казано, "Уимбълдън". Традиция, традиция и пак традиция. Така най-пълноценно можем да опишем третия за сезона турнир от категорията Голям шлем. Тревните кортове на "Ол Ингленд Клуб" в британската столица от години насам се смятат за арената, където се каляват истинските шампиони.

Станко ДИМОВ

С модернизиранието и глобализирането на тениса през последните десетилетия турнирите на трева са на изчезване. Може би този факт прави "Уимбълдън" още по-ценен. Освен че е най-старият турнир в света, "Уимбълдън" е и единствената надпревара с официален дрескод. Всички състезатели задължително трябва да бъдат облечени в бяло, макар през годините тази практика да е срещала сериозен отпор от някои от лудите глави на американския тенис като например Джон МакЕнроу и Андре Агаси.

Тази година се навършват точно 10 години от първия триумф на Роджър Федерер на "Уимбълдън". През 2003-а швейцарецът направи големия си пробив в мъжкия тенис, като по пътя към трофея в Лондон надви легендата Пийт Сампрас, 7-кратен шампион в надпреварата. Десетилетия по-късно Федерер се превърна в дори по-успешен състезател от Сладкия Пийт, имайки във витрината си също 7 отличия от "Ол Ингленд Клуб", но също така и общо 17 от Големия шлем (бел.ав., Сампрас е на втора позиция по този показател - 14 титли).

Именно Федерер е човекът, който ще започне в турнира като действащ шампион. Миналата година той разплака Кралската ложа, след като на финала победи местния любимец Анди Мъри. Лошата новина за швейцареца е, че в първите 6 месеца от годината той не успя да спечели нито един трофей - нещо, което не му се бе случвало от десетилетие насам.

Въпросният Мъри, световният №1 Новак Джокович и шампионът от "Ролан Гарос" Рафаел Надал са другите големи претенденти за трофея. Шотландецът Мъри пропусна Открития шампионат на Франция, тъй като се оплакваше от лека травма в гърба. Положението му не бе притес-

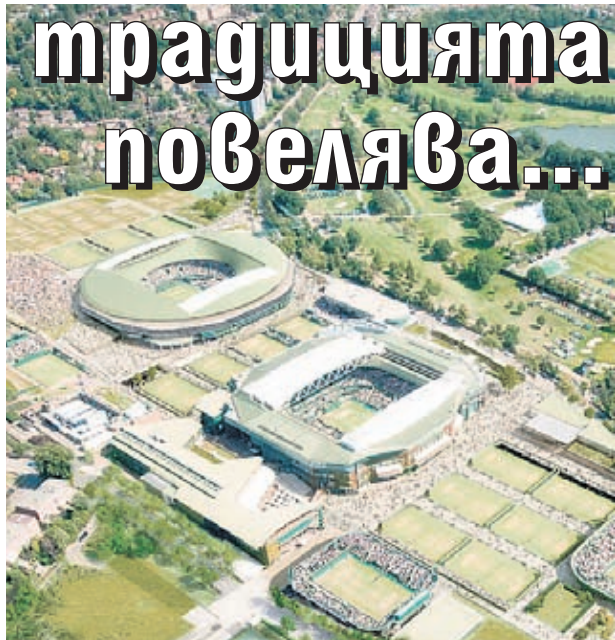
нително, но, както самият той каза, "няма как да рискувам със здравето си в навечерието на "Уимбълдън". Може би Мъри го каза най-добре - това е турнирът с главно "Т", мястото, където първенецът получава трофей с гравирани надпис "Световен шампион".

Новак Джокович е печелил трофея, макар видимо да не се чувства най-добре на тревни кортове. Като действащ №1 в света обаче няма как да го извадим от сметките. Рафаел Надал се завърна на бял кон или по-скоро на червен кон, тъй като в последните 4 месеца спечели 7 титли, 6 от които на червен корт. Испанецът отдавна преизпълни задачата си за сезона, което ще му позволи да започне битките в Лондон, освободен от допълнително психологическо натоварване.

При дамите картинката също е класическа - Топ 3, включващ Серина Уилямс, Виктория Азаренка и Мария Шарапова, които са с едни гърди пред колегите си. За 31-годишната американка каквото и да се каже, винаги ще бъде малко. Преди няколко седмици тя спечели "Ролан Гарос" 11 години след като го бе направила за първи път! Серина е тенис-чудовище и би могла да приключва с лекота двубоите си дори да играе на 70-80% от възможностите си. Уви, при Шарапова и Азаренка положението е доста по-различно. Те по-скоро трябва да надминат собствения си лимит, за да имат шанс да се преборят с Уилямс. Тревните кортове правят изстреляните топки от ракетата на американката почти невидими, камо ли възможни за връщане. С други думи казано - всичко без титла за Уилямс ще бъде изненада.

Българското участие в надпреварата също ще бъде осезаемо или поне това сочат предварителните очаквания. За първи път ще имаме поставен играч в схемата при джентълмените - Григор Димитров, който не спира да прогрес-

## традицията поведява...



сира от началото на сезона. Хасковлията неведнъж е споделял, че най-много му допадат тревните кор-

тове на "Уимбълдън", а ранкингът му в навечерието на турнира му позволява да пропусне евентуален

сблъсък с играч от Топ 10 в първите 2 кръга. Рекордно-то постижение на Гришо в турнира е участие във втори кръг, но шансовете този сезон да запише собствен (и национален) рекорд са големи.

На другия полюс е представянето на Пиронкова, която записа най-слабия си старт в тура от години насам. Сезонът на трева обаче по традиция е любим за пловдивчанката, която е постигнала най-големите си успехи именно на тази настилка.

Горе-долу идентично бе положението с Цвети и през 2010-а, когато тя започна "Уимбълдън" извън първите 60 в света. Напук на всякаква логика, Пиронкова достигна до полуфинал, след което трайно се установи в Топ 30. Го-

дина по-късно, през 2011-а, Пиронкова отново достигна до втората седмица на "Уимбълдън", този път отпадайки на четвъртфиналите. Всички тези факти превръщат прогнозата за представянето на Цвети в Лондон в чисто гадателство. От загуба в първи кръг до достигане до полуфинал - нашето момиче ни е представяло и двете страни на монетата, при това нееднократно. Ясно е, че за титла на този етап и дума не може да става, но с качествата си на трева Пиронкова спокойно може да обхрка плановите на някоя от фаворитките, с което поне за няколко дни да излезе на челна позиция в тенис изданията.

Ягоди, сметана, бели одежди на зелен корт и титлата "световен шампион". Това е "Уимбълдън", дами и господа.

Tennis24.bg

НОВО!

Презареди с Амбинор!

# Ambinor

Аргинин аспартат, Магнезий, Витамин B6



Само 2 ампули дневно!



За повече енергия и жизнен тонус при:



- учене
- работа, стрес
- ежедневно натоварване
- спорт
- боледуване

ECOPHARM  
www.ecopharm.bg

Търсете  
в аптеките





## Софийското изложение се превръща в спектакъл

ли пилоти. Всеки желаещ ще може да премери сили с Румен Дунев и Калин Бенчев на истински рали симулатор, да получи автограф, календар и др. 6-кратният шампион на България Димитър Илиев ще бъде на разположение на феновете в компанията на най-обещаващия ни млад състезател Григор Григоров. Асовете в края на седмицата ще мерят сили на рали "Хеброс". Културната програма във вечерните часове изцяло е под егидата на Столична община. Изложбените експонати са 162, като официалните представители са подготвили за клиентите си сериозни търговски отстъпки, подаръци автокаска, минимални първоначални лизингови вноски, специално допълнително оборудване и други.

За пръв път от доста време насам BMW Group участва със свой щанд. Факт е, че три месеца след изложението в Женева всички нови автомобили са вече в България и участват на автосалона. Общинският паркинг на метрото срещу Международния изложбен център ще може да се ползва срещу 1 лв. на час. Организаторите на салона обещаха в бъдеще да помислят за отпечатването на семейни билети, както и за групови - над 10 човека, на по-атрактивни цени, както е на изложението в Женева, Париж и Франкфурт. Засега индивидуалните цени остават непроменени - 6 лв. за възрастни и наполовина за деца, студенти и пенсионери.

Един от попълнителите анкетната карта ще може да се зарадва на чисто нов автомобил по негов избор.

Представяме ви малка част от официалните за страната ни премиери на салона.

За първи път в 21-годишната история на Софийския автосалон моторното шоу се превръща в спектакъл. Всеки един ден до края на събитието - 23 юни (неделя), е изпълнен с интересна съпътстваща програма, забавления, фейсбук предизвикателства, срещи с наши ра-

## Škoda Octavia комби

Черешката на тортата в гамата на Škoda си остава Octavia. Третото поколение на най-продавания модел на производителя от Млада Болеслав ползва базата на Volkswagen Golf VII. Независимо че автомобилът е пораснал по размери в сравнение с предшественника си, той е станал със 102 кг по-лек и оттук идват по-добрите му показатели за икономичност. Колата има всички съвременни функции и системи, които подсиригават безупречен комфорт и безопасност. На разположение са и бензиновите агрегати 1,2 TSI (86 к.с.), 1,2 TSI (105 к.с.), 1,4 TSI (140 к.с.) и 1,8 TSI (180 к.с.). Дизелите са 1,6 TDI (105 к.с.) и 2,0 TDI (150 к.с.)



## Peugeot 2008

Първият градски кросоувър на французите е подчинен изцяло на компактността, на удобството и комфорта, на подобренията визия и безопасността. В него откриваме едновременно градски автомобил и SUV предложение. Вътре в купето много по-добре е организирано мястото на водача и заобикалящите го командни прибори, позиционирани около таблото, впечатлява сензорният дисплей. В помощ на шофьора са по-големият просвет, както и системата Grip Control. Сериозно внимание е обърнато на новите 3-цилиндрови двигатели, които са истински прогрес по отношение на мощност и разход на гориво, както и отделяне на вредни емисии. На щанда на Peugeot другата премиера е на спортиста 208GTI 1,6 THP с 200 к.с.



## BMW Серия 3 Gran Turismo

Спортнодинамичният автомобил, който дебютира в Женева през март, съчетава изискаността на седана и функционалността на туринг вариантите на баварците. Мощното предно торпедо и свирепата решетка показват, че на пътя имаме хищник. На пазара се предлага с 3 бензинови двигателя - 320i (184 к.с.), 328i (245 к.с.) и 335i (306 к.с.). Дизеловите предложения са 318d (143 к.с.) и 320d (184 к.с.).



Страницата подготви Станчо ШУКЕРОВ

SIMPLY CLEVER

ŠKODA



## The New ŠKODA Rapid



ŠKODA Rapid  
от 20 680 лв. с ДДС

- > 4-години безлихвен лизинг
- > 5 години гаранция от ŠKODA AUTO

София, Шкода център, тел. 02/813 700, 0886 901 061; Шоурум, 02/9531751, 0886 901 071; Пловдив, 032/64 62 10; Бургас, 056/827383, 827 375; Варна, 052/503 122, 504 287; В.Търново, 062/62 03 93; Г. Оряховица, 0618/2 19 20; Хасково, 038/642094; Ст. Загора, 042/26 81 54, Благоевград, 073/88 00 88; Русе, 082/821535; Сливен, 044/61 81 71; Добрич, 058/604 088; Плевен, 064/832 832; Rent a car: 0893389450, 0885728207

CO<sub>2</sub> емисии: 104 - 137g/km, комбиниран разход: 3,9 - 5,9l/100km

www.skoda-auto.com

20 ЕРАТЕК



# ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

18 - 24 ЮНИ 2013

## Навременен преглед може да спаси хиляди мъже в България

Над 10 хиляди представители на силния пол у нас страдат от рак на простатата, а всяка година се диагностицират средно 1700 нови пациенти с това заболяване. Основният проблем при тези болни е късното поставяне на диагнозата поради липсата на стройна система за профилактични прегледи. Ракът на простатата е втората по честота причина за смърт при мъжете със злокачествени заболявания. Според националния консултант по медицинска онкология доц. Галина Куртева този тип тумори не е сред най-критичните, но е важно навременното им откриване, което може да ста-



не чрез редовни профилактични прегледи. Доц. Куртева обясни, че за разлика от жените, които вече са свикнали да ходят редовно на гинеколог, мъжете се въздържат от посещение при уролога.

За да се увеличи обществената информираност за рака на простатата, фармацевтичната компания Sanofi постави началото на информационна програма "Открито за мъжете". Целта е да се насърчи активно и отговорно поведение към собственото здраве. В множеството от случаите рано откритият простатен карцином се овладява успешно и пациентът може да живее нормално с диагнозата много годи-

ни. Лица на кампанията са актьорите Виктор Калев, Михаил Билалов и Христо Шопов. Инициативата беше представена във френското посолство в София, където водещи онколози обявиха нови възможности за лечението на усложнен рак на простатата. Виктор Калев разказа пред журналисти какви са мотивите му да участва в кампанията. Той изрази съжалението си, че всеки притежател на автомобил неминуемо прави годишен преглед на колата си, а мнозинството се отнася нехайно към собственото си тяло. Обичаният актьор сподели, че е изгубил баща си точно поради типичното българско negliжиране на здравето. (ЖД)

## „Софарма“ с нова производствена инвестиция за 75 млн. лв.

"Софарма" откри нов си завод за твърди лекарствени форми (таблетки) в София. Инвестицията е за над 75 млн. лв., капацитетът е производство на 4 млрд. таблетки годишно. "Инвестирахме по време на тежка икономическа криза в една от най-модерните производствени мощности в България, защото сме уверени, че това е пътят българската икономика да расте, да бъде на високо технологично ниво, да създава работни места и национален доход", коментира Огнян Донев,

председател на съвета на директорите и изпълнителен директор на "Софарма".

Той преряза лентата заедно с посланика на Ирландия Джон Роуан и председателя на Народното събрание Михаил Миков. Ирландия сега е ротационен председател на Европейския съюз, а част от оборудването на завода на стойност близо 4 млн. лева е закупено със средства, спечелени по европейски проект за развитие на конкурентоспособността.

По думите на Донев

изграждането на завода е последната стъпка в модернизирването на всички производствени мощности в групата.

В новия завод ще бъдат разкрити 420 работни места за висококвалифицирани служители, съобщи от "Софарма".

Продукцията на новия завод ще бъде предназначена както за българския, така и за основните експортни пазари на фармацевтичната компания - Русия, Украйна, Казахстан и Полша. (ЖД)



**Psilo balsam**

**ПРЕМАХВА КОЖНИ ОБРИВИ И СЪРБЕЖ**

**Psilo balsam® действа бързо и ефикасно при:**

- кожни алергии
- ухапвания от насекоми
- слънчеви изгаряния

Psilo Balsam® е прозрачен гел, който попива бързо и не оставя следи. Съдържа дифенхидрамин хидрохлорид.

Лекарствен продукт. При употреба прочетете упътването. За възрастни и деца над 2 години. Търсете в аптеките без лекарско предписване. A575/21.06.2012.

**STADA**  
Stada Pharma Bulgaria  
1000 Sofia, 6th floor, FM/Джамията 10A, et.1

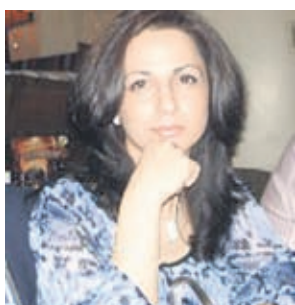


# Ставно-мускулните страдания се подмладяват

С д-р Женя Русева, физиотерапевт в ДКЦ „Св. Марина“ - Варна, разговаря Галина Спасова

**Д**-р Русева, каква е тенденцията във вашата специалност, пренебрегвана ли е все още физиотерапията в целия лечебен комплекс?

- За съжаление и в наши дни физиотерапията, общо взето, остава най-често последна крачка в лечението на някои заболявания. Но част от колегите ортопеди, ревматолози, както и невролози все повече разчитат на нас, на нашите средства и методи, тъй като в много случаи става въпрос за пациенти с хронични заболявания, които имат нужда от продължително лечение. При голяма част от тях освен това са на лице и други хронични заболявания - сърдечно-съдови, диабет и т.н., които впоследствие изискват също адекватно лечение, а са и с противопоказания за използване на част от медикаментозното лечение. В този случай е важна нашата роля и силната ни



Д-р Женя Русева

страна - физиотерапията, се явява алтернатива на всякакъв друг вид лечение.

**- Достатъчно ли са предвидените от здравната каса процедури, за да се постигне осезаемо подобрение при пациентите ви?**

- В повечето случаи бих казала, че са абсолютно незадоволителни, тъй като в доболничната помощ касата поема 20 броя процедури. Тоест ако използваме два вида процедури, това са десет дни лечение. Твърде недостатъчно е, особено за хронични неврологични и ревматологични заболявания. Обикновено са не-

обходими поне три вида процедури, и то за десет дни. Когато става дума за клинична пътека, там пък процедурите са ограничени в седем дни. Така че обикновено пациентите с един курс физиотерапия много трудно успяват да получат облекчение на своите оплаквания.

**- В такъв случай колко често пациентите са в състояние да си доплатят необходимия курс процедури?**

- Сравнително малка част от тях могат да си позволят доплащането, за да си довършат курса процедури в рамките на 15 дни. И затова по-скоро се избира вариантът да се изчака и когато има възможност за ново направление, тогава да се направи друг курс терапия. Обикновено поради лимита от направления на личните лекари това става чак след няколко месеца. И не е много сполучливо решение, защото най-често има нужда да се продължат процедури или да се направят ин-

тензивни курсове физиотерапия - два курса в рамките на един месец или месец и половина.

**- Кои страдания водят най-много пациенти при вас?**

- Най-често това са различни проблеми с опорно-двигателния апарат, но и неврологични заболявания, свързани с увреждане на междупрешленните дискове в различните отдели на гръбначния стълб, с радикулопатии. Много чести са тези заболявания и засягат хора във все по-млада възраст.

**- Какво е обяснението за това „подмладяване“?**

- Доста заседналият начин на живот, като в един момент решаваме с големи натоварвания да компенсираме липсата на редовно спортуване или някаква друга физическа активност. И тогава неподготвените мускули, ставни връзки, капсули веднага реагират с някакъв подобен проблем. В такива случаи обикно-

вено първият преглед е при невролог, който насочва пациентите към физиотерапия. В началото ние започваме с обезболяващи медикаменти, впоследствие хранеща терапия - говорим за тъканите - и профилактика на рецидивите, най-важното в случая.

**- Все повече хората обаче си дават сметка, че обезболяващите са нож с две остриета.**

- Да, нож с две остриета са, тоест при абсолютно здрави пациенти може да доведат до странични ефекти и ние рядко ги наблюдаваме, особено като негативно въздействие върху храносмилателната система. Но при голям брой пациенти, които идват при мен, има вече съществуващ проблем - хроничен гастрит, язва на стомаха и т.н. Да не забравяме хипертониците, които в наше време са твърде много, а всички нестероидни противовоспалителни препарати допринасят за повишаване на арте-

риалното налягане. Така че много внимателно трябва да се подхожда в тези случаи и точно тук е мястото на алтернативни средства с добър противовъзпалителен ефект като "Неокс" например. В моята практика си позволявам да започна с обезболяваща терапия за много кратък срок паралелно с физиотерапията, за да може най-бързо да се овладее болката. След десетдневен курс физиотерапия с "Неокс" олио и крем моите пациенти продължават още два месеца с капсулите, продължават въпреки да се мажат с олиото. Тази схема на лечение е просто задължителна при проблеми с гръбначния стълб, ставни болки, артрити. И смятам, че е с много добър ефект, защото пациентите чувстват подобрението, а няма нищо по-хубаво от това те да са доволни.

**За контакт с д-р Русева 0889 42 40 40**

**NeOx®**  
**Просто се движиш!**

- Серията Неокс - крем, масажно масло и капсули съдържат натурални екстракти от автентични билки, използвани в индийската народна медицина - Аюрведа.
- Приложени локално чрез втриване и масаж, облекчават ставно - мускулните болки.
- Капсулите Неокс - за перорално приложение, усилват противовоспалителния ефект на локалните форми.

**ECOPHARM** www.ecopharm.bg

**СИЛАТА НА НАТУРАЛНИЯ КАЛЦИЙ!**

Продуктите от серията COXAMIN (Коксамин), представляват естествен мултиминерален комплекс от 74 биоактивни микроелементи и минерали. Произведени от Червени водорасли (Lithothamnion calcareum), продуктите са едни от най-изследваните минерални комплекси на пазара. 14 научни институции по света са доказали по-добрата усвояемост и биоелективност на калция от Червени водорасли, а оттам и ненадминатия ефект относно въздействието му върху костната система на човека.

Благодарение на естествено богатия минерален състав, както и добавените Витамин Д и Магnezий в някои от видовете, добавките от серията COXAMIN (Коксамин) са особено подходящи за:

- \* поддържане на оптимална костна структура, особено при жени над 50 г.;
- \* оптималното функциониране на мускулите;
- \* нормалната подвижност на ставите и костите;
- \* бременност и кърмене;
- \* благоприятно повлиява състоянието на кожата, косата и ноктите;
- \* при болки в ставите и костите по време на растежа при деца.

Продуктите от серията COXAMIN (Коксамин) са изцяло от растителен източник и не съдържат пестициди, консерванти, овкусителители и оцветители.

Продуктите от серията COXAMIN (Коксамин) са произведени от стандартизиран продукт (Lithothamnion calcareum), притежаващ сертификация за качество от Kosher, Halal, USA FDA, GRAS, EU Health, Non GMO, ISO и HACCP.

Произведено от MARIGOT LTD - Ирландия за „Хербамедика“ ЕООД гр. София, ул. „Иван Сусанин“ №45, вх. Б, тел.: 02/818 48 70

**18+**

**up**  
Ultimate Performance™

**Сексуален стимулант**  
съдържащ екстракт от Horny Goat Weed, (Разгонен козел)  
**30 таблетки**  
Подходящ за мъже и за жени

Произведено от стандартизирани екстракти на SABINSA CORPORATION, за Хербамедика ЕООД, тел.: 02/818 48 70, www.herbamedicabg.com



# Лечение на разширени вени без болка и упойка

Д-р Яир Галили е водещ съдов лекар в Израел. Началник е на отделение "Венозни заболявания" към Медицинския институт "Мор" в Тел Авив. Специализирал е в САЩ и има много научни разработки в областта на медицината и конкретно в сферата на венозната недостатъчност. Д-р Галили е сред най-успешните лекари в света, които прилагат новаторския метод за лечение на разширени вени - склеротерапия под ултразвуков контрол.



**Д-р Галили, кога трябва да се потърси специалист при наличието на проблем с разширени вени?**

- Когато вените са доста изпъкнали, краката са подути, имате усещане за тежест, изпитвате болка. Ако вече сте се подложили на оперативна намеса и гореспомнатите симптоми се появяват отново, имате зачервяване и рани по краката - това са явни белези, че трябва да потърсите специалист.

**- До какви последствия може да доведе нелекуването на разширените вени?**

- Разширените вени не са само естетически проблем, те могат и да създадат сериозен здравословен проблем - оток на крака, болка, инфекция, незарастващи рани, тромбоза.

**- Какъв метод на лечение за разширени вени се препоръчва?**

- Склеротерапията под ултразвуков контрол е новаторски метод за лечение на разширени вени. Този метод е доста подходящ за големи разширени вени, които доскоро се лекуваха само с оперативна намеса. При този метод на пациента не му се налага болничен престой и той може веднага да се завърне към

ежедневните си ангажменти и работа. Друго голямо предимство е, че не се налага използването на анестезия и не остават белези или други неестетични последици. При склеротерапията под ултразвуков контрол цялата процедура отнема няколко минути, дава най-добрите резултати с минимален риск за здравето и с възможно най-малък физически дискомфорт.

**- Каква е успеваемостта на тази процедура?**

- Проблемът при разширените вени идва от увредените клапи, които са разположени на всеки десет сантиметра по хода на вената. Това място може да е високо по бедрото и пациентът въобще и да не предполага, че има такъв проблем. И когато се локализира това болно място, над него се поставя инжекцията с вещество. Използваме техника, при която веществото се превръща в пена, която, инжектирана във вената, предизвиква склерозирание на неправилно функциониращата вена. Затова и процентът на успеваемост на този метод е много висок - над 95. Именно поради самата технология за лечение.

**- В кои други страни намира приложение склеротерапията под**

**ултразвуков контрол?**

- Склеротерапията под ултразвуков контрол е водещо лечение на разширени вени в САЩ и Израел и през последните 10 години този метод набира голяма популярност във Франция, Испания, Германия, Италия.

**- А при вас ли правите изследванията, с които да уточните къде е мястото на увреждането?**

- Да, преди самата манипулация правя доплерово изследване и локализирам болното място. Няма нужда от други изследвания.

**- Колко време след процедурата се възстановява пациентът?**

- След самата интервенция пациентът си продължава нормалния ритъм на живот. Манипулацията не е болезнена - усещането е като при инжекция за взимане на кръв. Три дни след процедурата не трябва да има свръхнатоварване на крайника. След самата манипулация може да се появи лека болка по хода на вената, придърпване, но всичко това е нормално, преходно и част от възстановителния процес.

**- За пациенти, които са с вече съществуващи варикозни рани, противопоказно ли е това лечение?**

- Не, не е противопоказно, дори бих казал, че в този случай е единственото решение. Една оперативна интервенция при такива пациенти носи риск от инфекции и други усложнения.

**- Някакви други противопоказания?**

- Пациентът трябва да има здрави и проходими дълбоки вени - това е единственото условие за прилагането на метода.

**- Кога ще е следващото ви идване в България?**

- Между 4 и 7 юли 2013 г.

За повече информация и записване:  
0879 851 557  
и 0886-54-84-54,  
[www.dr-galili-bg.com](http://www.dr-galili-bg.com)  
МЦ Елика,  
пл. „Преображение“ №1

## БЕЗПЛАТНИ билкови кремове от Германия в най-горещите летни промоции на Витаголд

### Искате здрави стави, кости, кожа, коса и нокти?

Само сега при закупуване на „Колаген комплекс“ от 200 таблетки (за цял месец), получавате **НАПЪЛНО БЕЗПЛАТНО** „Крем-балсам с екстракт от арника“ 250 мл. от Натурхоф Германия



**Колагенът** допринася за здравето на ставите, сухожилията, ставните връзки, костите и др. Подпомага за възстановяване след контузии. Регенерира кожата изглажда бръчките, заздравява ноктите, косата и зъбите. Съдържа хидролизирани колаген, калций, магнезий и витамин С.

**Подарък „Крем-балсам с екстракт от арника“**

Съставките в крема бързо и ефективно подпомагат при ставни и ревматични болки, артрит, скованост на ставите, шипове, схващания и др.

### Искате истинска професионална грижа за Вашите стави?

Само сега при закупуване на „Реставит Алфа + Омега“ 60+60 капсули (за цял месец), получавате **НАПЪЛНО БЕЗПЛАТНО** „Гел – балсам с дяволски нокът, арника и евкалипт“ 250 мл. от Натурхоф Германия



**„Реставит Алфа + Омега“** подпомага при дискомфорт и скованост в ставите, износване и изменения в опорно-двигателната система и др. Съдържа уникални капсули със „зеленоуста мида“ (богати на изключително полезни за ставите съставки като - глюкозаминогликани GAG, колаген, хондроитин и др.) и капсули „Омега 3“ – есенциални мастни киселини от съомга.

**Подарък „Гел – балсам с дяволски нокът, арника и евкалипт“**

Съставките в гела бързо и ефективно допринасят за възстановяване при остри и хронични ставни проблеми като артрит, ревматизъм, болки и скованост на ставите и гърба, шипове, схващания, травми и др.

### Искате по-добра памет и кръвооросяване?

Само сега при закупуване на „Виногин Макс“ от 60 капсули (за 2 месеца), получавате **НАПЪЛНО БЕЗПЛАТНО** „Крем - балсам за крака с див конски кестен и червени лозови листа“ 250 мл. от Натурхоф Германия



**„Виногин Макс“** допринася за подобряване на паметта и концентрацията, кръвооросяването на мозъка и крайниците, шума в ушите, за здравето на сърцето и кръвоносната система, за намаляване на мускулни схващания и крампи. Съдържа екстракт от гинко билоба, екстракти от гроздови семена и ябълка, селен и магнезий

**Подарък „Крем - балсам за крака с див конски кестен и червени лозови листа“**

Съставките в крема бързо и ефективно допринасят за укрепване на венозната система, помагат при разширени вени и спукани капиляри, стимулират кръвообращението, успокояват болката и напрежението при уморени и отекли крака, имат охлаждащ ефект.

от - **VITAGOLD - ЖИВЕЙ ЗДРАВΟΣЛОВНО**

Промоцията важи до изчерпване на количеството!  
Търсете в аптеките без рецепта.

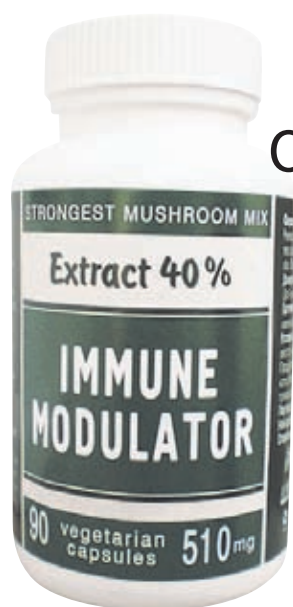
Биологично активни хранителни добавки от природата!  
За информация: 0886 73 63 63, [www.vitagold.bg](http://www.vitagold.bg)



# Лекарствените гъби не лекуват рак

Те само помагат на организма да се справи сам

Виж това: [www.youtube.com/mikoterapia](http://www.youtube.com/mikoterapia)



## МОЩЕН ИМУНЕН МОДУЛАТОР ОТ ЛЕКАРСТВЕНИ ГЪБИ

В състава на лекарствените гъби са представени балансирани от природата комплекси от различни биологично вещества. Едни от тях - гъбените полизахариди (лентинан, ланостан, ганодеран, ланофил, грифолан и др.) имат мощни противотуморни свойства, които нямат аналог в растителния свят. Те стимулират Т-лимфоцитите, те пък - макрофагите и организмът делия веществото ПЕРФОРИН (високо молекулярен белтък), които унищожават злокачествени клетки.

Перфоринът създава отворстия във външната мембрана на туморните клетки ("перфорира" ги), вследствие на което те губят течност и загиват.

## БАЩА МИ ОЗДРАВЯ ОТ РАК!

Разказано от Борислав Пеев (ветеринарен специалист), тел. 0879 890 242

"Баща ми е на 70 години. Преди 5 години беше опериран от рак на дебелото черво. Туморът беше голям колкото ябълка и беше запушил червото. В Бургаската онкология отстраниха по-голямата част от дебелото черво, тъй като имаше и разсейки. Беше поставена колостомата. Лекарите решиха да не правят лъче- и химиотерапия, тъй като баща ми има пейсмейкър. Две години по-късно открихме много разсейки в черния дроб с размер около 4 мм. Онкологите ка-



заха, че в случай като този не могат да предложат какво лечение. Тогава по препоръка на д-р Милен Христов започна да приема възможно най-пълната схема от лекарствени гъби. Баща ми беше загубил много килограми и нямаше

апетит. Още след втората седмица се появи апетит и той започна да се храни нормално. След четвъртия месец продължи да приема само "Имюн Модулятор" и така вече 3 години. Направените наскоро изследвания с рентгенов апарат, ехограф, скенер, гастро- и ректоскопия не показват наличие на никакви разсейки в черния дроб. С изключение на сърцето всички други органи бяха в норма. Лекарите в Бургаската болница бяха удивени от резултатите."

## ВЕЧЕ НЯМАМ ТУМОР В КОРЕМА

Николина Калянджиева, 92 г.,  
гр. София



"Преди около 4 години ми се появи втвърдяване в областта на корема. Отидох в Институт "Пирогов", там ме изследваха и ми казаха, че това е тумор, който трябва спешно да се оперира. През живота си съм преживяла няколко операции и реших, че на моята възраст не искам да бъда оперирана още веднъж. Реших да опитам друг вид лечение. Прочетох за лекарствените гъби, направих консултация със специалиста по фунготерапия д-р Христов и започнах да приемам 4 различни гъбени препарата на фирма "Доктор Биомастер". Постепенно туморът започна да се разнася и след 4 месеца изчезна напълно. Отидох при моя лекар в "Пирогов" и той остана много учуден. Известно време след това продължих да приемам същите препарати. Вече повече от 2 години не ги приемам и нямам втвърдяване в стомаха."



Д-р Христов:

"Касае се за мъж на 78 години, с карцином на стомаха, в изключително увредено общо състояние, с множество метастази в черния дроб, с "разязвени" ракови лимфни възли. Отказана му е и химио- и лъчетерапия и операция. Изпратен е вкъщи и му е казано, че надали ще остане и един месец жив. Пациентът приема единствено гъбените препарати на фирма "Dr. Biomaster" и проти-

## Дядо ми вече няма рак и метастази!

воболкови медикаменти, защото не е могъл да търпи болките. Само след един месец след контролен преглед, вместо да е починал, както са предвиждали лекарите, на компютърния томограф не се откриват туморът и метастазите."

Внучката разказва: "Когато го изписаха от болницата, той беше много зле. Беше на легло, не се хранеше, не пиеше вода - просто човекът си отиваше. Но като почнахме да му даваме тези лекарствени гъби, още първата седмица стана и започна да ходи. Много сме доволни от тези гъби. Просто му дадох голям шанс да живее. Докторът каза, че иска да го отвори още веднъж, да види къде е отишла болестта. Но ние не се съгласяваме и ще продължаваме да взимаме от гъбите. Разполагаме с документите - всеки, който желае, може да се запознае с тях".

Консултация по телефона с д-р Русанов - 02/8251647; 0878 931 252

Консултация с д-р Христов - 02/9525199

### ЗА КОНСУЛТАЦИЯ И ЗАКУПУВАНЕ НА ПРОДУКТИТЕ

#### • гр. СОФИЯ

ул. Лайош Кошут № 24  
(до Руски паметник), вътрешен двор,  
офис 8, тел./факс 02/ 952 34 49  
д-р Милен Христов, тел. 02/ 952 51 99  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)  
ул. Родопи № 68-70 (до Сточна гара),  
вход вдясно, ет. 2, GSM 0877 231 599  
д-р Валентин Русанов,  
GSM 0878 931 252  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)  
• гр. ПЛОВДИВ  
ул. Филип Македонски № 37, ет. 2, кабинет

8 (в сградата на "Медлайн  
клиник"), тел./факс 032/ 62 24 55  
и GSM 0878 780 742  
д-р Лилия Евтимова, GSM 0878 790 336  
• гр. СТАРА ЗАГОРА  
бул. Цар Симеон Велики № 158, ет. 2,  
офис 2 (срещу сладкарница  
"Неделя"), тел./факс 042/ 62 62 22  
и GSM 0878 780 491  
• гр. ВАРНА  
ул. Христо Попович № 15  
(до сладкарница "Маргарита"),  
Свилен Лапаков, тел. 052/ 65 13 65

и GSM 0878 10 54 76  
• гр. БУРГАС  
ул. Трайко Китанчев № 23,  
тел. 056/ 82 11 70 и GSM 0878 950 397  
д-р Цветан Балкански,  
GSM 0878 800 044  
• гр. КЮСТЕНДИЛ  
д-р Василка Захаријева,  
тел. 078 52 32 39 и GSM 0889 32 67 58  
• гр. ПЛЕВЕН  
д-р Косева,  
GSM 0886 07 50 24  
• гр. ВЕЛИКО ТЪРНОВО

д-р Радосвета Запрянова,  
GSM 0898 466 376  
• гр. РУСЕ  
д-р Дарина Кънева,  
GSM 0896 83 15 80  
• гр. ШУМЕН  
д-р Стоян Стоянов, GSM 0878 646 034  
(всеки ден),  
от 21.00 до 22.00 часа)  
• гр. МАДАН  
д-р Недко Димитров,  
GSM 0897 92 22 30

"Доктор Биомастер" ЕООД • [www.drbiomaster.com](http://www.drbiomaster.com) • e-mail: [office@drbiomaster.com](mailto:office@drbiomaster.com)  
• тел./факс за цялата страна: 02/952 34 49 • интернет-магазин: [www.herbs-doctor.com](http://www.herbs-doctor.com)



## БЕЗ АЛЕРГИЯ И АСТМА! [bezalergia.com](http://bezalergia.com)

Научните проучвания в няколко клиники по света показаха **90 % УСПЕВАЕМОСТ** при лечението на алергия и бронхиална астма с урега BICOM®!

Тази терапия е високоефективна, безболезнена, неагресивна, без противопоказания и нежелани странични ефекти. Може да се прилага както на бебета, така и на възрастни хора.

• Д-р Галина Димова о гр. София, ул. Родопи 68-70, тел.: 0878 790 337  
работно време: от 9 до 19 часа, без неделя и понеделник





# Модерно решение за здраво сърце

Доц. д-р Мария Папазова, холистичен лекар, препоръчва формулата от омега-3, коензим Q10 и селен

**Д**-р Папазова, постоянно говорим за сърдечносъдовите болести като социален бич, но правим ли необходимото поне да намалим риска?

- България за съжаление е от водещите в листата по честота на сърдечносъдови заболявания със смъртен изход. Звучи като клише, но причините са в начина ни на живот: системно обездвижване, изключително замърсена екологична среда, ежедневен стрес. Следващият акцент е токсичното хранене. Маргаринът например "тапицира" кръвоносните съдове с неразградим "маншон", стеснява се техният просвет и се нарушава храненето на сърдечния мускул и на всички останали тъкани. Да не забравяме и "белите" токсини - захар, йодирана сол и бял ориз. От друга страна, ежедневното консумиране на рафинирани или пълнозърнести изделия от обичайната генномодифицирана пшеница поддържа по-високо ниво на кръвната захар. Това е причина за постепенно "озахаряване" на протеините във всички тъкани, включително и в съдовите стени, които се втвърдяват и стават чупливи. Именно тези въглехидрати с висок гликемичен индекс, каквито са пшеничните изделия, увеличават нивото на „лошия“ холестерол и триглицеридите. Взети заедно с хронична-

та дехидратация, изброените фактори причиняват ранно състаряване на сърдечносъдовата система. Ако е налице и наследствен фактор за хипертония или ранна атеросклероза, внезапните инфаркти и инсулти не биха били изненада...

**- Как точно въздействат изброените фактори?**

- Поради натрупване на многобройни болестотворни причини все по-често наблюдаваме първоначално развитие на метаболитен синдром (МетС) и сърдечносъдовото страдание го следва. В малко по-редки случаи човек е сърдечноболен, без да е с наднормено тегло. Защото метаболитният синдром се изразява с висцерално затлъстяване (натрупване на мастна тъкан около корема и ханша), предизвикано от продължителна резистентност на клетките спрямо инсулина. Новата мастна тъкан е хормонално активна, различна от подкожната и тази, която обвива вътрешните органи. Клетките ѝ отделят специфични активни субстанции, които нарушават трайно и дълбоко обмяната на веществата в целия организъм и допълнително стимулират затлъстяването. Може да се каже, че всяко излишно килце води до две!

**- Зависи ли метаболитният синдром от възрастта и какви са сигналите, че сме застрашени?**

- Метаболитният синдром се "подмладява" непрестанно, очевидно не е рядкост сред хората на средна възраст. За висцералното затлъстяване индикатор е размерът на талията - ако е над 80 см за жените и 90 см за мъжете. Друг сигнал са триглицеридите - повече от 1,7 ммол/л и за двата пола, намаленият "добър" (HDL) холестерол, т.е. по-малко от 1,29 за мъжете и от 1,03 за жените. Следващият показателен критерий е, ако към момента на диагнозата „метаболитен синдром“ кръвното налягане е над 140/85 или човек вече приема медикаменти за хипертония. Метаболитният синдром увеличава трикратно риска от сърдечносъдови заболявания и двукратно - от сърдечносъдова смърт.

**- Какво може да предприеме човек, познавайки тези рискове?**

- За здрава сърдечносъдова система като първа стъпка е добре да изключим масово навлязлата напоследък храна "трепач" - бургери и тестени изделия. Много вкусни, но и още по-вредни. Трябва да променим модела си на живот и хранене - да включим в менюто си лимец, просо, елда, картофи, нахут, боб, грах, леща, черен ориз. Забравете и за маргарина. За щастие вече разполагаме и с оздравителни природ-



ОмегаПрим - комбинация от омега 3, коензим Q10 и селен

ни продукти, заслужено популярни поради комплексната си формула. При по-продължителна употреба те разграждат атеросклеротичните плаки, регулират мастната обмяна и свойствата на кръвта и намаляват телесното тегло. Напоследък много се говори за омега-3 мастните киселини, но тяхното действие при самостоятелно при-

лагане не е достатъчно ефикасно.

**- Какво им липсва?**

- Най-добрият вариант е към омега-3 (от студеноводни риби) да се добавят още някои специфични, метаболитно значими фактори. Харесвам много една формула, която съдържа оптимална концентрация на омега-3 - чисто, висококачествено рибео масло, богато на

ценните мастни киселини - EPA (ейкозапентаенова) и DHA (докозахексаенова). Без тях не само сърдечносъдовата система, но и мозъкът изобщо не могат да работят правилно. Формулата включва още коензим Q10 и селен и тази тройна комбинация е сериозен щит срещу всеки от споменатите проблеми, нарушаващи сърдечносъдовата функция. Добрата хранителна добавка трябва да е синергична и същевременно да притежава своите свойства и на клетъчноуспокояваща храна. В случая това са добрите омега-3 мазнини и биоактивният антиоксидантен микроелемент с макроефект - селен. А коензим Q10 дава на всяка наша клетка много сериозен енергиен бонус. Тези три съставки осигуряват прецизна регулация на сърдечносъдовата функция, включително на кръвното налягане и на клетъчния метаболизъм. Коензим Q10 е много силен антиоксидант, селенът е изключителен имуномодулатор, който се грижи и за еластичността на съдовите стени. Омега-3 регулират изцяло мастната обмяна и заедно с коензима съдействат за плавното регулиране на теглото и лечението на метаболитния синдром. Своевременно то приложение на комбинацията от трите активни съставки е и отлична профилактика срещу заболяванията на сърдечносъдовата система.

## Пети Юбилеен Родопски здравен събор



**Н**а 22 юни, събота, от 11:30 ч. клуб "Родопско здраве" (председател д-р Тотко Найденов) организира в с. Могилица, Смолянско, Пети юбилеен Родопски здравен

събор под наслов "Смехът е здраве и красота!". Той ще се проведе с традиционната кулинарна изложба на родопски специалитети, колоездачи надбягвания, теглене на въже,

надпяване с хумористични песни, провеждане на конкурс Мис "Родопска крава". Ще се открие първата в страната "Здравна библиотека" и ще бъде представена брошурата, предназначена за учебно помагало "Здравно-духовна култура за вярващи и атеисти" (съчетание на здравна с религиозна просвета и кратка история на трите основни религии - християнство, ислям, будизъм).

Село Могилица е обявено за център на българското здраве, защото там живеят най-много дълголетници.

За повече подробности: 0888/80-23-54

## Алое Вера, или растението на безсмъртието

Алое Вера е тропическо растение, познато от 5000 години. Идва от Северна Африка, а се отглежда изкуствено в Южна Европа от преди 4 века. Наричали са го и растение чудо, и мълчаливия лечител, и растение на безсмъртието. Защото алоето има изключителни лечебни и терапевтични качества. Присъствало е в арсенала на древнотръските и римските лечители, познато е и в китайската и индийската култура. Египетските царици го използвали като средство за разкрасяване, а във Филипините го смесвали с мляко, за да лекуват бърбечни инфекции.

Днес са известни над 200 разновидности на алое, като най-ценното е лечебното Алое Барбадензис Милър. В листата му има гел, който съдържа истински здравословен коктейл - голямо количество биологично активни вещества като манани, полиманан, антраквинон, С-гликозиди, антропи и лектини, както и 20 минерала, 18 аминокиселини и 12 витамина. И всички те се подпомагат взаимно. Ефектът се нарича синергизъм.

Алое Вера действа основно на епителната тъкан и имунната система. Има лечебна сила срещу екзема, псориазис, язви, изгаряния, акне и дори ужилвания и ухапвания. Облекчава болките и неразположени-

ята при стомашни проблеми като колит, дивертикулит и синдром на раздразнените черва, влияе положително при разстройство на имунитета, има и добро антигъбично действие.

Системната му употреба забавя стареенето на организма и предотвратява образуването на туморни клетки. Антиоксидантите в състава му се борят с разрушителните свободни радикали - нестабилни съединения, които се образуват при обмяната на веществата, изобилстват в замърсителите на околната среда и са причинители на много болести, включително на рак.

Алое Вера се използва широко в козметиката за подмладяване. Освен често срещаните алергии няма други конкретни противопоказания за използването на продукти, съдържащи Алое Вера. Сок от растението чудо се препоръчва не само на хората със здравословни проблеми, той е източник на енергия и здраве за всички, прави организма по-устойчив и на инфекции, и на стрес.





# Запекът невротизира децата

**Н**ередовното изхождане е един от често срещаните проблеми при децата. Двете крайни родителски реакции във връзка с това не са полезни за решаването на въпроса. Едни родители negliжират констипацията, смятайки, че е нещо естествено, а други допълнително травмират малките, като фиксират прекалено вниманието върху празното гърне.

По принцип след кърмаческата възраст е нормално децата да се изхождат всеки ден. Ако това не е така или пък се случва редовно, но под формата на сухи, твърди, топчести материи, може да се говори за запек.

Обичайните причини за него са промяна в хранителния режим и някои грешки в поведението на родителите, като прекалено ранните опити детето да бъде приучено да сядат на гърне или да посещава тоалетната, вместо да се изхожда в памперса.

Често децата игнорират позива за дефека-



ция, защото се страхуват от тоалетната или не желаят да прекъснат интересно занимание. Масово малките се въздържат да ходят в тоалетни извън дома си дори и да са в често посещавани от тях обекти, каквито са яслите или детските гра-

дини. Особено ако санитарните помещения са неуютни, нехигиенични, лошо миришещи, недобре пригодени за съответната възраст, със слабо осветление и др. Ако изхождането е свързано с болезнени преживявания - спазми в корема и

болки, причинени от големи и твърди изпражнения, детето се опитва да отложи травмиращото за него събитие. Когато това се превърне в система, порочният кръг се затваря. Понякога децата искат да наложат волята и характера си над родителското желание и това става причина да откажат посещение в тоалетната. Особено когато родителите на всяка цена държат малкото да се научи да ака като възрастните. Нарушаването на предишни ритуали, свързани с престоя на гърнето, също може психологически да препятства дефекацията.

Рисков период за възникване на детски запек е преминаването от изцяло течна към смесена храна. Затова е важно менюто да съдържа богати на хранителни фибри плодове и зеленчуци, без обаче да се приема груба целулоза.

Сред по-специфичните причини за детския запек трябва да се посочат приемът на някои лекарства като антиацидни средства, препарати

против епилепсия, антидепресанти и др. Затова, ако на детето ви са предписани лекарства за продължителен прием и то развие запек, уведомете лекаря какви медикаменти му давате. Някои видове хранителни алергии протичат със запек, като например алергията към кравето мляко. Редица вродени малформации на храносмилателния тракт могат да се извият с трудно изхождане, но те обикновено дават и други признаци, поради което се откриват рано. При запек има и известна наследственост, затова, ако родителите страдат от този проблем, възможно е и наследникът им да го има.

Констипацията може да се отрази на цялостното състояние на детето, защото освен трудно изхождане понякога се появява липса на апетит, гадене, хронични болки в корема, промяна в поведението.

Въпреки че обикновено запекът не изисква неотложна медицинска намеса, непременно консултирайте детето с

лекар, ако се оплаква от силни спазми и болки в корема, ако започне да повръща, има висока температура или се яви кръв в изпражненията. Повод да потърсите педиатър е и намаляването на телесното тегло.

Справянето със запек при децата изисква активна, но много деликатна намеса от страна на родителите. Важно е около детето да се създаде спокойна и предразполагаща обстановка. В началото, за да се преодолеят болезнените изхождания, може да се приложат специални свещички или миниклизми, които да омекотят фекалните маси. Важно е диетата на детето да е съобразена с проблема му. Добро решение са и меките природни лаксативни средства, които не съдържат химикали и при редовно прилагане за известен период от време регулират дефекациите. Такова средство е сиропът "ФрутиЛакс", който няма противопоказания и е подходящ не само за деца на възраст над 6 месеца, но и за бременни жени. (ЖД)

хранителна добавка

**ФрутиЛакс®**

Лаксативен сироп с екстракт от стокиня и слива

Подходящ за бременни и деца

мек лаксативен ефект

възстановяване на физиологичния ритъм

**ЕСOPHARM**

Екофарм ЕООД, бул. "Черни Върх" №14, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

**МАСЛОТО ОТ КРИЛ е с уникално въздействие върху МОЗЪКА**

Редица изследвания, проведени през последните 10 години, доказват по-ефективно въздействие на маслото от Крил върху паметта и концентрацията спрямо масово ползваните за целта добавки на основа Гинко Билоба. Проучване, проведено през 2007 г., установява, че прием на само 500 мг на ден на крилово масло е довел до следните впечатляващи резултати:

- **60,2% подобряване на концентрацията и работоспособността**
- **39,0% подобряване на способността за съсредоточаване**
- **48,8% подобряване на уменията за общуване**
- **50,0% подобряване на уменията за планиране**
- **34,5% подобряване на уменията за шофиране**

Нептун Крил Ойл се препоръчва за хора от всички възрасти. Доказано една капсула дневно намалява риска от инсулт и помага на мозъка да възстанови увреждания чрез растежа на неврони. Препоръчва се при умствен труд, стрес, необходимост от запаметяване и натоварен учебен процес, при пациенти с инсулт като част от възстановителната терапия, аутизъм, дислексия, при хиперактивни деца, за които се предлага и детска формула.

**Neptune Krill Oil kids** Единствената Омега-3 формула с КРИЛ ОЙЛ за деца!

- имунна система
- концентрация
- очно здраве
- дефицит на вниманието и хиперактивност

"Хербамедика" ЕООД е официален представител на NKO®, произведен от "Neptune Technologies & Bioresources" Inc. - Канада. Адрес: гр. София, ул. "Иван Сусанин" №45, вх. Б, тел.: 02/818 48 70; www.herbamedicabg.com



Д-р **Антония ДЖЕРОВА**,  
акушер-гинеколог,  
МЦ "Пентаграм"

**С**лучило се е най-чаканото събитие! И така, вие вече сте майка! Животът ви сега е различен... Но жената у вас също има нужда от грижи! Кога се връща плодовитостта (фертилитетът) след раждането? Отговорът на този въпрос е строго индивидуален за всяка жена. Важно е да се избегнат рисковете от нежелана бременност след нормално и особено след раждане чрез Цезарово сечение. Най-често нормалният менструален цикъл се възстановява около 10 седмици след раждане, ако кърмите или храните вашето бебе комбинирано (кърма заедно с адаптирано мляко като добавка). При жени, които не кърмят, нуждата от контрацепция се явява около 3-4 седмици след раждането.

Лактацията е естествен процес, който се стартира след раждането. Продукцията на млякото се стимулира от хормон, наречен пролактин. Пролактинът от своя страна най-общо блокира отделянето на хормоните, които водят до овулация. Това означава, че кърменето само снижава фертилитетта, но не изключва възможността за забременяване. Поради тази причина кърмещата жена е необходимо да използва допълнителни средства за предпазване от нежелана бременност. Методите за предпазване от бременност могат да се разделят на три групи според ефекта, който имат върху фертилитетта на жената:

**1. Краткодействащи средства за контрацепция след раждане**  
В тази група влизат

# Как да се предпазим от бременност след раждане



оралните хормонални контрацептиви (по-известни като "хапчетата"), контрацептивните лепенки и бариерните методи.

"Хапчето" съдържа 2 вида хормони - естрогени и гестагени, и неговият механизъм на действие е да предотврати овулацията. Този вид контрацептиви могат да се започнат след 21-вия ден от раждането. Важно уточнение е, че те не са подходящи за кърмещи майки. Това е така, защото хормоните от тях могат да повлияят негативно процеса на синтез на майчиното мляко.

Контрацептивните лепенки също съдържат

**Безплатни профилактични прегледи през юни: 21.06 и 28.06.2013 от 10:00 до 16:00 ч. Тел. за записване: 0887 92 52 90 и 4 472 040, МЦ "Пентаграм", 4-ти етаж**

хормони, които подобно на хапчетата водят до блокиране на овулацията. Те също са подходящи само за жени, които не кърмят.

Бариерните методи са подходящи както за кърмещи, така и за жени, които не кърмят. Това ги прави и най-предпочитани. Тук попадат презерва-

тивите, диафрагмите, спермицидните гелове. Механизмът на тяхното действие е механично да попречат на сперматозоидите да достигнат до матката. Могат да се ползват по всяко време. Те имат и някои допълнителни положителни качества - нямат странични ефекти, презервативите предпазват и от полово предавани заболявания, фертилитетта като цяло не се засяга дългосрочно.

**2. Контрацептивни средства с дълготрайно действие**  
Те са подходящи за жени, които не планират

забременяване в следващите няколко години. Към тази група спадат контрацептивните инжекции, интраутеринните спирали и системи.

Контрацептивните инжекции са хормонални препарати, които след поставяне се отделят бавно в организма и блокират овулацията. Препоръчва се да се започне употребата им след 6-та седмица от раждането. Повторно инжектиране на препаратите се налага средно през 8-12 седмици. Методът има своите положителни страни - сигурен ефект, няма необходимост от всекидневен прием на препарат и т.н. Но поради хормоналната си същност отново не се прилага при кърмещи жени.

Интраутеринните спирали са най-разпространеното и предпочитано средство за контрацепция от жени, които вече са родили. Представяват малко устройство от пластмаса с медна или златна нишка, което се поставя в матката. Механизмът им на действие е да попречи на сперматозоидите да достигнат до яйцеклетките, а медната нишка има спермициден ефект. Поставянето на спирала може да се направи по време на първия

менструален цикъл след раждането.

Интраутеринните системи са подобни на спиралите, но за разлика от тях имат и хормонален компонент от прогестеронов тип. Те също се поставят вътрематочно и бавно отделят прогестерон. Допълнителен положителен ефект е, че системата намалява дебелината на маточната лигавица, което я прави негостоприемна за имплантация на оплодената яйцеклетка.

**3. Перманентни методи за контрацепция**

Към тази група спада стерилизацията, която е оперативен метод, водещ до възпрепятстване на преминаването на сперматозоидите през маточните тръби. Този вид манипулации се извършват при жени, които са завършили своите репродуктивни планове.

И накрая един често задаван въпрос в женската консултация - можем ли в следродилния период да използваме средствата за спешна контрацепция. Да, можете да ги ползвате, както сте правили и преди раждането... Но отново само ако не кърмите.

## Разширените вени не са само естетичен проблем

Хроничната венозна болест, по-позната като разширени вени, започва в сравнително ранна възраст. Засяга около 50% от населението, като предпочита нежния пол. За съжаление заболяването често остава недиагностицирано и нелекувано, което може да има сериозни последици.

**Какво представляват разширените вени**

За разлика от артериите венозните стени нямат собствени мускулни влакна. Движението на кръвта в тях се дължи на венозните клапи и на съкращението на околните мускули. Затова, когато ходим, ние подпомагаме движението на кръвта във вените. Когато обаче стоим продължително време, кръвта забавя движението си и

се задържа в най-ниската част на тялото ни. След известно време повишеното налягане причинява отпускане на венозните стени и се нарушава дейността на венозните клапи. Вследствие на тяхното увреждане част от изпомпаната кръв се връща обратно в долните крайници, развива се венозна хипертония и се стига до разширяване на вените.

В най-ранния стадий все още не се забелязват трайно разширени венозни съдове, поради което рядко се обръща внимание на първите симптоми, които са:

- \* лесна уморяемост,
- \* тежест,
- \* болка,
- \* подути глезени в края на деня,
- \* зачервяване,
- \* мравучкане,
- \* схващане през нощта.

**Какво се случва след години**

Венозните стени се отпускат под натиска на все по-голямото количество кръв и тя започва да преминава от вените към тъканите вместо обратно. Краката се подуват и започват да болят. Появяват се външни изменения на съдовете под формата на "звездички" и разширени вени. Кожата в областта на глезените става суха и чувствителна на травми.

Разширените вени не бива да се пренебрегват, рано или късно те водят до проблеми, които не са само от естетичен характер - флебит, тромбоза, екзема и язви.

Флеботропните медикаменти са най-ефективни за облекчаване на симптомите на разширени вени. Те намаляват чувството за тежест и умора в краката, облекчават болката и редуцират отока.

**За здрави и красиви крака**

**БЕЗ болка**

**БЕЗ тежест**

**БЕЗ умора**

**БЕЗ оток**

*Лекарствен продукт, извлечен от rutaceae aurantiae\**

**При разширени вени**

**2 дневно**

**ДЕТРАЛЕКС® 500mg**

**БЕЗ РЕЦЕПТА**

*Детралекс облекчава болката, тежестта, умората и отока на краката*

ДЕТРАЛЕКС® е лекарствен продукт за възрастни. Отпуска се без лекарско предписание. Преди употреба прочетете листовката! A73/18.04.2013  
\* Специален бил малки портокали, отглеждани в Испания, Северна Африка и Китай.  
За допълнителна информация: Сервис Меридиан EOOD, София 1000, Бул. „Цар Освободител“ № 2; тел.: 921 57 00; факс: 921 57 50; e-mail: office.bulgaria@bg.netgrs.com.  
Ако считате, че сте наблюдавали нежелана лекарствена реакция при употреба на продукт на Сервис, моля съобщете се с нас на e-mail: pharmakovigilance@bg.netgrs.com; тел.: 02 921 57 55; или факс: 02 921 57 38



Най-новата терапия на алкохолната зависимост вече може да бъде прилагана и у нас. България е сред страните с най-висока консумация на глава от населението. Ние сме на 6-о място в Европа по прием на концентрати и на 15-о място в света по обща годишна консумация в литри на глава от населението. Над 350 000 българи са алкохолно зависими, като 30% от тях са мъже и 20% жени в активна възраст.

Известният специалист по зависимости д-р Александър Канчелов, който вече прилага в практиката си новото лечение, разясни на специален семинар за журналисти принципната разлика със съществув-

# Принципно ново лечение на алкохолната зависимост



щите досега подходи, а именно - терапията изключва пълния отказ от алкохол, а само води до

намаляване на приеманото количество. Според едногодишни проучвания на специалистите, разрабо-

тили терапията, ефектът от употребата на новия медикамент се изразява в 40% намаляване на при-

ема в първия месец и до 60% в края на шестия месец.

Терапията се води успоредно - медикаментозен прием и психо-социална намеса, като пациентът е в ролята на контролиращ процеса на лечение. Т.е. ако той прецени, че се намира в риск от повишена консумация на алкохол, може да приеме медикамента и да потисне желанието за това. Д-р Канчелов подчерта, че новата терапия е начин да се помогне на много хора, защото 50% от пациентите с такъв проблем не желаят лечение с цел пълно отказване от алкохола.

Д-р Канчелов цитира и допустимата норма за едно стандартно питие според Световната здравна организация. Една единица алкохол е равна на 10 мл съдържание на чист алкохол. Всяка единица над тази мярка се смята за водеща съответно до

нарастващ, повишен риск и риск от развитие на алкохолна зависимост. За умерена се счита консумацията на 190 мл бира с 5% съдържание на алкохол, 1 малка чаша вино от 85 мл, чаша концентрат от 25 мл, 1 малка чаша шери от 50 мл. Така например 2 единици чист алкохол се съдържат в 500 мл бира (5%) и в 1 чаша бяло вино от 175 мл, 11 единици над нормата се съдържат в 1 бутилка червено вино от 750 мл и цели 28 единици над позволеното се съдържат в 1 бутилка концентрат от 700 мл.

Сдружение "Лига на умерените" е разработило тест за самостоятелна оценка на алкохолната консумация, базиран на научните данни. Тестът може да се открие на сайта на организацията на адрес [www.umereni.bg](http://www.umereni.bg), както и като приложение на фейсбук страницата на "Лига на умерените". (ЖД)

## НЕ на болката в ставите!

**Но-дол - уникална комбинация от растителни съставки**

- ✓ Премахва болката в ставите
- ✓ Облекчава раздвижването
- ✓ Възстановява ставния хрущял
- ✓ Италианско качество от ESI
- ✓ Алоето в състава укрепва цялостно организма



### НО ДОЛ капсули

Съдържа: глюкозамин сулфат, хондроитин сулфат, метил сулфонил метан, манганов глюконат, алое вера и дяволски нокти

**Търсете в аптеките и дрогериите на „Лечител“**



### НО ДОЛ крем

Съдържа: глюкозамин сулфат, метил сулфонил метан, дяволски нокти, върба, алое вера, арника и горчив бадем

Производител: ESI s.p.a. Италия  
Изключителен представител за България Лим Фарм ЕООД  
02 943 11 38, GSM 0888 222 343, [www.limpharm.com](http://www.limpharm.com)

## CHONDROSAVE



**Хондросейв - с грижа за Всяка става!**

**ECOPHARM**

Бул. "Черни Връх" №14 бл. 3, 1421, София, България,  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61  
[www.ecopharm.bg](http://www.ecopharm.bg)