

## ИКОНОМИКА



Измеренията на  
бюджетната  
криза в САЩ

Коментар на стр. 7

## БЪЛГАРСКИНА



За националната  
принадлежност  
на Самуиловия  
рог

четете на стр. 4 от акад. Григор Велев

## СПОРТ



Постигна  
ли успех  
родният  
волейбол

Анализ на стр. 22

Разпространява се безплатно

тираж **300 000**

www.jivotatdnes.bg

Брой 37 (71), 8 - 14 октомври 2013 г. (год. II)

# ЖИВОТЪТ ДНЕС

Actavis

Светът на модерния човек

Васил Христов,  
изпълнителен  
директор  
на Fibank:

Важна е и  
социалната  
отговорност  
на бизнеса

Интервю на  
Галина СПАСОВА  
на стр. 19



Гликираният хемоглобин (HbA<sub>1c</sub>) е златен стандарт за оценка на лечението на захарния диабет и е критерий за дългосрочния му контрол. Той отразява средната кръвна захар през последните 2-3 месеца. За повечето пациенти целта е да постигнат и поддържат HbA<sub>1c</sub> <7%, за да се намали рискът от съдови усложнения. Целта се индивидуализира в зависимост от продължителността на диабета, наличните сърдечносъдови и други съпътстващи заболявания и усложнения на диабета.

Още по темата на стр. 11



ЦЕНИТЕ СА ВАЛИДНИ ОТ 08 ДО 14 ОКТОМВРИ

**1.99**  
11.06 лв/кг



Масло „Farm Milk“  
82%, 180 гр

**8.99**  
8.99 лв/кг



Сирене Гауда  
48%, кг

**1.99**  
1.99 лв/кг



Шоколад „Dolciando“  
200 гр, млечен, гордо 81%

**2.99**  
2.99 лв/кг



Бонбони „Lindor“  
100 гр, млечни

**1.79**  
1.79 лв/кг



Помощник за почистване  
1.8 л, 100 мл, 100 мл

**2.49**  
2.49 лв/кг



Помощник за почистване  
1.8 л, 100 мл, 100 мл

**9.99**  
9.99 лв/кг



Помощник за почистване  
3 л, 100 мл, 100 мл

## ЖИВОТЪТ И ЗДРАВЕ

Световъртежът  
не е безобиден

Едва ли има човек, който да не е изпитвал замаяване и виене на свят или шум в ушите. Такива оплаквания винаги трябва да бъдат уточнени и лекувани навреме, защото колкото по-рано се установи причината, толкова са по-големи шансовете за успешно справяне с проблема. Още по темата четете в интервюто с доц. Дорина Петрова, невролог и отоневролог в Националната транспортна болница "Цар Борис III"

на стр. 16

Ще изчезне ли  
българският мед

Един от най-древните продукти, който е добиван по нашите земи, е застрашен не само заради зачестилите болести и масови измириания на пчели, но и поради административни изисквания. По-дребните представители на пчеларския бранш са притеснени от някои ограничения и въведени нови наредби. Все пак има и някои добри новини - забраната на няколко от най-опасните пестициди, използвани в земеделието. Още по темата

четете на стр. 6



## Formula E ще изкара на пистата електрически автомобили

Международната автомобилна федерация (FIA) организира уникален шампионат, в който ще вземат участие само електрически състезателни модели. Събитието е планирано за 2014 г., като вече е представен болидът, който ще вземе участие в първия сезон на Formula E. Spark Renault SRT-01E е съвместна разработка на консорциум, обединяващ няколко световни бранда - електромоторът и бордовата електроника са на McLaren Electronics Systems,

а акумулаторът, произвеждащ 200 kW електроенергия, е доставен от Williams Advanced Engineering. Лекото купе, в което са използвани карбон и алуминий, е конструирано от италианската фирма Dallara. Спортният автомобил е сглобен от френската компания Spark Racing Technology. Естествено, ключова роля има и Renault.

Първата Formula E ще се проведе в различни страни по света - от Англия до Уругвай.

## Google стана на 15 години

Корпорацията Google отбеляза 15-годишнината си в гаража, където Лари Пейдж и Сергей Брин не само са мечтали, а и са направили първите стъпки към създаването на най-голямата интернет търсачка в света. Според съседите тук не идват толкова много туристи, колкото в Лос Алтос, където Стив Джобс и Стив Возняк са разработили първите компютри Apple.

Лари Пейдж и Сергей Брин са наели гаража от Сюзан Вожицки, която по-късно получава работа в корпорацията.

По случай юбилея Google предлага на ползвателите си да видят как е изглеждала търсачката в началото на съществуването си. За това е необходимо само да се въведе "Google in 1998". Да напомним, че името на търсачката е игра на думи с "гугол", математически термин за числото, съставено от цифрата 1 и 100 нули. Използването на термина отразява намеренията на Лари Пейдж и Сергей Брин да предоставят на хората огромно количество информация в мрежата.



## Във Виена поставиха целувките извън закона

Жителите на Виена още не са свикнали със забраната да се прощават с целувка на гарите и властите ги стресираха с нов списък, съдържащ неподобаващи постъпки. Този път целувките абсолютно изпаднаха в немилост и излязоха извън закона на цялата територия на страната. Пуританските наредби обхващаха също така разговорите на висок глас и хапването на храни с остра миризма в обществените транспорт. За нарушаване на тези правила гражданите може да се уредят с глоба от 50 евро. Независимо от шумното недоволство на обществеността инициаторите на непопулярните идеи нямат намерение да се откажат от тях. В своя полза изтъкват факта, че хората, ползващи градския транспорт на Виена, съвсем са се отказали да се ограничават в действията си. Целувките на публични места са забранени и в някои други страни по света. В Свазиленд например нарушителите плащат глоба 12 долара, на аерогарата в Дания си извън закона, ако се целуваш по-дълго от 3 минути, а в Люксембург са разрешили на младите хора да се прегръщат не по-дълго от половин час на ден.

## Apple отново е № 1

Марката „Coca-Cola“ се раздели с лидерското място и остана трета в рейтинга на най-скъпите компании. Такива са резултатите от регулярното проучване на Interbrand. Според последните данни Apple се оценява на 98,3 млрд. долара, което означава ръст от 28% в сравнение с миналата година и челна позиция в класацията. Интернет гигантът Google отбеляза още по-високи темпове на развитие - цели 34%, и зае второто място. Coca-Cola остана трета със 79,2 млрд. долара и ръст само от 2%. Във водещата петица на



най-скъпите компании влизат още IBM със 78,8 млрд. долара и Microsoft с 59,546 млрд. долара. Следват General Electric, McDonald's, Samsung, Intel и Toyota. След японския автопроизводител се нареждат Mercedes-Benz и BMW, заемащи съответно 11-а и 12-а позиция. Най-скъпата луксозна марка в модата е Louis Vuitton, оценена на 24,9 млрд. долара, като веднага след нея се класира по-масовата H&M. Производителят на спортни стоки Nike е на 24-то място, а мебелният гигант Ikea - на 26-о.

## LG представи поредния си квадратен смартфон

Корейската компания LG Electronics зарадва почитателите си с нов Android смартфон от серията Optimus Vu, известна с необичайната по-квадратна форма на устройствата си. През лятото от компанията обявиха, че се отказват от бранда Optimus, затова смартфонът се казва само LG Vu 3, но е запазил отличителните черти на серията. Екранът му е 5,2-инчов с резолюция 1280 x 960 пиксела с традиционното съотношение на страните 4:3, което е подходящо за четене на текстове и разглеждане на

уеб страници. Той е снабден с четириядрен процесор Qualcomm Snapdragon 800, 13-мегапикс-

лова основна камера, съвместимост с бързия 4G стандарт LTE-A и пискалка.



## КОГАТО ИЗБИРАШ ХЕПАТОПРОТЕКТОР



Съдържа 125 мг Силимарин като чист екстракт и Витамини B1, B2, B6 и B12

Съдържа 300 мг екстракт от корени на Picrorhiza kurroa

## С ГРИЖА ЗА ЧЕРНИЯ ДРОБ!

**ECOPHARM**

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

## МЛАДИТЕ ГОВОРЯТ ЗА...

**Десимира Будинова, 13 г.**



Влизам много рядко в социалната мрежа, главно за да се разбера с приятели къде да излезем. Според мен е опасно да се качват лична информация и снимки в интернет, защото има много недоброжелателни хора. Те могат да използват снимките за порносайтове или да злоупотребят с персоналните данни. В училище много пъти са ни говорили за опасностите във виртуалното пространство. Моите родители също са ми обяснявали някои основни правила за безопасност при работа с компютър. Смятам, че всеки млад човек трябва да е предпазлив с кого се сприятелява във Фейсбук и колко лични неща споделя.

**Денис Михайлов, 13 г.**



В днешно време не може да нямаш профил в някоя социална мрежа. В България най-популярната в момента е Фейсбук. Преди Скайп беше хит. Във Фейсбук най-често се уговарям с приятели, обсъждаме си разни теми, играя на различни игри.

Моят баща също има профил в социалната мрежа и понякога ми прави забележка за това какво съм качил като информация или например коя песен съм споделил. Аз обаче го разбирам, опитва се да ме предпази. Човек трябва да е внимателен в мрежата, защото има много недоброжелателни хора, които могат да злоупотребят. Често непознати са ми предлагали приятелство във виртуалното пространство, но аз ги игнорирам, защото нямам представа кои са и защо искат достъп до данните ми.

**Изабела Николаева, 19 г.**

Общо взето, не мога без Фейсбук. Обичам да качвам доста снимки, понякога отбелязвам къде съм, чатя си с приятели. Не се притеснявам, защото "заклучавам" профила си, така че личната ми информация да се вижда само от приятели. Ако не съм пред компютъра, обичам да излизам с приятели на кафе. Дори и сега отивам натам. Човек не бива да забравя личното общуване, защото то ни дава по-различни усещания от виртуалното. Друго мое хоби е да пътувам. Това лято обикалях доста - и в България, и в чужбина. Има толкова много места, които си струва да бъдат видени. Пожелавам на всички да пътешестват повече, за да опознаят света около себе си.



**Пламен Николов, 13 г.**



Имам Фейсбук и като се замисля, май не познавам някой от съучениците ми, който да няма профил там. Когато седна пред компютъра, редовно си проверявам съобщенията или какво правят приятелите ми. Не мога да разбера обаче какъв е този стремеж всички да имат смартфони, да имат всякакви екстри, да седиш в интернет чрез телефона дори когато си на училище. Много мои съученици не изключват звука на мобилните си, когато са в час, и госпожата се дразни. Аз винаги го изключвам или просто въвеждам джиесема в режим на вибрация. Така без звук ще разбера, че някой ме търси, и ако е нещо спешно, ще помоля да изляза.

Анкетата подготви Мирослава КИРИЛОВА

# ФЕЙСБУК

**Маргарита Петрова, 24 г.**



Фейсбук е страхотен начин да споделиш с близки и приятели настроението си, важни неща, които ти се случват, или просто песен, която ти харесва. Имам и Скайп, но в интерес на истината почти не влизам там, защото и Фейсбук има опция за чат и директна комуникация с хората. Когато съм пред компютъра, не просто си пиша с мои приятели, но и качвам и чета информация, гледам филми. Интернет дава безкрайни възможности. Все пак обаче трябва да се намери баланс между виртуалното и личното общуване. Аз мисля, че съм намерила златната среда. Прави ми впечатление обаче, че дори когато са навън, хората масово използват телефоните си, за да са онлайн. Пишат, докато вървят, отбелязват къде са, докато седят в някое заведение.

## ПОСОКИ

**Гол приоритет**



**Петър ГАЛЕВ**

В над 20-годишната си журналистическа практика нямам спомен образованието да не е било обявявано като изключително важен приоритет. И в същото време от година на година показателите, по които се съди дори за елементарната грамотност на учениците, вървят стремглаво надолу. И няма как да е друго, след като учителската професия също се срива - на първо място, по заплащане, а неразривно свързано с този факт - и като престиж. Верижната реакция е елементарна, но неотменима. Педагогическите специалности не се приемат за атрактивни, често там учат младежи като компромисен вариант, а след това не им се и помисля да влязат в класните стаи. Или отново влизат компромисно и с мисълта, че е временен начин за изкарване на прехраната. Сред най-добрите студенти по физика, химия, математика и биология едва ли ще намерите някой, който да ви каже, че мечтае да стане учител. Не и в България. А всички знаем, че това е професия, в която, ако не гориш, нищо не се получава. Децата изискват пълно отдаване, за да те последват в знанията... Затова стратегията трябва да започне с драстично увеличени заплати за учителите. Тогава тази професия ще стане привлекателна за качествени хора, за които тя ще се превърне в съдба, но без да са принудени да си броят стотинките в супермаркета. Другата важна стъпка е максимално намаляване на субективния елемент в оценяването, както е при матуриците. Когато повечето текущи изпити са по ясни и строги правила, няма да гледаме резилата "отличници" от гимназия да не могат да си напишат трите имена без грешка или да не знаят какво е създавал Ботев.

## СТОП КАДЪР



Като искаш да живееш близо до хората, ще търпиш последиците



Снимки Рада ПЕТКОВА

## БИЗНЕС



Българските производители на мед трудно оцеляват

На стр. 6

## ИКОНОМИКА

Бюджетната криза в САЩ може да разтърси света



На стр. 7

## ЕКОЛОГИЯ



Птиците са индикатор за средата, в която живеем

На стр. 8

## СЕТИВА



В София се провежда триенале на сценичния плакат

На стр. 17

## СЛЕД ВАКАНЦИЯТА

Да избегнем стреса



На стр. 18

## КАНТОРА



Как се сключва договор за наем

На стр. 20

# Древен надпис стои скрит в хранилището на Битолския музей

Акад. проф. д-р Григор ВЕЛЕВ

Той доказва националната принадлежност на Самуиловия рог

След смъртта на цар Самуил на престола се качва Гаврил Радомир, негов син от жена му Агата, дъщеря на Иван Хрисилий, кмет на Драч.

Съвременниците на цар Гаврил Радомир твърдят, че той превъзхождал баща си Самуил по "мощ и сила", но му отстъпвал по "мъдрост и разум".

Царят е убит по време на лов и е погребан в съседство с баща му цар Самуил в черквата „Св. Ахил“, построена на остров Ахил на Преспанското езеро.

Убийството на Гаврил Радомир е организирано от братовчед му Иван Владислав, който се възкачва на престола.

След като застава начело на българската държава, новият цар води активни бойни действия срещу византийците през 1015 г. След превземането на Охрид от южните ни съседи



Битолският надпис

ди той премества столицата си в Битоля. И нарежда да се укрепи крепостната стена, на която поставя надпис, останал до наши дни под името "Битолският надпис" (1015-1016). Надписът гласи: "През 6253 г. от сътворението на света обнови се тази крепост, зидана и правена от Йоан самодържец български и с помощта и молитвите на пресветата владичица нашата Богородица и застъпничеството на дванадесетте и на върховните апостоли. Тази крепост бе направена за убежище и за спасение на живота на българите. Започната беше крепостта Битоля през месец октомври в 20 ден, да се завърши през месец... в края. Тоя самодържец беше българин по род, унук на Никола и на Рипсимия благоверните, син



Цар Иван Владислав

на Арон, който е брат на Самуил, царят самодържавен, и с който двамата разбиха в Ципон гръцката войска на цар Василий, където бе взето злато... А този цар биде разбит от

цар Василий в 6522 г. от сътворението на света в Ключ и почина в края на лятото".

Това е знаменателно свидетелство, че Битолският надпис демонстрира яркото родолюбие на "българския самодържец... българин родом", както е написано. Той описва взетите от него мерки за защита на крепостта Битоля, респективно на българската държава. Дава и категорични сведения за произхода на братята комитопули и за тяхната национална принадлежност. Затова каменната плоча на този надпис днес стои скрита в трезора на Битолския музей, за да не стане достояние истината за Самуиловия род и за българската държава по това време.

Из бъдещата книга "Историята на българите в Македония"

## Втори Велик събор на българите по света

Българската академия на науките и изкуствата (БАНИ) и Асоциацията на българите по света (АБС) ви канят да участвате в работата на Втория Велик събор на българите по света. Той ще се проведе на 2 и 3 ноември 2013 година в град Варна.

**Началото на събора е от 9:00 часа на 2 ноември 2013 г. във Фестивалния комплекс на Варна.**

Регистрация на участниците ще се извърши от 17:00 до 20:00 часа на 1 ноември 2013 г. в местата за настаняване.

Условия за участие в работата на събора:

- **За делегати** - такса за правоучастие 20 лева; ношувки 2 по 25 лева със закуска.
- **За гости** - същите условия. Гостите могат да участват в дискусиите без право на глас.

## БАНИ и БЧК откриха мемориална плоча за 100-годишнината от превземането на Одрин

Голяма мемориална плоча, посветена на 100-годишнината от превземането на Одринската крепост, бе открита на кръстовището на ул. "Одрин" и бул. "Ал. Стамболийски" в София. Каменното свидетелство за героизма на българските войници е направено по инициатива на Българската академия на науките и изкуствата (БАНИ) и ръководството на Българския червен кръст (БЧК). На тържеството присъстваха представители на Съюза на запасните офицери и сержанти, на Съюза на възпитаниците на Военните на Негово Величество училища, граждани, журналисти. Отец Иван от Лозенския манастир отслужи литургия в памет на



"Да не забравяме жертвите, които е дала българската войска в името на националното обединение", каза при откриването на паметната плоча председателят на БАНИ акад. Григор Велев

загиналите войници и водосвет за здраве на всички българи. "Трябва да пазим жив спомена за нашите герои и да работим с любов за просперитета на отечеството ни", обрча се към събралото се

множество отец Иван.

На пост пред паметната плоча във военни униформи от времето на Балканската война застанаха полк. Станчо Джумалиев, зам.-председател на Национално дружество "Тра-

диция" и капитанът от запаса Стефан Маников от същото дружество. И на двамата дявоците са се сражавали в славните битки от онова време.

"Одринската крепост е била много добре оборудвана и са смятали, че е непревземаема. Обсадата продължила от 23 октомври 1912 г. до 26 март 1913 г. Втора Българска армия загубва 1316 войници, а 6329 са ранени. Победата при Одрин е последният решителен удар срещу Османската империя, който довежда до края на Балканската война", изтъкна председателят на БАНИ акад. Григор Велев. "Победата при Одрин символизира преди всичко духа на българина и мечтата му за обединение на всички българи в една държава. Затова и решихме да поставим плочата на ул. "Одрин", заяви председателят на БЧК Христо Григоров.

За четвърти пореден път от 10 до 12 октомври в курорта Златни пясъци се провежда националната конференция "Мултидисциплинарни онкологични разговори и екстракти" (MOPE). Тази година неин символ е Дарзалас - древен тракийски бог, считан за закрилник на град Одесос, днешна Варна. Името му идва от древноиндийския корен *-dhers* (смел), съхранен в старобългарския език в глагола *гръзобати* (осмелявам се, дръзвам, дерзая). В

MOPE образът на Дарзалас се възражда като знак на научната смелост и креативност в българската клинична онкология. В рамките на форума ще бъдат обсъдени най-актуалните теми, свързани с рака на гърдата - скрининг, мултигенни сигнатури, молекулярни подтипове, аксиларна хирургия, сентинелно картиране и реконструкция, лъчелечение след операция, запазваща гърда, неoadювантна лекарствена терапия, основана на патологично суб-

типизиране, рехабилитация, контрол на карциномен дистрес и др. Експертен борд от 32-ма български специалисти ще резюмира посланията на конференцията и под форма на консенсусно становище ще публикува национално ръководство за клинично поведение. Като интернет платформа за активна комуникация между лекари и пациенти CredoWeb ще ви представи най-интересните теми и участници в събитието.

**Д**оц. Калев, тази годишната издана на най-големия онкологичен форум MOPE 2013 е посветено на най-масовите ракови заболявания - карцином на гърда и на бял дроб. Какво да очакваме?

- Ще бъде официално представена обновената версия на Ръководството за клинично поведение при белодробен карцином от 2010 г. Подобен "апдейт" на документ се осъществява за първи път в историята на форума. Той е наложен заради съществени иновации в областта на белодробната онкология, настъпили в периода след първото българско издание. Ще бъде представен на 12 октомври в специална сесия на конференцията. Друг акцент е връщането на първата национална награда за принос в българската клинична онкология. Номинирани са млади онколози (до 35 г.) от седем специалности, занимаващи се с карциноми - патология, онкохирургия, онкоурология, онкологично лъчелечение, нуклеарна медицина, онкологична пулмология и гастроентерология. Наградата включва парична сума и оригинална статуетка. Призът се определя чрез тайно електронно гласуване на членовете на Научния комитет и на експертните бордове, а награждаването ще е по време на официалното откриване на конференцията на 10 октомври.

- Това е мултидисциплинарен форум. Какви специалисти ще се включат тази година?

- Както всяка година, MOPE 2013 събира лидерите на всички медицински специалности в България, занимаващи се с определени туморни локализации, в случая - с карцином на гърда и на бял дроб. Това са патолози (вкл. молекулярни), гръдни хирурзи (мамолози), образни диагностичи (рентгенолози), нуклеарни медици,

# Нови стандарти дават шанс за по-добро лечение на рака на бял дроб и гърда

С доц. Димитър Калев, шеф на клиниката по медицинска онкология в болница „Св. Марина“, Варна, разговаря Лиляна Филипова



Доц. Димитър Калев

медицински онколози (химиотерапевти), лъчелечение и пулмолози. За първи път в историята на българската клинична онкология в написването на Ръководството за поведение при карцином на гърда участват клинични психолози, физикални терапевти и рехабилитатори. Присъствието им въвежда правила и стандарти за психотерапия и социална рехабилитация на онкологично болни, непрактикувани досега в България.

- Какви са актуалните тенденции в разпространението на карцинома на гърдата и на белия дроб - възраст, пол, региони?

- Карциномът на гърдата е най-честият злокачествен тумор при жени, а при двата пола общо най-масов е белодробният карцином. И при двете локализации липсват осезателни тенденции за понижаване на заболяемостта и смъртността както в световен, така и в национален аспект. Все порезултатни обаче стават скринингът и превенцията на тези болести. Например през 2012 г. скри-

нингът на белодробен карцином чрез ежегодна нискодозна компютърна томография доказва впечатляващо понижаване на смъртността с над 20% и това бе обявено за най-революционното събитие в онкологичната пулмология за XXI век. За съжаление национални програми за популяционен скрининг на карцином на гърда и на бял дроб не съществуват в България.

- Някои онколози твърдят, че въпреки увеличението на карцинома на гърдата има намаление на смъртността.

- Не бих могъл да кажа подобно нещо. Според епидемиологични статистики за 2012 г. смъртността от карцином на гърда в ЕС е 22,4/100 000, а данните на Националния раков регистър на България за 2010 г. (по-нови не са публикувани) сочат стойност на този показател от 24,1/100 000. Очевидно смъртността у нас е над средната за ЕС.

- На таргетната терапия се възлагат големи надежди в последно време. Набират скорост и комбинациите на таргетна с хормонална, както и просто комбинациите от различни молекули. Коментирайте досегашните резултати и перспективите.

- Последните две години могат да бъдат наречени апотеоз на таргетната терапия за метастазирал карцином на гърда. Внушителни кли-

нични изпитвания утвърдиха и въведоха в клиничната практика няколко нови лекарства, които категорично подобряват изхода от лечението. Например при HER-2-позитивни тумори лечение с новите молекули *pertuzumab* и *T-DM1* или с комбинация от утвърдените вече *trastuzumab* плюс *lapatinib* постига невиджано досега удължаване на преживяемостта. Революционизира се и лечението с *Herceptin* чрез въвеждане на подкожно приложение на 600 mg веднъж на три седмици. От друга страна, при пациенти с хормон-рецептор-позитивни тумори ендокринната терапия с класическия *exemestane*, към който се добавя таргетното лекарство *everolimus*, отчита буквално фантастични резултати върху контрола на болестта. Засега нито една от посочените иновации не е разрешена още в България и не се реимбурсира от НЗОК.

По-важен за перспективите на новите терапевтични подходи у нас е проблемът за прецизното патологично субтипизиране на карцинома на гърда. От 2011 г. в Европа е прието рутинно класифициране на тумора в четири подгрупи: луминален А, луминален В, HER-2-позитивен нелуминален и базалоиден (тройнонегативен). Без предварително дефиниране на тези подтипове не би могло да се избере най-ефективно и съвременно терапевтично по-

ведение, т.е. определянето им притежава изключително висока предиктивна стойност. Осъществява се чрез стандартен набор от имунохистохимични и молекулярно-патологични изследвания, които за съжаление не се реимбурсират от касата. Липсата на национални стандарти по този въпрос на практика не позволява да се приложи точното лекарство на точния пациент и де факто профанизира избора на най-ефективни терапевтични стратегии. Амбицията на новото Ръководство за поведение при карцином на гърда е да компенсират тези недостатъци.

- Случаят "Анджели-на Джоли" изведе на дневен ред много въпроси, свързани с мастектомията. Какъв е вашият коментар?

- Холивудската звезда стана своеобразен символ на най-съвременните схващания за превенция на т.нар. фамилен предразположеност към карцином на гърда. Според всички авторитетни международни ръководства при здрави лица или болни с карцином на гърда, отговарящи на клиничко-неалогични критерии за фамилен предразположеност, се препоръчва генетично изследване на *BRCA1/2*-гени. Жени, носители на *BRCA1/2*-мутации, са с много висок риск за заболяване и са показани за т.нар. риск-редуцираща билатерална мастектомия

със или без двустранна оофоректомия (отстраняване на яйчниците). За съжаление у нас липсват национални стандарти за генетична оценка на риска, а изследването на *BRCA1/2*-гени е скъпо и не се реимбурсира от НЗОК.

- Какви са новите тенденции в лечението на белодробния карцином?

- Истинска революция е стандартното въвеждане на т.нар. стереотактична радиохирургия (кибернож) при ранен стадий на белодробен карцином, когато има противопоказания за конвенционално оперативен лечение. Впечатляващи са новостите в лекарственото лечение на недребноклетъчен белодробен карцином. И тук съвременната таргетна терапия изисква предварително изследване на молекулярно-патологични предиктивни маркери, не включени в реимбурсния списък на НЗОК: активиращи EGFR-мутации, ALK-пренареждане и др. С тях идват нови таргетни молекули за първа линия в стадий IIIB/IV, като *afatinib* и *crizotinib*, които вече са доказали предимство пред конвенционалната и твърде токсична химиотерапия. Обновени са и моделите за т.нар. поддържаща терапия: чрез продължително приложение на анти-VEGFR-терапия с *bevacizumab* се постига най-дългата преживяемост, отчетена досега.

Новата Национална програма за развитие на пчеларството 2014-2016 г. може да вгорчи живота на повечето производители на български мед. Нови изисквания, намалени субсидии, ограничения, които засягат предимно по-дребните представители на бранша. А като добавим и факта, че заради сухото лято миналата година по-слабите пчелини загинаха, картинката далеч не е розова за родните пчелари. Единственият розов нюанс в мрачната картинка е забраната на няколко опасни пестицида.

Мирослава КИРИЛОВА

Трудно оцелявате. Получавате еднократни, и то доста ниски субсидии в сравнение например със зърнопроизводителите. Имам над 150 пчелни семейства и ходя от изложение на изложение, за да продавам продукцията си на крайния потребител. Иначе изкупната цена на едро на меда е 3,80 - 4 лв. за килограм, което си е направо подигравка" - поставя въпроса ребром Йордан Иванов, който има кошери в Старозагорска област. За поредна година той е участник в изложението на пчелни продукти, което се провежда в София в средата на септември.

"Хората се интересуват от здравословните качества на меда, на пчелния прашец и млечицето, на восъчния мехлем, но нямат пари да си ги купят. В сравнение с предишни години забелязвам, че българите все

по-трудно свързват двата края и това налага ограничения от всичко, дори и от храна", каза Ваня Пеева, производител от Малко Дряново. Въпреки че цената на едро на меда пада, цената за бурканчето се покачва почти двойно, докато стигне до крайния потребител. Така ножицата между цените на едро и на дребно се разтваря все повече, като печеливши са основно прекупвачите.

Ваня Пеева има 130 пчелни семейства, но все още не се е запознала с новите изисквания на Националната програма за развитие на пчеларството. Споделя, че средствата по предишните програми са се усвоявали в рамките на един ден и дори само за няколко часа, защото определящо за приемане на заявление за подпомагане е било наличието на свободен финансов ресурс към момента на подаване на заявлението. За финансиране от новата програма обаче редът е променен. Доку-

# Горчивото бъдеще на българския мед



менти ще се подават в по-голям отрязък от време - 15-20 дни, за да не се получават натрупвания пред офисите на Държавен фонд "Земеделие".

"До този момент за някои мерки, като закупуване на лекарства и кошери, средствата се изчерпваха в рамките на първия ден, обявен за прием на заявления. Част от кандидатите, въпреки че отговаряха на условията, оставаха извън подпомагането. Това, както и постъпилите в Министерството на земеделието и храните (МЗХ) множество предложения за прецизиране на реда за прием на заявления бяха основната причина за започване на нова процедура по прием на заявления за подпомагане в Програмата по пчеларство за периода 2014-2016 г. В тази връзка водещо място заеха пчеларските организации, участвали в работната група за разработване на новата програма, като всички единодушно се обединиха около искането за прилагане на процедура по примера на директните плащания, с осигурен отворен прием на заявления в рамките на предварително обявен период. По този начин всички пчелари, отговарящи на критериите за финансиране, ще имат достъп до отделните мерки и сектори в програмата" - обясни Мариета Нейкова, държавен експерт, отдел "Животновъдство и генетични ресурси" в Министерството на земеделието и храните.

Добрата новина в схемата за подаване на документи обаче далеч не е достатъчна да разсее тъмната сянка на драстично намалените евро-субсидии за сектора. 3,6 млн. евро е сумата от ЕС,

която България ще получи в периода между 2014 и 2016 г. по националната програма, като, разбира се, към нея ще бъде предвидено и допълнително национално съфинансиране. Макар и още преди месеци да имаше сигнали, че средствата ще бъдат орязани, надеждите на пчеларите бяха силно попарени от голямото съкращение на парите за техния бранш. За сравнение в периода между 2011 и 2013 г. по същата програма парите от ЕС са били около 5 млн. евро. "Финансирането по тригодишните програми се реализира със средства от националния бюджет и Европейския фонд за гарантиране на земеделието. Европейските средства по тези програми се равняват на 50% от разходите, които поемат държавите членки при предварително одобрен бюджет от ЕС, а оттам и на всяка страна се определя на базата на броя на пчелните семейства, които се отглеждат на нейната територия, спрямо общия брой семейства в общността. По данни на отдел "Агостатистика" към МЗХ стопанствата у нас, които отглеждат пчели, към 1 май 2012 г. са 19 283 броя. А пчелните семейства са 529 117, като броят им е с 90 хил. по-малко спрямо предходния тригодишен период. Това е причината да получим и по-малък бюджет", коментира експертът Мариета Нейкова.

Сред новите рестриктивни мерки са, че от следващата година по програмата могат да кандидатстват само пчелари, които имат най-малко 20 пчелни семейства. Известно е, че 40% от стопанствата в страната имат

по-малко от посочената цифра. Така че на практика те няма да имат достъп до евро-субсидиите. Друго препятствие пред родния пчеларски бизнес е изискването получателят на средствата от ЕС да има поне три години стаж в сектора и да е регистриран от поне една година като земеделски производител. Според представители на браншовата организация новите мерки категорично притискат до стената дребния бизнес и облагодетелстват едрият. Пчеларите, които притежават над 150 кошери, са едва 2,2% от всички 19 283 и явно те ще усетят щедрата ръка на Европа.

От МЗХ обаче ни обясниха, че за различните по размер стопанства има и различни ограничения за субсидиране. Така например за пчелари с до 100 пчелни семейства, включително към момента на кандидатстване, финансовата помощ за възстановяване на разходи за лекарства е в размер на 70% от одобрените разходи, а за пчелари с над 100 пчелни семейства финансовата помощ е в размер на 50% от одобрените разходи. Такава диференциация е направена и при закупуването на пчелни майки.

Ключова цел на новата програма е борбата с един от най-големите виновници за смъртността при пчелите - болестта вароатоза, предизвикана от кърлеж. С новите критерии, за да получат финансиране, пчеларите се задължават да третират пчелните си семейства срещу вредителя с различен вид активно вещество. "Само пчелари с регистрирани пчелини и с извършени профилактични прегледи могат да кандидатстват по програма-

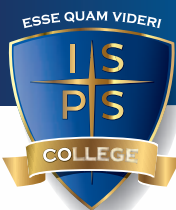
та, т.е. пчеларят трябва активно да търси компетентна помощ - в крайна сметка той е заинтересован да има здрави семейства, за да получава и по-високи добиви" - категорична е Мариета Нейкова.

"Смъртността сред пчелите е висока и заради използването на опасни пестициди от земеделците. Една трета от моите 300 пчелни семейства загина само за една година. Въпреки че забраниха някои опасни препарати, притесненията остават валидни заради слабия контрол върху това, което се използва по полетата. Мой приятел - земеделски производител, ми е казал, че при проверка показва определени препарати, които са разрешени и с които уж пръска. Когато обаче няма контролен орган, той купува най-евтиното - от забранените пестициди, и пръска за добра реколта и по-голяма печалба. А пчелите ни се троят" - оплака се Йордан Иванов.

Причина за по-голямата смъртност при пчелите според специалистите от Българската агенция по безопасност на храните са още лошите пчеларски практики, неправилното третиране срещу вароатоза и неблагоприятните климатични условия през лятото и есента на 2012 г. Много сухите и топли месеци юли, август и септември не са позволили на пчелните колонии да произведат достатъчен брой млади пчели поради липса на нектар и цветен прашец. Много от пчелните семейства са зазимени слаби, което от своя страна е довело до по-висока зимно-пролетна смъртност и податливост към заболявания.

"Въпреки че имаме по-малко добив на мед тази година, не съм променила цената за буркан" - сподели производителката Виолета Арнаудова, която има пчелини в Средногорieto. Според думите й хората и без това трудно скалпват семейния бюджет, а не бива да се лишават от традиционния за българската трапеза мед. "Вземете си една лъжица мед сутрин, за да сте бодри, или пък вечер, за да заспите по-лесно. Това е най-полезното нещо. Дано дните на хората не са толкова сиви, а сладки като горски мед", пожела все пак оптимистично настроената Виолета Арнаудова.

## ЧАСТЕН ПРОФЕСИОНАЛЕН КОЛЕЖ



МЕЖДУНАРОДНИ УСЛУГИ  
ЗА ОХРАНА И СИГУРНОСТ

### ОБЯВЯВА ПРИЕМ ЗА СПЕЦИАЛНОСТИТЕ:

- ✦ парамедик
- ✦ организация на охранителната дейност
- ✦ спортен масажист
- ✦ инструктор фитнес
- ✦ треньор спортна стрелба
- ✦ треньор карате-киокушин
- ✦ треньор джу джуцу



www.isps-college.com

07001 99 66



# Бюджетната криза в САЩ носи риск за целия свят

САЩ могат да обявят фалит, в случай че партиите в Конгреса не се споразумеят за тавана на бюджета на страната (16,7 трилиона долара), който ще бъде достигнат на 17 октомври. Това предупреди американският финансов министър Джек Лу. Държавната администрация отвъд Океана спря работа на 1 октомври, тъй като долната камара на Конгреса на САЩ, където повечето места държат политическите опоненти на Обама от Републиканската партия, отказа да подпише бюджета за новата финансова година, която започна в Щатите на същата дата. Над 800 000 служители от държавната администрация излязоха в неплатен отпуск.

налния стадий. "Детайлите в руската дипломатическа позиция не бяха отчетени, нито пък бе взета под внимание еволюцията на позицията на руската дипломация след Либия. Мисля, че още в самото начало американските стратегии трябваше да изработят формула за привличането на Москва на страната на САЩ в решаването на проблема "Сирия", казва доц. Кънчев.

Същевременно САЩ изразходваха огромни усилия за справяне с конфликта в Сирия. Все още е в бойна готовност мощна военноморска групировка за операция срещу режима на Асад. Президентът вече подписа законопроект, с който се гарантира, че ще продължи да се плаща на военнослужещите по време на спирането на работа на държавната администрация. Говорителят на Камарата на представителите Джон Бейнър, който е републиканец, определи позицията на Белия дом като "двулична". Той критикува, че Белият дом оправдава подписването на законопроект за финансиране на армията и същевременно ще налага вето на сходни мерки за ветерани, национални паркове и др.

политическите опоненти на Обама са недоволни от нерешителността му, след като започна подготовка на военна операция срещу Асад заради употребата на химическо оръжие и не я осъществи. "Бяха ангажирани за сериозна подкрепа военните, дипломатическите и финансовите усилия на държавите от т.нар. Арабска лига, получена бе подкрепата на част от страните на НАТО (Холандия, Турция, Франция), но постепенно президентът измести отговорността за вземането на решение върху Конгреса. И сега републиканският Конгрес "си отмъщава" чрез натиск върху президента посредством гласуването на бюджета", коментира доц. Кънчев.

на ООН всички решения в духа на провеждане на военна операция системно се блокираха с вота на Русия и Китай. Като цяло европейците също не подкрепят военна интервенция в Сирия. Накрая самите американци са силно разделени както в Конгреса, така и в самото американско общество.

Според доц. Кънчев една от сериозните грешки при политическата оценка и планиране на развитието на кризата е свързана с невярната оценка, че режимът на Асад бързо ще рухне, следвайки логиката на поведение на другите авторитарни режими в страните от т.нар. Арабс-

ка пролет. "Сирия обаче е друга страна, самият Асад очевидно е по-различен като ръководител, тъй като и днес в много висока степен сирийският политически и военен елит продължава твърдо да стои зад президента си" - допълни събеседникът ни. Той е категоричен, че неадекватната оценка за поведението и ролята на Русия и Китай по проблема също е сериозен пропуск на американците. Двете страни са давали ясни знаци не само за това как ще гласуват в Съвета за сигурност на ООН, но и относно това каква ще бъде цялостната им стратегия по кризата много преди навлизането ѝ във фи-

Мира ВАЛЕНТИНОВА

Проектобюджетът беше отхвърлен, докато не се стигне до споразумение за отлагане или съкращение на здравната реформа, една от ключовите задачи в програмата на президента Обама. Демократите обаче не допускат промени в закона, известен още като *Obamacare*. Според редакционния коментар на в. "Вашингтон поуст" обаче "в столицата компромис е мръсна дума".

Говорителят на Камарата на представителите на Конгреса Джон Бейнър успокои, че няма да се допусне САЩ да изпаднат в несъстоятелност, а проблемът ще се реши по пътя на съвместни договаряния между републиканците и демократите, съобщи в. "Ню Йорк Таймс". От 1960 година насам Конгресът на САЩ под една или друга форма е гласувал 78 пъти за повишаване на тавана на държавния дълг.

Според редица световни лидери, сред които британският премиер Дейвид Камерън и шефът на Световната банка Джим Йон Ким, продължителното блокиране на американската администрация и бюджетната криза могат да представят риск не само за САЩ, но и за световната икономика. И докато за-

сега фондовите пазари не са толкова силно повлияни от бюджетната криза, ефектът върху доходността на облигациите, инвестициите и лихвените нива от дълговия проблем на САЩ наистина тревожи инвеститорите. Бюджетната криза в САЩ струва 300 млн. долара дневно. Последният път, когато това се случи - по времето на Бил Клинтън, продължи 21 дни и струваше над 1 милиард долара.

Бюджетната криза в САЩ има пряка връзка с проблема "Сирия", след като преди повече от месец Обама се обяви "за" военна намеса срещу режима на Башар Асад. Това е становището на политолога доц. Румен Кънчев, преподавател по "Теория на международните отношения", "Геополитика" и "Теория на кризи и конфликти". Той обобщава, че двете кризи притискат американското правителство и се наслагват една върху друга. "От една страна, Барак Обама обяви за възможна военна операция, но такава не се състоя и в процес са преговори, които не е известно нито как ще завършат, нито кога. Това създаде вътрешнополитически проблеми на американския президент. Именно те в определени параметри генерират и т.нар. бюджетна криза", заяви експертът. Според него

Прогнозата на експерта е, че републиканците ще притискат Обама, тъй като те не са доволни от факта, че Русия сякаш едва ли не отнема от американския президент инициативата за решаването на кризата в Сирия.

На 21 август след вероятна химическа атака в предградия на Дамаск загинаха над 1300 души, сред които много жени и деца. Това бе поводът САЩ да подготвят военен удар срещу Башар Асад. "По неизвестни по-не за мен причини обаче политическото планиране и дипломатическото осигуряване на тази операция не се оказаха достатъчно прецизни", категоричен е експертът по международни отношения. Знакови съюзници на САЩ, каквато безспорно е Великобритания, не подкрепиха операцията. В Съвета за сигурност



Имаш мечтите.  
Трябва само  
да се обадиш.

Провидент е международна компания за лично кредитиране по успешен британски бизнес модел. Доказателство за това са нашите над 2,4 млн. клиенти в 8 държави, които ни доверяват нуждите, мечтите и възможностите си, а ние им даваме малка подкрепа в точния момент.

Сега и ти можеш да последваш мечтите си, а ние ще те подкрепим с персонални кредити за теб:



- ✓ бързи
- ✓ прозрачни
- ✓ гъвкави

Посрещни възможностите. Обади ни се!



0700 159 59



www.provident.bg

PROVIDENT

# По птиците ще ги познаете

Знаете ли, че по птиците, които ни заобикалят, можем да разберем много за състоянието на средата, в която живеем? И не става дума само да гадаем по полета им дали днес ще вали или не. Специалистите ги наблюдават от години и стигат до далеч по-задълбочени изводи. Намалването или нарастването на популацията на даден вид, без дори да е необходимо да се уточняват причините за това, е достатъчно красноречив факт за експертите. Затова от 2004 година насам Българското дружество за защита на птиците (БДЗП) редовно провежда акции, чиято цел е да се проследи техният брой. Последните са за периода 2005-2012 година, а повече за резултатите от преброяването и изводите от него ни разказа Йордан Христов, отговорник по мониторинга в дружеството.

Кристина ПЕШИНА

Проучването обхваща различни места и изследва пернатите им обитатели. За сега основно се анализират земеделските земи и горите, като за в бъдеще се планира и подробно изследване на птиците в градската среда. "Продуктът на изследването са индекси за състоянието на птиците и по този начин ние се опитваме да разберем какво се случва със средата, в която живеят хората", разказва Йордан. За съжаление резултатите от последния наблюдаван период не са никак оптимистични. Оказва се, че 17-те вида широкопространени птици в земеделските земи са намалели с 14 процента. Това означава, че състоянието на средата се е влошило по няколко различни параметъра. "Въпреки че са необходими изследвания, за да се разбере защо намаляват определени видове, самият процес е достатъчно красноречив, че протичат негативни процеси в средата, в която живеят", твърди специалистът.

Макар причините да не са напълно ясни, със сигурност могат да се изброят няколко фактора, които се отразяват неблагоприятно на птиците. Химическата обработка на земеделските земи, премахването на храстите и разораването на тревни площи са едни от основните. За да не прозвучи така, че развитието на земеделието действа неблагоприятно на пернатите обитатели, веднага пояснявам: става въпрос за изоставени земи, които се разорават само за да се полу-



Снимки Рада ПЕТКОВА

чат субсидии, без да се отглежда продукция на тях. За предотвратяването на някои от факторите, влияещи негативно върху популацията на птиците, БДЗП работи съвместно с Министерството на земеделието и храните, в чиято юрисдикция е ключът към решаването на тези проблеми. "От Министерството на земеделието и храните са отворени да чуят нашите препоръки. Не напразно те са институцията, която инициира и финансира изготвянето на тези доклади. Те от своя страна са един от индикаторите, според които се оценява ефективността на Програмата за развитието на селските райони", продължава Йордан Христов.

Най-драстично е намалял броят на пъдпъдците. Към по-горе споменатите отговорници може да добавим още един - ловът. Птицата е ловен обект и макар да не е забранена за отстрелва-

не, използването на т.нар. машинки, които възпроизвеждат характерния звук, привличащ птиците, е абсолютно забранено. Знаем обаче, че справянето с браконьерството е една дълга и продължителна битка. Въпреки това дружеството съвместно със Съюза на ловците и риболовците не се отказват.

Намаляването на популацията на даден вид не е за сметка на увеличаването на друг. Ясно е обаче, че всеки има своята роля в екологичното равновесие на планетата. Съвсем естествено е резултатът от изчезването на който и да е вид да се отрази негативно по един или друг начин на цялата околна среда. Все пак сме все още далеч от сериозен дисбаланс в екосистемата ни. Но независимо от това безспорно мерките трябва да се вземат навреме, а не постфактум, каквато

си е българската традиция. За това съветват и чуждестранните еколози, като отчитат все още по-добрата ситуация, в която в момента се намираме в сравнение с други държави. "България на фона на цяла Европа има една от най-големите числености на някои от проследяваните видове. Факт е, че в Източна Европа темповете, с които намалява броят на птиците, са по-бавни спрямо тези в Западна Европа", казва Йордан.

Както вече споменахме, тепърва предстоят проучвания на птиците, обитаващи града. Въпреки това зададох въпроса, който отдавна човърка не само мен, а и много обитатели на по-големите градове - къде се деляха врабчетата? Още повече че разговарях с най-подходящия събеседник. Изглежда, подкачащите малчовци, с които така бяхме свикнали, са изчезнали не само от нашите градове, но и от Англия. Там обаче не само са констатирани

неприятния факт, а и са провели изследване. Резултатите от него твърдят, че прекомерният шум е прогонил врабчетата, типичните градски обитатели. Йордан пояснява, че тези резултати не могат да се вземат от една среда и да се пренесат автоматично в друга, но определено високите децибели се отразяват изключително негативно върху домашното врабче. "В същото време това, че го няма в града, не означава, че го няма и извън него", успокоява експертът.

Както намаляващият брой на врабчовците прави впечатление, така и засиленото присъствие на враните привлича вниманието. Само че това се оказва визуална илюзия. Всъщност според направеното проучване популацията на враните също е от намаляващите. Скупчването на огромни ята, което е твърде специфично за тях, е причината да имаме усещането, че броят им главоломно нараства.

Истина е, че има известна инвазия към града заради намаляването на дърветата в земеделските райони, които са необходими на враните, за да гнездят.

От години вече можем да се похвалим и с присъствието на един от членовете от семейство Чайки в столицата. Възможно е и да сте чували специфичните звуци рано сутрин в притихналата София. За съжаление това съвсем не означава, че морето е дошло по-близо. Специалистът поясни, че жълтокраката чайка, или по-известна като гларус, не е само морска птица, затова се среща и по други места освен покрай брега. По полето също може да я видите, както и на покривите на някои от централните сгради, на които гнезди. Всъщност те са птици, които не пропускат съществуващи възможности за изхранване. Така че, където има достатъчно храна, като нищо ще се натъкнете на лакомия гларус.

Докато някои видове птици са далеч от изчезване, съвсем реална е опасността за това при Египетския лешояд. От 100-те двойки до преди няколко години в момента са останали около 30. Вземането на правилните мерки за променяне на негативните резултати от мониторинга ще подобри не само условието на средата, в която и ние живеем, но ще помогне и за опазването на застрашените видове, които я обитават.



Д-р Ирина КУНЕВА,  
МЦ "Пентаграм"

**З**рителната функция на човешкото око се променя с възрастта, променят се рисковете и вероятността за различни заболявания. Откриването на причините за намаляването на зрението при възрастните хора, точната и навременна диагностика отличават лечимите от нелечимите заболявания и са решаващи за бързото им и навременно повлияване и/или излекуване. По данни на СЗО най-честите причини за слепота при възрастните са: катаракта (47,9%), глаукома (12,3%), дегенерация на макулата (8,7%), диабетна ретинопатия (4,8%), запушване на съдовете на ретината.

**Катарактата (перде)** води до намаляване на количеството светлинни лъчи, попадащи в окото, и човек вижда неясно и размито. Намалението на зрението е обратимо и лечимо, когато катарактата е единствената причина. Вече не се чака пердето да узрее, за да се оперира, днес операцията се извършва през малък разрез с ултразвук, безшевно, с имплан-

## Възраст и око



Д-р Ирина КУНЕВА

тация на меки, сгъваеми вътреочни лещи. Периодът на възстановяване при този вид операция е значително скъсен и облекчен за пациента.

**Глаукомата** често протича безсимптомно и пациентите остават недиагностицирани до късните фази. Основни рискови фактори са: повишено вътреочно налягане, фамилна обремененост, късогледство, захарен диабет, системна хипертония и др. При острата форма на първична закритогълна глаукома настъпва остро закриване на иридокорнейния ъгъл от ко-

рена на ириса - причина за рязко и силно покачване на вътреочното налягане. Оплакванията са от силна болка в главата с гадене, повръщане, намалено зрение, ореоли около светлините, зачервяване, сълзотечение.

Диагнозата се поставя на базата на проследяване на стойностите на вътреочното налягане, оглед на очното дъно, изследване на зрителния нерв, на периферното зрение, скенер на очно дъно. Поставянето на диагнозата навреме и понижаването на стойностите на вътреочното налягане

чрез капки, лазер или оперативно лечение са възлови за спиране на прогресията на болестта.

**Макулната дегенерация** е заболяване на хората в напреднала възраст, нарушава централното зрение, способността за четене и разпознаване на лицата. Има две форми - влажна и суха, разграничаването им определя начина на лечение. При влажната форма лечението е с прилагането на анти-VEGF препарати, при сухата се предписват витамини с лутеин, зеаксантин, омега-3 мастни киселини и др.

**При диабетна ретинопатия** основните рискови фактори за развитието са: давност на диабета, висока кръвна захар, артериална хипертония, възраст на поява на заболяването, генетични фактори, затлъстяване, тютюнопушене, заседнал начин на живот. Повече от 90% от пациентите с тип I с давност на заболяването над 20 г. имат някаква форма на диабетна ретинопатия, след 30 г. над 50% имат разви-

тие на нови некачествени съдове, водещи до кръвоизливи и отлепване на ретината. При тип II след 20-годишна давност 60% развиват белези на ретинопатия. По-високата честота на диабетна ретинопатия при диагноза захарен диабет тип II се дължи на по-късното диагностициране на болестта - 4-7 години след нейното начало.

При усложнения на пролиферативната диабетна ретинопатия - кръвоизливи в стъкловидното тяло, отлепване на ретината, които водят до тежка загуба на зрението, трябва хирургично лечение. За предотвратяване на усложненията са необходими редовни профилактични прегледи поне веднъж в годината. За уточняване на стадия на диабетната ретинопатия се прави снимка на очно дъно с контраст. Лазертерапията и интравитреалните инжекции с анти-VEGF препарати и/или кортикостероиди са част от терапията за спиране на прогресията на заболяването и недопускане на необратими увреждания на зрението.

**Съдовите оклузии на ретината** (артерии и вени) водят до блокиране на кръвоснабдяването и.

Обикновено настъпват в едното око, има внезапно, различно по степен намаление на зрението. Оклузиите биват стволни и клонови. Острата едностранна загуба на зрение без болка е най-честият симптом при запушване на артериален съд. Причините: запушване от атеросклеротичен тромб, обикновено при пациенти с артериална хипертония (60%), захарен диабет (25%) и др. Оклузията на съдовете на ретината е спешно състояние. Ако ретината остане некръвоснабдена по-дълго от 20-40 мин, се развиват необратими процеси, водещи до смърт на ретинните клетки.

*Лечението и превенцията на усложненията от очните заболявания изискват усилията на общопрактикуващи лекари, офталмолози и кардиолози, редовните прегледи и своевременно лечение са решаващи за запазване на зрението.*

**Медицински център "Пентаграм"**  
1000, гр. София  
Ул. Враня 109-111  
GSM: +359 882 216 165  
тел.: (02) 447 20 40  
(02) 447 20 50  
(02) 447 20 60

## Косопад. Защо?

>> **Косопадът спира от корена**

**З**наете ли защо косата ви пада, къса се и започва да цъфти, въпреки че ползвате уж „подходящия за вашия тип коса“ шампоан и балсам? И маски с и

правите, но нищо не се променя!

### Истината за косата

Няма да решите проблема само с тези средства, защото те работят отгоре – върху мъртвата част на косъма. Истинското решение изисква грижа и за живата част на косъма – коренът, и по-конкретно подхранване на неговата луковица.

### От корена зависи

Когато корените на косата са добре подхранени, те стават поустойчиви. Това дава здрава основа на косата, подобно на тази, която дърветата получават от своите корени.

Най-подходящата терапия за луковиците са някои специални растителни масла.

Единственият начин те да достигнат до нея обаче е чрез кръвта.

Фаворитът и на специалисти, и на препатили в борбата с косопада е Vitaslim BEAUTY (Витаслим БЮТИ). Чаровната Невина Бекир например се похвали: „С Vitaslim BEAUTY косопадът буквално спря“. Столичният фармацевт Невина Кискова пък от собствен опит споделя, че резултатът е видим още след първите дни.

Vitaslim BEAUTY е уникален по своя състав, защото освен необходимите растителни масла съдържа богат набор от витамини и антиоксиданти плюс високи дози от коензима на младостта – Q 10. Vitaslim BEAUTY бори косопада и пърхота и ускорява растежа на косата и ноктите. Подмладява и освежава кожата, като намалява бръчките и тъмните кръгове под очите.

### Отлични впечатления от първо лице

От години използвам преса за коса. Това изтощава и накъсва косъма. Затова реших да си взема Vitaslim BEAUTY. От съвсем скоро го пия, но мога да кажа, че още с втората опаковка косопадът и проблемите намаляха. Хората, които идват в аптеката ни, също са доволни от Vitaslim.

Фармацевт Невина Кискова,  
Аптека „Фарма Л“, гр. София,  
ж.к. Св. Троица, бл. 373, вх. А

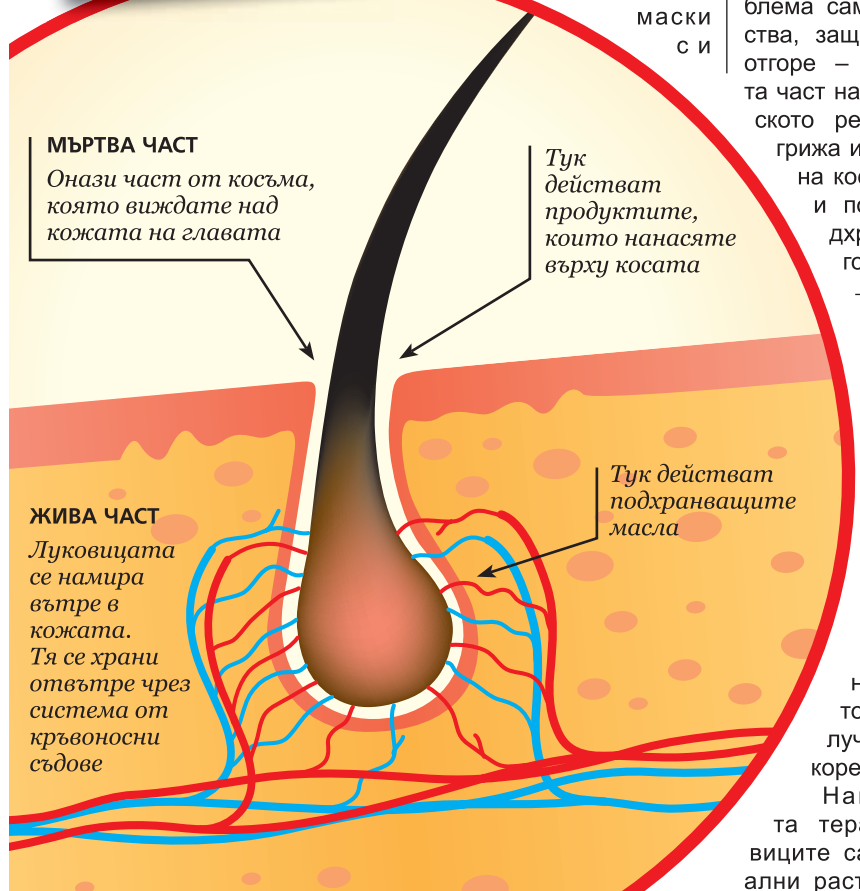
### Косопадът буквално спря

Претърпях голям стрес и косата ми започна да капе усилено. Потърсих решение в специални маски и балсами, но без резултат. За Vitaslim BEAUTY научих от Интернет. Ефектът му беше впечатляващ. Косопадът буквално спря. Сега косата ми расте дори по-бързо, а космите са здрави и еластични. Невина Бекир, 41 г., гр. Варна, tiara1971@abv.bg



ТЪРСЕТЕ В АПТЕКИТЕ!

vitaslim.eu





# София - световна столица на сценичния плакат

Ще бъдат показани 350 творби на художници от 30 страни

млади таланти.

По време на триеналето ще има и световна премиера на близо 120 плаката, отбелязващи 200-годишнините на великите композитори Верди и Вагнер.

Едни от най-влиятелните световни майстори в този жанр пристигат специално в София, за да участват в Международното жури. Това са полякът Томаш Богуславски, унгарецът Петер Поч и китаецът Джиян-пинг Хе, който живее в Германия. Тримата ще участват и в предвидените в образователната програма на Триеналето публични лекции, както и в обща изложба заедно с

българите Божидар Икономов и Божидар Йонов, които също са членове на Международното жури. Специални гости също са и проф. Лех Майевски - ръководител на прочутото Варшавско биенале, и Рене Уинер - известен изследовател и колекционер от Швейцария.

Ето и част от съпътстващите събития, вклю-

чени в едномесечната програма: изложбата "Антология на българския театрален плакат", която ще се открие във фойето на Народния театър "Иван Вазов", а в Полския културен институт ще гостуват млади плакатисти от Полша. В Галерията на "Шипка" 6 посетители ще могат да видят и "Великите майстори на плаката от Полша: Хен-

рик Томашевски, Ян Лепница, Валдемар Свижежи". Организаторите предвиждат и още една изложба, на която ще бъде домакин Интер Експо Център. Изложението ще покаже избрани творби от Фонда на Триеналето и това ще бъдат шедеврите на майсторите на плаката от Япония: Икко Танака, Шигео Фукуда, Казумаса Наг.

Седмото международно триенале на сценичния плакат, което се откри в галерията на СБХ, превръща за цял един месец София в световна столица на плаката. Основната колекция на Триеналето включва 350 творби на автори от

30 страни, представящи най-доброто, създадено през последните 3 години в областта на класическите и модерните сценични форми в целия свят.

Сред участниците са и 33-ма български автори, повечето от които са дебютанти или съвсем



## 69 изпитани афродизиака от кулинарен ентусиаст

Българка, съпруга на швейцарски аристократ, предлага любовни рецепти

Българката Петя Петкова Шифлер е известен кулинар, тя обича да експериментира с различни вкусове и аромати и каквото и да приготвя, влага в него цялото си сърце. Неслучайно световноизвестни личности вярват на небцето ѝ и тя получава комплименти от тях. За нея се сещат величини като Омар Шариф, Анджелина Джоли, Шарън Стоун. Тя е жената, за която вещият и в кулинарното изкуство Пласидо Доминго казва, че никой по-добре от нея не може да приготви по-вкусна вечеря. Петя познава хранителните навици на футболната звезда Зинедин Зидан, на покойния Лучано Павароти, на Ален Делон, на Франц Бекенбауер, но не обича да говори за това. Като съпруга на Рето Шифлер, известен хотелиер и президент на белгийския вестник "Стандарт Лиеж", тя обикаля света и посреща именити гости.

Предшната ѝ книга се казва "111 рецепти около света", а новата е с любовното заглавие "69 изпитани афродизиака", но е истинско вълшебно пътешествие в света на любовните еликсири. Още древните елини са използвали

определени продукти като средство за освобождаване на сексуалното напрежение и за повишаване на потентността. Петя Шифлер познава тайните на тези храни. И предупреждава: "За съжаление с годините започваме да приемаме всичко за даденост, преставаме да се стараем и да поддържаме огъня във връзката. Но в любовта, както и при всичко останало, доживотна гаранция няма. С тази книга искам да вдъхна у хората желание да се раздават безкористно - времето си, чувствата си, вдъхновението си, за тези, които обичат..."

Авторката ни предлага приложими във всекидневия рецепти, а не такива, на чиито снимки единствено можем да се възхищаваме. С една дума: книгата е написана от човек с ясно съзнание, че не е нито доктор, нито консултант по здравословно хранене, нито сексуален експерт, нито фотограф, а само кулинарен ентусиаст, изпълнен с огромното желание рецептите му с тяхното "ритуално" приготвяне и вкус да допринесат за уют и красиви човешки взаимоотношения.

## Започва панорама на балканските филми

Всички прожекции са в салона на столичния Дом на киното и ще продължат до 10 октомври. Ето кои ленти можете да видите.

Роденият в Босна Радивое Андрич се представя с два филма - "Светкавици" и "Когато порасна, ще стана Кенгуру", които чрез самоирония и хумор проследяват нощните приключения на група никому ненужни безделници, иначе с мечти, големи, колкото е светът. Докато се смеем на абсурдно-комичните ситуации, в които изпадат, разбираме, че те са благословени с вълшебни мигове.

Филмът "Гуча" е жизнерадостна приказка за победата на любовта над омразата. Тази комична версия на "Ромео и Жулиета" среща един цигански Ромео с русокосо момиче, сияйно като слънцето и с шини на зъбите. Перипетиите пред тях са абсурдни по балкански и се допълват от гласа на тропета, който разказва своята версия на историята. Режисьор и сценарист е сърбинът Душан Милич, познат на българската публика с комедията "Ягода в супермаркета".

Балканската копродукция "Шоково състояние" е на словенеца Андрей Кошак. Тя описва преживяванията на обикновен човечец, който след дълги години най-сетне получава жилище и шокът му причинява амнезия. Изпратен в клиника за душевноболни, той посреща там демократичните промени. Паметта му се връща, но се оказва в съвсем ново общество, а семейството му е неузнаваемо. С една дума - черната житейска комедия, във вихъра на която е „малкият“ човек.

Лентата "Цирк Колумбия" е последната от трилогията на Данис Танович, който спечели "Оскар" за "Ничия земя". Новата румънска киновълна е представена с два филма. Първият е "Любовникът", а вторият е "Отвъд хълмовете" на режисьора Кристиан Мунджиу. Авторът се спира на сблъсъка между светската и религиозната представа за щастие, въплътени в две млади жени, приятелки от детинство, които се срещат след дълга раздяла, за да открият, че между тях е застанал Бог.

### IN MEMORIAM



Дончо Донев (1929 - 2007), Йордан Радичков (1929 - 2004), Рангел Вълчанов (1928 - 2013)  
Титаните се събраха... Снимка Рада ПЕТКОВА

Поведението ни след летния отход е силно обвързано с цялостната ни нагласа към живота - песимистът ще се оплаква, че времето е минало бързо и не се е забавлявал достатъчно, а оптимистът ще намери очарование дори в дъжда и проваления плаж. Психолозите твърдят, че се отпусваме истински и се презареждаме с енергия за нови подвизи след цели три седмици - срок и разход, немислим за повечето от нас. Но колкото и скромно да е откъсването от дома и работната среда, трябва да направим така, че да продължи в мисли и настроение до следващата мечтана дестинация.

**П**очивката няма географски граници, нито сезони, но и най-близката са шанс да останем релаксирани и усмихнати за месеци напред. За всички обаче връщането към действителността е съпроводено от потиснатост, носталгия и дори лека депресия. Стресът е още по-дълбок, ако сме се пренесли от лазурен морски пейзаж обратно към кишата, студа и мъглите, от добре уредената държава към местните ни неразбории. Затова опитните пътешественици дават няколко прости и лесно приложими идеи как да удържим красотата на видените места в очите и душата.

**Анализирайте плюсовете и минусите на прекараната ваканция** заедно с хората, с които сте почивали. Паметта ни има свойството да зачерква лошото и да изтъква хубавото, но е крайно време да станем по-взискателни към туристическата фирма и следващия път да търсим повече услуги и екстри за парите си.

**Оставете си време да се адаптирате към всекидневния живот.** Не се хвърляйте обратно към задълженията, строгия график на задачите и обичайния ритъм - разгледайте си сувенирите, покане-

те стари приятели на хапване с подправки и рецепти от посетената страна, отпуснете се и се усмихвайте. Споделянето на преживяното ще удължи удоволствието от ваканцията, а нищо чудно и да си намерите нови съ-



мишленици и спътници за бъдещи пътешествия.

Влезте в сайта на туроператора, който ви е предоставил ваканционния ваучер, и **попълнете формуляра за обратна връзка.** Фирмите, които държат на качеството на услугата, дори настоятелно молят клиентите си да им дават подробно мнение за общото впечатление, настаняването, протичането на цялата програма, нивото на транспорта и екскурзоводското обслужване, за да подобрят предложенията си за напред, а и да оценят пер-

## Да избегнем стреса

От най-много почивка се нуждаят връщащите се от почивка...

ваща резервация. Така хем получават мнение от първа ръка, хем се борят за лоялността на клиента към фирмата.

**Подредете спомени-те си.** Без скрупули изтрийте снимките, които не са на фокус или нямат сюжет, и запазете само онези, които говорят и без думи. Подредете ги в папки с имената на посетените места. Към всяка от тях добавете текстови файл с впечатленията си и нови-

Качвайте за фон на монитора си снимките, които ще ви дават настроение и ще ви вълнуват през следващите месеци. Понтирайте няколко емблематични от тях и ги рамкирайте. Заедно с билети от музея и дребен сувенир можете да правите колаж от всяко свое пътешествие и да украсявате дома си. Е, междувременно подхранете и социалните мрежи с моменти от ваканцията.

**Абонирайте се за бюлетините** на предпочитаните туроператорски фирми и авиокомпани. Така ще бъдете редовно информирани за новите дестинации, маршрути, празнични предложения и намаления за записване в последния момент. И лоукост превозвачите вече предлагат освен самолетни билети и изгодни резервации за хотели и коли под наем. Светът ще се доближава до вас и с виртуалните турове, които все по-често присъстват на страниците на туристическите агенции и световните музеи.

**В свободното си време се информирайте от туристическите блогове** - така не само ще научите много конкретна и полезна информация преди пътуването, но и ще знаете какво да не пропуснете следващия път. Опишете любопитните си и оригинални впечатления и ги публикувайте в социалните мрежи.



сонала си през погледа на туриста. Срещу вложеният труд те често предоставят отстъпка при след-

те неща, които сте научили. Професионалистите и запленилите от фотографията отдавна ползват платените услуги на "облак", където информацията им се съхранява виртуално и не може да бъде загубена или похабена.

**Съставете презентация с най-забележителните си 30-40 кадъра,** за да ги показвате на приятели и роднини, защото никой няма време да разглежда петстотин.



Планирането на всяка почивка отнема много време и усилия. **Не спирайте да мечтаете и определете следващата дестинация.** Проверявайте предложенията не само на български, но и от други туроператори според езиците, които ползвате. Сравнявайте цени и услуги, като се стремите да уеднаквите критерии. Опитните пътешественици са се убедили, че екзотичните за нас дестинации се предлагат при по-ниски цени, ако се резервират от други държави. Обяснението е, че нашият пазар е малък и не може да се осигури количество туристи, с които да се постигнат изгодни отстъпки.

**Съобразете се със стила и вида на новото избрано пътуване** и се подгответе отговорно и грамотно за него. Осигурете си инструкциите за съответната ваканция поне две седмици по-рано, за да си намерите подходящи дрехи и обувки, да си направите аптечка и ваксинации. Непременно проверете информацията за климатичните условия и прогнозата за времето. Не подценявайте изискванията на туроператора за размера на застрахователната сума в случай на злополука, лечение или репатриране.

## Подготвени за следващото пътуване

Условията на многолюдните гари и летища са много объркващи и притеснителни за ново-дошлите и са сред най-рисковите места. С малка подготовка можете да качите нивото си на сигурност още при следващото пътуване. Добавете към куфара си ефектен, пъстър или дори светещ аксесоар или стикер - така в бъркотията от сходни пътни чанти ще намерите лесно своята. Ползвайте надеждна закопчалка-катинар. Вероятно е това да обезкуражи крадеца и той да се прехвърли към по-уязвима "жертва".

Ако държите ценностите си в якето, можете да го забравите на практика навсякъде. Затова си осигурете колан-портмоне за кръста, в който да съхранявате паспорта, застраховката, кредитните карти, самолетните билети и парите - особено при нощно пътуване с влак или преходи. Това е идеална защита срещу джебчиите, но и срещу собствената разсеяност. Във всяко "парче" багаж съхранявайте ксерокопии от паспорта и застраховката, а на гърба напишете телефон и имейл за контакт.

Текст и снимки  
Бойка ВЕЛИНОВА

## ЧЕЗ предлага нова, опростена форма на фактурите за ток

ЧЕЗ внесе в ДКЕВР и в парламентарната Комисия по енергетика предложение за единна форма на месечна фактура за електроенергия за битови клиенти. Тя е съобразена с препоръките на членовете на потребителските и браншовите организации и граждански сдружения, участвали в заседанието на потребителския съвет към ЧЕЗ на 24.09.2013 г.

"Надяваме се нашето предложение да послужи като основа за широко обсъждане, да се включат всички заинтересовани страни - институциите, енергийните дружества, потребителски и граждански организации. Убедени сме, че само в дискусиата ще се роди най-доброто решение на уравнението между пълнота и яснота на месечните сметки, от което ще спечелят всички потребители на



електроенергия", подчерта Кремена Стоянова, изпълнителен директор на "ЧЕЗ Електро България" АД.

На 11.09.2013 г. ЧЕЗ предложи пред парламентарните Комисия по енергетика и Комисия за взаимодействие с гражданските организации и движения да бъде въведена единна форма на фактурата за електроенергия за битови клиенти. Целта е тя да съдържа една и съща информация, поднесена по един и същи начин, да даде възможност за повече прозрачност и съпоставимост на сметките за електроенергия. Крайното решение следва да е на държавния регулатор.

ЧЕЗ България продължава разяснителната кампания за клиентите в рамките на проекта "Бъдете информирани".

# Изградили сме дългосрочното доверие на клиентите

Васил Христов е сред най-младите по върховете на българския банков бизнес. Явно кариерата и семейството не си пречат, защото 38-годишният изпълнителен директор на Fibank (Първа инвестиционна банка) е и баща на три момчета. Сред 30-те банки у нас Fibank е на трето място по активи, на второ по размер на фирменото кредитиране (пари, дадени към българския бизнес) и на второ място по привлечени депозити от гражданите.

Васил Христов е възпитаник на УНСС, а за да стане банковото дело негова любима специалност, както често се случва, заслугата е на един преподавател. Професорът казвал: "Каквото и да се прави в икономиката, най-добра е позицията по средата - между тези, които имат пари, и тези, които имат идеи какво да правят с тях".

Много ми хареса тази сензация. Защото колкото и идеи да има човек, той е само един. Докато в банковата институция може да вижда идеите на много предприемачи и тенденциите в развитието им. Тоест по такъв начин ти можеш да посредничи между хората с идеи и хората със спестявания, да виждаш накъде ще се движи икономиката в някакъв следващ период и така по най-добрия начин да управляваш този процес. Работейки в банка, имаш възможност да участваш в разработването на различни видове печеливши бизнес модели и идеи, иновации, в които се инвестира, и по такъв начин да изградиш доверие у вложителите, че можеш да управляваш правилно парите им.

**- Поводът за разговора ни е второто издание на конкурса "Най-добра българска фирма на годината", очевидно имате амбиция той да стане традиционен. Внасяте и нов критерий за оценка - корпоративна социална отговорност. Защо и за кого е важен той?**

- Много важен критерий според мен. Все повече трябва да се чува за корпоративна социална отговорност на фирмите, които работят на съответен пазар, в случая говорим за българския. Защото това е основна грижа за потенциалния клиент. Ние имаме много сериозна политика за корпоративна социална отговорност, включително и фонд "Социална отговорност", който има за цел да предостави възможности за развитие и подкрепа на деца и младежи в неравностойно положение. От години даряваме средства за различни благотворителни каузи. Получавахахме доста признания: Най-голям корпоративен дарител на годината от Българския дари-

телски форум в две поредни години и награда за "Най-голям обем на финансови дарения" от Клуба на корпоративните дарители. Така че за мен е много важно освен чисто търговски подход към клиентите да има и емоционално отношение. Част от приходите от продукта и услугата отново да се връща под формата на социална отговорност и различни значими каузи към същото общество, което произвежда потреблението в страната. Смятаме, че трябва много да се говори на тази тема, за да може в бизнеса да се създаде култура на социална отговорност.

Искаме да акцентираме, че това е нещо, което ще бъде забелязано, което ще се оценява. И не е само важно какви са финансовите показатели, ами и каква е социалната отговорност на компанията. Защото много неща са отговорност на държавата, но не можем да очакваме всичко от нея. Субектите в гражданското общество също трябва да поемат инициатива.

**- Отделна е наградата, за която също по определени показатели ще могат да гласуват потребителите във вашия сайт.**

- Винаги има независима оценка. Защото гледната точка на журито се базира на определени чисто финансови показатели, за да "претегли" дали дадена компания се развива добре, дали отговаря на критериите на компетентното жури. Но не по-малко важно е извън това жури хората, клиентите да посочат своята компания. Тоест независимото мнение на потребителите е почти толкова важно, колкото и това на журито. Защото това в крайна сметка са потребителите на услугите, предоставяни от фирмите. Важно е да се вдъхне увереност, самочувствие на българския бизнес, да не бъде срамежлив и да показва резултатите си. И

**С Васил Христов, член на УС и изпълнителен директор на Fibank (Първа инвестиционна банка), разговаря Галина Спасова**



нека да се знае, че има кой да го оценява не само по счетоводните документи, а и като отношение към обществото и потребителите. Българският бизнес все още е крехък и млад. Ако го сравним с възрастта на хората, той може би в момента излиза от пубертета. В това време ти трябва наистина самочувствие, че това, което правиш, е добро и не отстъпва по нищо на тези, които от години са големи и утвърдени на пазара.

**- Как една българска банка намира място, и то призово, в толкова висококонкурентна среда? Кой фактор в тази посока преценявате като особено важен във вече 20-годишната ви история?**

- Това е локалното познание, разбирането за средата, в която би трябвало да се развива банката. Успехът очевидно се дължи на изграденото дългосрочно доверие на клиентите, със създаването на продукти, които не са копирани или адаптирани от чужди пазари, а са създадени тук, в България, и ще свършат работа за българската фирма, за българина. Това, че се създава нещо ново, което отговаря на потребностите, очевидно се оценява. Естествено никак не е било лесно през тези години постоянно да управляваш растеж в среда на динамични промени. Може да прозвучи изтъркано, но когато има сплотен екип - ръководство, служители, - в повечето случаи се излиза с работещо решение.

**- Според доклада на Световния икономически форум ние сме на едно от последните места по възможности да**

**привличаме и задържаме млади специалисти. Знаем, че и въпросът с подготовката на кадри също е болен за повечето фирми. Вие как го решавате?**

- Може би в доклада са анализирани много критерии. Проблемът в България може и да не е точно такъв, но смея да твърдя, че ние сме най-младата банка като средна възраст на служителите - около 35-36 години, което е доста млада възраст за такава сериозна професия. Ние сами си изграждаме кадрите, имаме политика на приемственост. Например сегашният състав на Управителния съвет, изпълнителните директори, повечето сме от десет години в банката, а някои и от по-отдавна. Започнали сме от ниски нива и сме се развивали по различни йерархични пътеки. Така че ние си изграждаме служители, които са пропити с ценностите, духа, стила, корпоративната култура на банката. А това нещо човек не може да го придобие за година-две. Полагат се наистина много грижи за вътрешната комуникация, социална отговорност, за подходящо обучение и вътрешно развитие.

**- Във вашата сфера и не само там решаващи за успеха са тези по-**

**Важно е да се вдъхне увереност, самочувствие на българския бизнес, да не бъде срамежлив и да показва резултатите си.**

**ниски и средни нива, които контактуват с потребителите. Това сякаш още не се дооценява от българските бизнесмени и предприемачи и в двете посоки - и като компетентност, и като отношение.**

- Радвам се, когато мога да говоря, подкрепено с факти. Първа инвестиционна банка традиционно печели наградите за банка на клиента (през 2002, 2003, 2006, 2008, 2009 и 2012 г.), за най-добро клиентско обслужване (през 2007 г.), за банка на тайния клиент (2012 г.) и за банка на годината (през 2001 г. и 2011 г.). Това става с много упорита работа. Ние материализираме това, което често се употребява популистски - че клиентът е важен, клиентът е бог. На година даваме не по-малко от 3-4 милиона лева за обучение и развитие на персонала на нашите служители.

ли в клиентското обслужване. Това са хората, които са лицето на банката, било тези, които работят на касата, които са фронтофис, или нашите кредитни специалисти, които говорят с клиентите.

Имаме спечелени проекти по европейски програми за развитие на човешките ресурси, които осъществяваме с външни консултанти. Работим активно и по изграждане на корпоративна етика по отношение на клиентското обслужване, за да можем да отговорим адекватно на все по-информираното и взискателно търсене на нашите клиенти. Защото през годините, освен че банката се развива, и клиентите свикват на едно различно качество на обслужване и отношение. И го очакват от нас и занапред. Така че се стремим да бъдем една-две обиколки пред нашите конкуренти.

**- Как да посреща икономическите бури и предизвикателства нашият предприемач?**

- Да запази оптимизъм, това би трябвало да е подходът. Предизвикателството е да вярваш, че нещата вървят към подобряване, и да се търсят потенциални възможности (това го казвам и в контекста на конкурса) извън българския пазар. Защото нашите фирми могат да предлагат по-качествени услуги в международен аспект от много други компании. Твърдя например, че обслужването, което ние предлагаме, по никакъв начин не отстъпва на западноевропейските и международните банкови институции. Работим с много външни консултанти на тема корпоративно управление, преди две години наехме Международната финансова корпорация да ни направи одит на корпоративното управление. Свръхваме си часовниците и гледаме винаги да бъдем в крак.

Конкурсът "Най-добра българска фирма на годината" вече започна и ще продължи до 28 октомври 2013 г. Организаторите от Първа инвестиционна банка искат да насърчат по този начин българския бизнес, който според тях има с какво да се похвали - устойчиви модели за развитие, ноу-хау и продукти, които може да изнася. Призовете са в две категории - "Микро- и малки фирми" и "Средни и големи фирми", както и специална награда за избор на пот-

ребителите, които могат да гласуват на интернет страницата на конкурса. Нов момент и важна част от критериите за оценка ще бъде корпоративната социална отговорност. Значително опростен е и въпросникът в частта за финансовите показатели. Осемчленното жури ще отличи добрите бизнес примери, като задължително условие в конкурса остава фирмите да са с български капитал и мениджмънт и да представляват българска марка.



Владислава ГАЛЕВА,  
юрист

# Когато сключвате договор за наем

**Внимателното обмисляне на всички обстоятелства е гаранция срещу бъдещи проблеми**

Договорът за наем е регламентиран в Закона за задълженията и договорите (ЗЗД). Най-често предмет на договор за наем е недвижим имот, но това може да бъде и движима вещ. Тук ще разгледам основните моменти при сключване на договор за наем на недвижим имот.

**П**о силата на чл. 228 от ЗЗД със сключването на договор за наем "наемодателят се задължава да предостави на наемателя една вещ за временно ползване, а наемателят - да му плати определена цена".

Договорът за наем на жилище/помещение, който се сключва, може, а е и най-добре, да бъде в писмена форма, за да е ясно какви уговорки са направени, какви задължения възникват за квартиранта и какви задължения - за хазяина. *Възможно е уговорките да бъдат направени устно, като в този случай договорът ще бъде съвсем действителен, но доказването на направените уговорки ще бъде по-трудно, а в определени случаи - дори невъзможно.*

Трябва да се има предвид, че е възможно сключването на договора в по-специфична форма с цел гарантиране на интересите предимно на наемателя, в случай че в течение на договора собствеността върху имота се промени, поради което се наложи наемателят да освободи предсрочно наетото жилище.

Ако договорът за наем е сключен при нотариус, който да удостовери датата на подписването на документа, наемателят ще може да ползва квартирата, дори тя да е продадена, до края на уговорения в договора срок, но не повече от 1 година от продажбата на наетото жилище.

Ако сключеният договор бъде вписан в имотния регистър, наемателят ще може да ползва квартирата до края на уговорения в този договор срок без значение дали хазяинът е продал жилището

след вписването на договора за наем.

## За колко време може да се наема жилище?

Най-често договорите за наем се сключват за срок от 1 година, за да може, ако квартирантът и хазяинът преценят, след изтичането на този срок да имат възможност да актуализират някои клаузи, като например размера на наема. Трябва да се има предвид, че срокът за ползване на наетото жилище/помещение НЕ може да бъде по-дълъг от 10 години, а в определени случаи срокът на договора за наем не може да бъде по-дълъг от 3 години. Ако квартирантът и хазяинът са направили уговорки за срок, по-дълъг от горепосочените, тези уговорки няма да имат правно значение и ще бъдат заменени от споменатите правила.

Възможно е да не се уговаря срок за ползването на жилището/помещението. В този случай наемният договор е безсрочен и може да бъде прекратен с едномесечно предизвестие, когато наемът е месечен, едномесечно предизвестие, когато наемът е уговорен на седмица, и дори едномесечно предизвестие, когато наемът е договорен на ден.

## В какво състояние се предоставя наетото жилище/помещение?

Хазяинът е редно да предаде имота в състояние, годно да се използва за предназначението, за което е уговорено. Когато имотът се наема с цел да се живее в него, той трябва да бъде годен за обитаване! Но ако при оглед да преди сключването на договора за наем

квартирантът установи неуредици в жилището, като например счупени мебели или наличие на мухъл по стените, и въпреки това наеме жилището, знаейки за тези проблеми, хазяинът няма да има задължение да ги отстрани, освен ако в договора не се впише изрично, че ще го направи. Възможно е да се постигне споразумение наемателят да направи освежителен или дори по-сериозен ремонт на квартирата, като вложените средства след това се приспадат от наема чрез намаляване или пропускане на определен брой вноски от този наем.

## Протокол за описание на жилището

За да бъдат отношенията между хазяина и квартиранта изрядни, е хубаво да се състави протокол за описание на наемането на наемателя в квартирата. В този протокол може да се опише състоянието, в което се приема жилището, наличните мебели и принадлежности, както и всичко онова, което хазяинът и квартирантът смятат за важно да споменат. Подробният и верен протокол, подписан и от двете страни, създава гаранция за наемателя, че няма да му бъде търсена отговорност за повреждане или изчезване на имущество, което му е било предадено в лошо състояние или пък въобще не е получил. Затова е важно да се състави описание на всичко, което кварти-

рантът получава при настаняване в квартирата.

Квартирантът е длъжен незабавно да уведоми хазяина, ако в имота възникнат повреди. Това трябва да бъде включено в договора за наем, тъй като нерядко възникват конфликти между хазяин и квартирант относно вината за някаква повреда. В закона се използва терминът "обикновено употребление", което включва замърсяването на стените в помещението, разяждането на крановете, запущване на комини и други подобни. Тези повреди са за сметка на квартиранта. Всички други повреди, ако не са причинени виновно от него, са за сметка на наемодателя, т.е. хазяина, като наемателят има право да извърши поправка и да прихване стойността на тази поправка от наема. Ако наемодателят не желае или не разреши на наемателя да отстрани повредите, наемателят има право да развали договора, като спазва клаузите, посочени в чл. 87 от ЗЗД. Отправя се писмено предупреждение за прекратяване на договора за наем поради неизпълнение на задълженията на наемодателя, като се дава подходящ срок за това.

**Какво се случва, ако наетият имот не бъде освободен от наемателя и върнат на собственика след**

## изтичане на срока на наемния договор?

В чл. 236 от ЗЗД е записано, че ако след изтичане на наемния срок използването на жилището/помещението продължи със знанието и без противопоставяне на наемодателя, договорът се счита за продължен за неопределен срок. Тоест имаме "мълчаливо подновяване на наемния договор". Обаче важно е да се отбележи, че срокът не се подновява отново за времето, за което е бил сключен договорът за наем. Срокът се счита за подновен за неопределено време и всяка от страните може да се откаже от него, като отправи към другата страна едномесечно предизвестие.

Ако наемодателят се противопостави и въпреки всичко наемателят остане в имота и продължи ползването му, то той дължи обезщетение на собственика на имота. Освен това не отпадат задълженията на наемателя, произтичащи от клаузите по договора за наем, независимо че е прекратен. Общо взето, ситуацията е изключително неприятна и е свързана със спорове, разходи, необходимост от юридическо съдействие и предприемане на реални действия.

Важно е да се отбележи в защита на квартирантите, че срочните договори не могат да се прекратяват произволно от хазяите. Единствено ако наемателят

виновно увреди имота или не изпълнява задълженията си, произтичащи от договора за наем, наемодателят може да прекрати договора по надлежния законен ред.

## Друг важен момент е пренаемането на имот

Важно е в договора за наем да фигурира клауза, регламентираща възможността или липсата на възможност за пренаемане. Това произтича от факта, че според чл. 234 от ЗЗД, ако в договора за наем не бъде уговорено, че наемателят няма право да преотдава под наем имота на трети лица, той може да го направи, без да иска разрешение и съгласие от собственика на имота. Получава се така, че пренаемателят ще плаща цената, договорена с наемателя, а наемателят ще плаща цената, която е договорил със собственика на имота. Именно затова в договора за наем ясно трябва да е записано наемателят има или няма право да преотдава части от недвижимия имот.

## Кои са задължителните клаузи в един договор за наем на имот?

1. Дата на сключване
2. Данни на наемател и наемодател (по лична карта или, ако някоя от страните е юридическо лице - данните по регистрация в Търговския регистър)
3. Точно описание на недвижимия имот и адрес на имота
4. Наемна цена месечно
5. Срок за отдаване под наем
6. Права и задължения на наемодателя (в т.ч. клаузи за неустойки, обезщетения и мн. др.)
7. Права и задължения на наемателя (в т.ч. клаузи за неустойки, обезщетения и мн. др.)
8. Клаузи за прекратяване

*В общи линии законодателството дава значителна свобода и възможност за индивидуален подход при сключване на договор за наем. Има обаче задължителни клаузи, които трябва да са уточнени предварително, за да се избегнат недоразуменията впоследствие.*

**За контакти:**  
**0886-74-25-26**  
**e-mail:**  
**galeva\_v@abv.bg**

ПЕСЕН НА ПЛАМЕН СТАВРЕВ

ПРАЗНИКЪТ НА СОФИЯ

ЧОВЕК, БОЛЕН ОТ ПРОГРЕСИВНО СТАРЕЕНЕ

ДОЛНА ЧАСТ НА СТАЯ

ГИГАНТ, ВЕЛИКАН

КАТАРАМА

НАШ ПИСАТЕЛ 1911-1983 "НЕВИДИМИЯТ РИФ"

ГОРЧИВА БИЛКА

ЛЕТЦИ, АВИАТОРИ

НАША РЕКА

ГЕРОЙ ОТ ИСПАНСКИЯ ТВ СЕРИАЛ "СЕМЕЕН ЛЕКАР"

ГВИНЕЙСКИ ФУТБОЛИСТ "ЛЕВСКИ"

МАЙЧИНО МЯКО СЛЕД РАЖДАНЕТО

ГЕРОЙ ОТ ИГРАЛИЯ ФИЛМ "МОМЧЕТО СИ ОТИВА"

СЛАБ, БЕЗВОЛЕВ ЧОВЕК ВЪЗПАЛЕНИЕ НА ГРЪБНАЧНО МОЗЪЧНИТЕ НЕРВИ

ПОДВИЖНА ЗАКЛЮЧАЛКА

РЕКА, ТЕЧАЩА ПРЕЗ САНКТ ПЕТЕРБУРГ

ЕДНА ОТ ВРАЖДУВАЩИТЕ ФАМИЛИИ ОТ СЕРИАЛА "СТОЛИЧАНИ В ПОВЕЧЕ"

ФРЕНСКА КИНОАКТРИСА "СМЪРТТА НА ЕДИН НЕГОДНИК"

ПОМЕЩЕНИЕ ЗА СЪБРАНИЯ

РЕКА В ГЕРМАНИЯ

РЕКА В РУСИЯ-СИБИР

ПОВОДИ, ОГЛАВНИЦИ

ГЕРОИНА ОТ ИГРАЛИЯ ФИЛМ "АДАПТАЦИЯ"

УТРИННА СЕРЕНАДА

ПОЧЕТНА ИЗВЕСТНОСТ, ПРИЗНАНИЕ

ЕДНОИМЕННИ НАШИ ГРАД И РЕКА

МУЗИКАЛНА НОТА

РАЗУМ, РАЗСЪДЪК

РОМАН ОТ РОБЪРТ ПАРКЪР

НАШ КИНОАРТИСТ "ЛЮБИМЕЦ 13"

РОМАН ОТ ЛЮБЕН СТАНЕВ

РЕКА В РУСИЯ, СИБИР

ГЕРОЙ НА ЧУДОМИР "ВРЪН, ВРЪН .."

СЪД ЗА ПРАНЕ

СТИХОТВОР. ОТ ХРИСТО РАДЕВСКИ

МАЛАРИЧЕН КОМАР

ЕЗЕРО В РУСИЯ, СИБИР

ГЕРОЙ ОТ ТВ СЕРИАЛ "ОКТОПОД"

КАРТИНКА НА ПОТРЕБИТЕЛ В ИНТЕРНЕТ

ЛЕКО ЖЕНСКО ПОКРИВАЛО ЗА РАМЕНЕТЕ

ФРЕНСКИ МОДЕЛИЕР 1936-2008

МАРКА ЛАПТОПИ

МАТЕМАТИЧЕСКО ЧИСЛО

АРХИТЕКТУРЕН ПАМЕТНИК ВЪВ ВЕЛИКО ТЪРНЕВО

АРТ. ИМЕ НА А. ЛЕШНИКОВ

ГЕРОЙ НА Й. ЙОВКОВ "ВРАЖДА"

МАРКА РУСКИ ПИСТОЛЕТИ

ЖИЛЕЩО НАСЕКОМО

ТРЕТА ЧАСТ НА ПЕСЕН ОТ КЛАСИЧЕСКАТА ЛИРИКА

СТОЛИЦАТА НА АЛБАНИЯ

ПОДОБИЕ, ПРИЛИКА

МИНЕРАЛНИ ВЕЩЕСТВА

ГЕРОЙ НА А. КАРАВЕЛОВ "МАМИНО ДЕТЕНЦЕ"

ИНДИЙСКИ РЕЖИСЬОР "АЛАМ АРА"

НАМАЛЯВАНЕ НА УГОВОРЕНА ЦЕНА

ШВЕЙЦАРСКИ ПОЛИТИК 1752-1821

ГЕРОЙ НА П.П. СЛАВЕЙКОВ "РАЛИЦА"

СОРТ КЪСНИ КРАСТАВИЦИ

СЪНОТВОРНО ЛЕКАРСТВО

МУЗИКАЛНА НОТА

ГЕРОЙ НА Й. ЙОВКОВ "ШУТИЯТ ВОЛ"

МАРКА ИТАЛИАНСКИ ПУШКИ

ЕЗЕРО ВЪВ ФИНЛАНДИЯ

ФРЕНСКИ СКИОР ОЛ. Ш. 1992 Г.

МОДЕЛ НА "ХОИДА"

ПЪТЕКА В ПАРК

ГЕРОИНА НА ЙОХАН ЩРАУС "ПРИЛЕПЪТ"

ГРАД НА ОСТРОВ СИЦИЛИЯ

ВЪЛНАТА НА ЕДНА ОВЦА

ПЕСЕН НА СТЕФАН ВЪЛДОБРЕВ


ФРЕНСКИ ПИСАТЕЛ 1848-1921 "ДОН ЖУАН"

ОБЛАСТ В ТРАКИЯ

ГРАД В БЕЛГИЯ

ФРЕНСКИ ГЕОЛОГ, ИЗСЛЕДОВАТЕЛ НА АЛПИТЕ

NeOx



Отново се движиш!

РЕЧНИК: АНОФЕЛЕС, БЕЛАГ, ЕКАР, ЕНЕН, ИНАРИ, ИРАНИ, ОДРАН, ОКС, УГАРОВ.

МИХАИЛ МИЦЕВ

Отговори на кръстословицата от бр. 36:

ВОДОРАВНО: Оби. Славянски повеч. Ратин. "Амоко". Оратория. Саго. Ери. Апаратура. Якимов (Димитър). Ути (Бъчваров). Арена. "Ането". "Ила". Осора. Ин. Инулин. Зокум. Ерик. "Ти". Брак. Рак. "Аве". Алея. ЕЛАНА. Ла. АРАЛ. "Азazel". Ерул. Опис. Пес. Борисова (Евелина). "Ани". "Ожени се за мен". Вал. Аретир. Рикшет. МАГИ. Книгководител. Гири. ОН ("Общество на народите"). "Сто". Инана. Ана Карина.

ОТВЕЩО: Гларус. Резонанс. Амитоза. Апирит. Иво. Ирокези. Его. Яка. АК. Лесото. Онопа. Урал. "Живи". Ариман. Перон. Акорен. Камен. "Да". Иран. Сири. Агата. Сита. "Ю Ту". Леке. Евора (Сезария). Зола (Емил). Ерани (Сара). Алабаш. Очи. Енева (Степа). ОМЕГА. Яя Туре. Еретик. Ир. Коли. Арин. Ра. Аси. ИКАРУС. Мир. Етамин. Лалова (Ивет). ИГОЛ. Тел. Вагон. Иновация. КАЛИНА.

ЛЕСНО

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

СРЕДНО

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

ТРУДНО

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

**М**нозина видяха в четвъртото място, което България зае на европейското по волейбол за мъже в Полша и Дания, прокоба от съдбата. Всички знаят колко тежи етикетът "вечно втори", но още по тежи "вечно четвърти". Е, последният със сигурност не може да бъде лепнат на страната ни, която е играла финали на олимпийски игри (Москва '80), на световно (1970) и европейско първенство (1951), а има и по 4 бронзови медала от последните изброени форуми.

Малшансът, който преследва нашите през последните 2 години, е очевиден - тимът ни остава четвърти на Олимпиадата в Лондон през 2012, а също и на финалите на Световната лига в последните две издания. Това постоянно обаче трябва да ни говори далеч повече от намеците на някои за провал. Напротив - малко (да не кажем и ниско) са сферите, в които България може да се похвали, че е четвърта в света или Европа.

"Всички очаквахме един медал със светъл цвят - златен, но завършихме четвърти и този път. Това не е никак лошо, защото да останеш на масата на големите играчи е винаги много важно и много трудно. Трябва да бъдем щастливи, защото това е един млад, свеж отбор, който ни кара да се забавляваме, а понякога и да съжаляваме. Това е малко като любовна история. Обаче представлява едно от най-добрите неща на България", обяви при завръщането си от Дания и селекционерът на българите Камило Плачи.

А италианецът е напълно прав - българинът трябва да се научи да цени и да се радва на постигнатото и чак тогава да критикува за неуспехите. Защото Плачи веднага прозря, че у нас има срещу себе си 7 милиона волейболни специалисти, готови да дават съвети и напътствия, въпреки че не им ги искаш.

"Нека не омаловажаваме четвъртото място. Много изстрадаха момчетата, за да стигнат дотук.

# Четвъртото място - прокоба, реалност или героичество



Крайно класиране на Евровoley 2013

1. Русия
2. Италия
3. Сърбия
4. България
5. Франция
6. Германия
7. Белгия
8. Финландия
9. Полша
10. Холандия

Не ни достигна това, че много от нашите състезатели не играят в силни първенства", заяви водачът на отбора ни Любо Ганев.

И може би точно в това е разковничето в липсата на медали. На отбора ни му липсва водач, лидер, който да поема отговорността в най-важните моменти и не само да я поема, а и да я оправдава. Липсата на такъв играч най-много тежи след 20-ата точка в гейма срещу силните отбори. "Преди имяхме Матей Казийски, Владо Николов, Пламен Константинов - все играчи, врели и кипели в големите битки. Сега Цецо Соколов е много добър, но е още млад. Играл е само

един сезон в силно първенство и му трябва още опит", сподели след загубата на полуфинала от Италия либерото Теодор Салпаров.

И е прав. В българския тим той и разпределителят Георги Братоев бяха несменяеми на полето. А Братоев, който бе обявеният за №1 на поста си на олимпиадата, дори нямаше още клубен отбор за новия сезон. "Ще играя в България, но няма да е в Левски", обяви той при завръщането си. А всеизвестна истина е, че у нас колкото и завързано да е мъжкото ни първенство, по нищо не може да се сравнява с руското, италианското, полското...

Най-резултатният в тима ни Цветан Соколов действително има зад гърба си един силен сезон - с италианския Бре Банка Ланути, след като няколко сезона търка пейката в "българския" Итас Диатек Трентино, воден от бившия ни селекционер Рачи, врели и кипели в големите битки. Сега около момчето от с. Ресилово ще се гради новият проект в Тренто, което ще даде

## ИНДИВИДУАЛНИ НАГРАДИ

**Най-добър реализатор:** Александър Атанасевич (Сърбия)  
**Най-добър разпределител:** Сергей Гранкин (Русия)  
**Най-добър посрещач:** Тодор Алексиев (България)  
**Най-добро либеро:** Алексей Вербов (Русия)  
**Най-добър изпълнител на сервис:** Иван Зайцев (Италия)  
**Най-добър нападател:** Лука Ветори (Италия)  
**Най-добър блокировач:** Сречко Лисинац (Сърбия)  
**Награда за феърплей:** Никола Йованович (Сърбия)

## СПОДЕЛЕНО НА РОДНА ЗЕМЯ

### Камило Плачи, старши треньор:

Положителна е оценката ми, защото достигнахме до важната - финалната част. Спечелихме си го сами, никой не ни подари нищо, даже минахме по-трудния път. Цялата тази година за мен е много позитивна и просто липсваше финалната част на приказката. Можеше да се случи една приказка с щастлив край. Минах и потупах всеки един от играчите по рамото, това беше жест, който много хора оцениха. Аз знам какво означава едно потупване по рамото в труден момент. Изборът на лидер е мълчалив, а никой не казва ти ще си лидер. Групата го припознава като лидер. Ние нямаме психологически проблем. Трябва да имаме състезатели, които да играят по-интензивно през сезона и да стават все по-добри. Психиката е първото извинение на слабите хора.

### Тодор Алексиев, капитан на отбора:

Положителното е, че има постоянство. Близо сме до медалите, трябва да мислим и да работим, за да стигнем до тях. Все още не съм мислил по въпроса какво ни липсва. Мисля, че сме израснали. Отборът ни върви по възходяща линия. Индивидуалната награда е за отбора. Съжалявам, че момчетата не бяха с мен на подиума, затова не ме касае изобщо.

### Цветан Соколов, волейболист:

Силите ни стигнаха до четвъртото място. Изиграхме хубаво европейско първенство, но не ни достигнаха силите, а може би и желание, нямам обяснение. Под натиск играхме на много високо ниво и се видя, че всички трябва да ги е страх, защото сме непредсказуеми. Разочарованието е много голямо, да гледаш как всички други се качват на подиума. Няколко точки не ни достигнаха и ние да сме там.

възможност на българския изпълнител да израсне още повече. Включилият се отлично след възстановяването си от контузия Николай Николов за последно игра в Иран, а оста-

налите също не могат да се похвалят с кой знае какви изяви, камо ли успе- хи на клубно ниво.

На фона на това, както и на големите разлики в бюджетите между воде-

## ФАКТФАЙЛ

\* Камило Плачи бе помощник на Силвано Пранди при последното ни качване на подиума на европейско първенство - Турция 2009.

\* От състава на България, спечелил бронз на Евро 2009, отсъстват 5 играчи - настоящият мениджър Владимир Николов, центрове Христо Цветанов и Красимир Гайдарски, както и Методи Ананиев и Андрей Жеков.

\* Плачи бе единственият чужденец, който води отбор на полуфиналите на Евро 2013. Останалите бяха наставници на националните отбори на родината си: Мауро Беруто води Италия, Андрей Воронков - Русия, Игор Колакович - Сърбия.

\* Мъжкят ни национален отбор е играл само веднъж досега на финал в Европа - Париж '51. Имаме още 4 бронзови отличия - Букурещ '55, Варна '81, Берлин '83 и Турция '09.

щите държави и нас, четвъртото място на волейболистите трябва да се приема като героичество.

"Този отбор има много сили! Аз останах впечатлен! Изстрадаме с всяка година и медалите все някога ще дойдат", допълни още Плачи и обеща, че още догодина нашите ще се борят за медал от Световната лига.

Късмет, момчета!

BGvolleyball.com

Страницата подготви  
Тодор ДИМИТРОВ



## TV АКЦЕНТИ

### Вторник, 8 октомври

11:00 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт  
 16:00 ч. Колоездене (Бинш-Турне-Бинш) по Евроспорт 2

### Сряда, 9 октомври

15:00 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт и Евроспорт 2  
 18:00 ч. Лудогорец - Дунав (футбол, купа България) по News 7  
 21:20 ч. Тренто - Мачерата (волейбол, Суперкупа Италия) по Ринг.бг

### Четвъртък, 10 октомври

15:00 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт и Евроспорт 2

### Петък, 11 октомври

15:00 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт

16:00 ч. България - Русия (футбол, ЕК, младежи) по Диема

18:00 ч. Армения - България (футбол, СК) по БНТ 1

19:30 ч. Германия - Черна гора (футбол, ЕК, младежи) по Евроспорт 2

20:30 ч. Малта - Чехия (футбол, ЕК, младежи) по News 7

21:45 ч. Германия - Ирландия (футбол, СК) по Нова спорт

22:00 ч. Англия - Черна гора (футбол, СК) по Диема

### Събота, 12 октомври

14:00 ч. Хасково - ЦСКА (футбол, купа България) по News 7

15:00 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт

16:00 ч. Пирин ГД - Левски (футбол, купа България) по News 7

19:00 ч. Американски футбол (Джърманбоул, Германия) по Евроспорт 2

### Неделя, 13 октомври

15:15 ч. Колоездене (Париж - Тур) по Евроспорт 2

15:30 ч. Тенис (WTA, Линц) по Евроспорт

### Понеделник, 14 октомври

14:00 ч. Тенис (WTA, Люксембург) по Евроспорт

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

BGvolleyball.com

ВОЛЕЙБОЛНАТА МЕДИЯ  
на България



Темата за допинг е актуална не от днес или от онзи ден. Тя съществува в съвременния спорт от десетилетия, а без съмнение и древните вероятно също са познавали начини да станат по-силни. Последните години обаче бележат пик почти във всяка състезателна област и колкото и да ни се иска футболът да е имунизиран от бича на съвременето в спорта, той определено не само не е изключение, но е сред най-засегнатите дисциплини.

# Българската допинг следа

Емилиян ОНУФРИЕВ

Още Тони Шумахер в книгата си "Начален сигнал" разказва за случаи, в които той и съотборниците му са се наливали със сиропи за кашлица заради ефедрин в съставките им, при това още през 70-те и 80-те години на XX век. По-късно заради кокаин изгоря най-големият в историята - Диего Марадона, а второто десетилетие на третото хилядолетие ще се запомни с не един и два смъртни случая на терена, за които, разбира се, няма доказателства, че са причинени от забранени субстанции, но е факт, че тежките състезания принудиха всички да се опират на различни медикаменти.



Преди няколко дни у нас избухна поредният допинг скандал. По принцип сме свикнали с издънките на щангисти и лекоатлети, но случаят с наци-

онала от Лудогорец Йордан Минев ни накара да си спомним, че с родно клеймо има не един и два футболни инцидента. Преди всичко - за щастие състезателят се оказа чист, а рестото от издънката остана на сметката на ФИФА.

**Кои са най-емблематичните случаи на заловени с допинг български футболисти**

## Илия Груев

Може да се смята за първия случай с уличен български футболист. Това е през 1998 г., а инцидентът слага край на мечтите на играча на Нефтохимик за участие на Световното първенство във Франция. Груев бе обвинен в употребата на нортестостерон при проверката на девет национали преди контролата с Мароко. Допингът представлява синтетично вещество, разновидност на мъжкия полов хормон тестостерон. Наказват футболиста за 2 години, а после намаляват санкцията на 6 месеца.

## Едуард Ераносян

Легендата на Локомотив Пловдив с право можеше да получи прякор Алхимика, след като не един, а цели седем него-

ви играчи от кипърския АПОП бяха спипани с допинг. Скандалът в АПОП избухна през ноември 2008 г., когато португалците Карлос Маркес и Лионел Медейрош бяха заловени за употреба на забранените субстанции оксиместрон и метилтестостерон. Новата 2009 г. за Ераносян и за целия клуб започна със заплаха за жестоки наказания. През април същата година той беше наказан две години да не упражнява професията си, а 24 месеца по-късно санкцията беше увеличена с още толкова. Изтече този април.

## Тримата от ЦСКА

Декември 2011-а беше неприятен месец за трима от ЦСКА. Румен Трифонов, Костадин Стоянов и легендата Тодор Янчев дадоха положителни проби. Вината в цялата ситуация беше прехвърлена към лекаря Мирчо Крайнов, който си призна, че им давал хранителна добавка. Случаят беше уреден с наказание от три месеца, а лекарят Крайнов беше уволнен.

## Фалшивата тревога

И така до онзи ден, когато ФИФА гръмна с новината, че български национал е уличен в употреба. Веднага се разбра и името му - Йордан Минев от Лудогорец. Оказа се, че той е бил инжектиран с определено вещество, което е било обявено преди мача с Малта. Излезе, че проблемът всъщност е техническа неточност. ФИФА се засрами и зачисти следите в своя сайт и в социалните мрежи. Остана обаче неприятното усещане...

То си пролича буквално минути след официалния край на инцидента - Ботев поиска допинг контрол за мача с Лудогорец. Засега нещата утихнаха, а Йордан Минев все още лекува контузията си.

BGfootball.com

Нека обаче да кажем истината - комерсиализацията на футбола върви от години, но в момента са пиковите й моменти. Най-добрите играчи събират по 40 мача в шампионата, поне пет за купите и още десетина в Европа. Ако пък им се падне година на световно първенство, финалистите в турнира, които не са от случайни отбори, добавят още седем. При 52 седмици в годината официалните им мачовете гонят 70. В повечето случаи за ваканции като на Валери Божинов пък не може и да се мечтае. За да си на ниво, трябва или да си медицински уникум, или много внимателно да подбиращ медикаментите за възстановяване, без които в съвременния спорт е невъзможно. Някои успяват, други не...

**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**

**5 булки** за добро храносмилане



Хранителна добавка

# Comfortex®



**Само 2 капсули** след хранене

- премахва излишните газове и чувството на тежест след нахранване
- подобрява храносмилането

**ECOPHARM**

Бул. "Черни Врх" №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)



# ЖИВОТ & ЗДРАВЕ

8 - 14 ОКТОМВРИ 2013

„Активис“ приключи придобиването на ирландската компания „Уорнър Чилкот“. Обединението създава водеща световна специализирана фармацевтична компания с очаквана комбинирана годишна печалба за 2013 г. 11 млрд. щатски долара, съответно третата по големина специализирана фармацевтична компания в САЩ, утвърдена в основните терапевтични области: женско здраве, урология, гастроентерология и дерматология.

„Активис“ и „Уорнър Чилкот“ се сливат в ново дружество, учредено в Ирландия - „Actavis plc“. Акциите на „Активис“ ще се търгуват на нюйоркската фондова борса с борсов символ АСТ. „Създаваме фармацевтичен лидер под шапката на подразделението

## „Активис“ придобива „Уорнър Чилкот“

„Специализирани оригинални продукти на „Активис“. Този засилен бизнес сегмент е в уникална позиция, която му позволява да посрещне нуждите от здравни грижи на пациенти по целия свят - особено в областта на опазването на женското здраве“, коментира Пол Бизаро, президент и главен изпълнителен директор на „Активис“. Придобиването постига повече от два пъти по-голямо портфолио на специализирани оригинални продукти на „Активис“, осигурява водеща в отрасъла система за създаване



Обединената компания има търговски представителства в повече от 60 страни на всички континенти

на нови продукти, от които над 25 са на различни етапи на разработка, уточнява още г-н Бизаро.

Обединената компания има търговски представителства в повече от 60 страни на всички континенти, фокусирана е върху разработването, производството и продажбата на генерични, оригинални и биоподобни продукти. „Активис“ има основна централа в Дъблин, Ирландия, и административно седалище в Парсипани, Ню Джърси, САЩ.

Представителството на „Активис“ в България е най-голямата фармацевтична компания у нас по продажби в опаковки и производствен капацитет.



## Акулите се включиха в битката срещу рака на гърдата

Нов вид терапия може да помогне за ефективното лечение на рака на гърдата, съобщават биолози от университета в Абърдийн. Става дума за приложението на специфичния вид антитела IgNAR (immunoglobulin new antigen receptor), ко-

ито се срещат при хрущялните риби - например акули. Според учените уникалните антитела могат да предотвратяват растежа на раковите клетки.

През следващите три години предстои да бъдат проведени редица

изследвания, които да потвърдят теорията и да помогнат за създаването на лекарство срещу най-често срещаната злокачествена локализация при жените. Учените ще се фокусират върху две молекули - HER2 и HER3, които са разположени на повърхността на раковите клетки. Когато тези молекули се комбинират, раковите клетки получават сигнал за растеж и делене. Според изследователите антителата IgNAR могат да спрат предаването на сигнала и да предотвратят развитието на заболяването.

## Спортът е ефикасен колкото лекарствата при сърдечни болести

Физическите упражнения помагат колкото медикаментите при лечение на сърдечносъдови заболявания и трябва да се използват като сравнение, когато се разработват и тестват нови лекарства, сочат резултатите от проучване.

Учени от Лондонския икономически институт, университета в Харвард и Станфордския университет установили, че не съществува статистически откриваема разлика между ползата от спорта и лекарствата за пациенти, които са засегнати от коронарна болест или са в предиабетно състояние. За пациентите, които се възстановяват след прекаран инсулт, физическите упражнения са далеч по-ефикасни в сравнение с приемането на медикаменти. Учените анализирали резултатите от 305 изследвания, обхванали близо 340 000 участници.

Сърдечносъдовите болести са убиец номер 1 в света, като всяка година причиняват смъртта на най-малко 17 милиона души.

В случай че лекарството има скро-



мен ефект, пациентите трябва да знаят, че физическата активност може да повлияе върху здравословното им състояние, заявиха авторите на проучването.

### ПОКАНА

#### ЗА УЧАСТИЕ В НАЦИОНАЛНИЯ ПАЦИЕНТСКИ ГЛАУКОМЕН КЛУБ

на лекцията „ГЛАУКОМА - ПРОБЛЕМИ НА ОЧНАТА ПОВЪРХНОСТ“ от доктор Бисера Самсонова в залата на Дома на културата „Средец“ (бивш „Лиляна Димитрова“) зад Музикалния театър „Стефан Македонски“, на 9 октомври (сряда) от 13:30 часа.

ПАЦИЕНТСКА ОРГАНИЗАЦИЯ „ГЛАУКОМА“

### ОБЯВА

„Първа МБАЛ-София“ ЕАД обявява конкурс за отдаване под наем на части от недвижими имоти - частна общинска собственост в сградата на „Първа МБАЛ-София“ ЕАД за осъществяване на медицинска дейност (Амбулатория за индивидуална практика за първична медицинска помощ /АИППМП/).

Подробна информация за местонахождението, минималната наемна цена и други ще намерите на адрес: бул. „Патриарх Евтимий“ №37- ет.1, стая №34 или на тел. 02/8059263 - Надя Дяволска, на сайта на „Първа МБАЛ-София“ ЕАД [www.1mbal.com](http://www.1mbal.com) и на сайта на Столична община.

### ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...



Според холандски учени върху опаковките на разхладителните напитки, съдържащи захар, трябва да се сложат предупредителни надписи както върху цигарите. Специалисти от Департамента по здравеопазване в Амстердам твърдят, че захарта е опасен наркотик.

Сексът в напреднала възраст подобрява работата на главния мозък и предотвратява склерозата. До този извод са стигнали експерти от университета в Рошок, Германия.

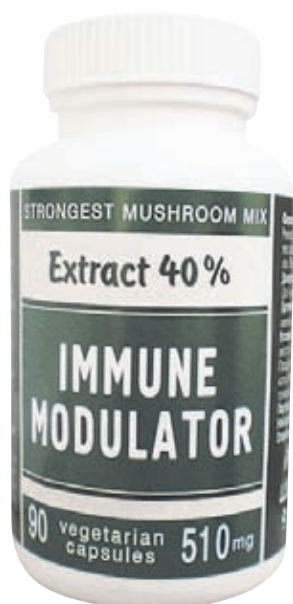


Британски учени, занимаващи се с репродуктивното здраве, съобщиха, че за жените най-добрият период за раждане на дете е възрастта до 35 години.

# Лекарствените гъби не лекуват рак

Те само помагат на организма да се справи сам

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



## МОЩЕН ИМУНЕН МОДУЛАТОР ОТ ЛЕКАРСТВЕНИ ГЪБИ

В състава на лекарствени гъби са представени балансирани от природата комплекси от различни биологично активни 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 отделя веществото ПЕРФОРИН (високо молекулярен белтък), които унищожават злокачествените клетки.

Перфоринът създава отверстия 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 колостома. 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. Онколозите ка-

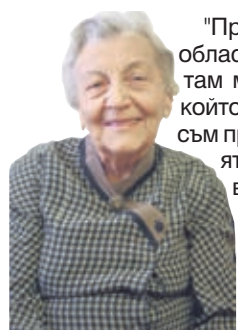


заха, че в случай като този не могат да предложат какво лечение. Тогава по препоръка на д-р Милен Христов започна да приема възможно най-пълната схема от лекарствени гъби. Баща ми беше загубил много килограми и нямаше

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 лекарствени 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 въкъщи 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 дадохме 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 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;  
GSM 0878 931 252  
(от понеделник до петък от 9 до 17 часа)

#### • гр. СОФИЯ

магазин, ул. Родопи № 68-70  
(до Сточна гара), вход вдясно, ет. 2  
GSM 0877 231 599

#### • 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

ул. "Цар Калоян" № 30,  
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

### Как да предпазиш твоите бъбреци

Диабетът повишава риска от развитие на бъбречни заболявания. Бъбреците филтрират отпадните продукти от кръвта. С времето високите нива на кръвна захар увреждат малките кръвоносни съдове на бъбреците. Тя също натоварва бъбреците да филтрират прекалено много кръв. Прекомерната работа е тежка за бъбреците. След години те могат да се повредят. Ако се грижиш добре за себе си, можеш да предотвратиш тази увреда. Ето какво можеш да направиш:

- Прави тест за наличие на протеини в урината (микроалбуминурия) всяка година. Този тест ще помогне да се установи увреждането на бъбреците на ранен етап, преди да се влоши повече.
- Прави си тест за серумен креатинин поне веднъж годишно. Този тест също може да покаже бъбречно увреждане в ранен стадий.
- Поддържай нивата на кръвната си захар колкото е възможно близко до нормалните.
- Следи кръвното си налягане. Високото кръв-

## Как да избегнеш дългосрочните диабетни усложнения

но налягане натоварва бъбреците.

- Не пуши. Тютюнопушенето допълнително уврежда малките кръвоносни съдове.

### Как да се грижиш за краката си

Проучванията показват, че хората с диабет, които се грижат добре за краката си и ги предпазват от нараняване, могат значително да намалят риска от развитие на диабетни язви на краката.

Ако развиеш такива язви, добре е да знаеш, че те често отговарят добре на лечение. Но запомни, че ако те се оставят без лечение, дори и най-малките ранички могат да се развият в сериозни проблеми. Тази информация ще ти помогне да се грижиш за краката си:

**Абсолютно необходимо е да проверяваш ежедневно краката си за наранявания и нещо необичайно.**



Измивай краката си ежедневно.

1. Изпробвай температурата на водата с лакът, за да избегнеш изгаряне.
2. Подсушавай - особено между пръстите. Изрязвай и изпилявай ноктите в права линия. Свържи се със специа-

лист, ако имаш проблеми.

3. Нанасяй овлажняващ крем (или крем за ръце), за да поддържаш кожата на краката мека и да я предпазиш от напукване. Не слагай мазни кремове и масла между пръстите, защото могат да задър-

жат влага и да предизвикат инфекция.

4. Признаци за инфекция:

Кожата ти може да бъде по-топла от обикновено, зачервена или подува. Болката и чувствителността показват, че твоите предупредителни механизми все още работят, но инфекцията трябва да бъде лекувана незабавно.

5. Напукванията на кожата трябва да се покриват със суха, стерилна превръзка. Не пукай мехурите, а потърси помощ от твоя лекар.

6. НИКОГА не използвай остри инструменти за краката си. Не използвай пластири за мазоли, защото те съдържат киселини. Ако възникнат подобни проблеми, търси съвет от твоя лекар или в диабетна клиника.

7. ИЗБЯГВАЙ директно нагряване. Загубата на болка и температурна чувствителност може

да направи това опасно.

8. Запомни, че диабетът може да повлияе процеса на излекуване на кожата и заздравяването на раните може да отнеме по-дълго време. По-възрастните хора са най-заstraшенни.

9. Увери се, че обувките ти са по мярка и са удобни. Не прави компромис с това. Никога не ходи бос.

10. Преди обуване проверявай обувките и чорапите за неща, които могат да наранят краката ти.

Диабетните проблеми не трябва да се случват. Има много неща, които можеш да направиш, за да намалиш риска. Но най-важното е да поддържаш добър контрол на кръвната си захар. Това е най-добрият начин да живееш активен и пълноценен живот с диабет. Можеш да го направиш!

## Соевият изофлавоон запазва младостта, красотата и здравето на всяка дама

Изофлавоните са биологично активни съединения, които присъстват в храните от растителен произход. Спатат към групата на растителните естрогени (фитоестрогени) и имат действие, подобно на естествените женски полови хормони (естрогените), но не са стероиди. Имат и антиканцерогенно и антиоксидантно действие.

Едни от най-богатите източници на изофлавонони са соевите зърна. Соевият изофлавоон е алтернативен заместител на хормоналната терапия с естроген при жените в периода преди и по време на климактериума, тъй като балансира женския полов хормон. Увеличава го, когато е на ниски нива, и го намалява, когато е на твърде високи. Намаляването на нивото на женските хормони в кръвта се свързва с редица неприятни симптоми като топли вълни, безсъние, нощни изпотявания, вагинална сухота, главоболие, нервност, неспокойствие, промени в настроението, раздразнителност и др.

Соевите изофлавонони и най-вече ге-

нистенът потискат и ензима на разрушителите на костното вещество и така предотвратяват остеопорозата, водят до повишаване на съдържанието на костни минерали и на плътността на прешлените на гръбначния стълб, както и на други кости.

Наблюдава се и ефект на удължаване на менструационния цикъл, от което следва намаляване на броя на менструациите

през живота на една жена и съответно намаляване на излагането на гръдната тъкан на въздействието на естрогените, които участват в генезата на рака на гърдата.

В голям брой проучвания е установена асоциация между рака на гърдата и постоянно увеличеното ниво на естрогените в кръвта. Така че редовният прием на соев изофлавоон може да се използва и като профилактика срещу развитието на рак на гърдата. Той има важна роля и в профилактиката на някои сърдечносъдови заболявания, както и на злокачествени процеси, засягащи простатата и дебелото черво.



Оптимална гоза комфорт от природата

# Lactagyn

10 капсули  
за вагинално приложение,  
съдържащи лактобацили

Възстановява нормалната  
вагинална микрофлора

Търсете  
в аптеките

ЕСОPHARM

Бул. "Черни Врх" №14 Бл. 3, 1421, София, България,  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61  
www.ecopharm.bg

## „Сириус-Д“ - помощ при язва, множествена склероза, шипове, болни стави

Доц. Георги Лозанов, хирург

Много години работих в една болница с проф. Димитър Димитров - виден учен, внедрил у нас много нововъведения в медицината, вкл. резорбируемите хирургични конци, създател и на регенериращата лечебна храна "Сириус-Д". Храната, включена в българската космическа програма и за приложение при много болести. Неслучайно тя е наричана образно българска революция в медицината.

Какво е "Сириус-Д" и как тази храна подпомага лечението? В много случаи са необходими източници на белтъчини, които да съдържат всички аминокиселини и същевременно да се усвояват много бързо. Именно такъв продукт е "Сириус-Д" - хранителна добавка, която води до бързо възстановяване на всички дегенеративно променени тъкани и органи. Тя резорбира фиброзна болна, нефункционална тъкан, подпомага лечението на много органи, премахва шипове, кисти, миоми,

абсорбира плаките, които се образуват при множествена склероза, като имаме 100% възстановени пациенти, доказано с ядрено-магнитен резонанс. Имам и възстановени от глаукома, която в световната практика досега можеше да се подобри до 50%. Възстановява също черен дроб, бъбреци, жлъчка. Решително подобрява и стомашно-чревни проблеми като рефлукс, гастрит, язва. Тази храна отпушва и изчиства кръвоносните съдове. Важна функция на продукта е, че създава хрущялна тъкан в ставите и помага на много хора без операция да възстановят колене, таз, гръбначен стълб и да живеят пълноценно. Продуктът е напълно натурален, безвреден, няма нежелани странични ефекти. В него има хранителни вещества, които не се съдържат в обикновената храна. Може да се консумира неограничено време, няма ограничения във възрастта. "Сири-

ус-Д" има сертификат от МЗ - България и европейски сертификат. Водещи български лекари са дали становища за тази храна, придружени с десетки документиран примери за излекувани от "нелечими" болести. Всеки желаещ може да се запознае с тях. Хиляди са българите, получили изцеление след ползването само на тази храна. Между тях са много известни наши спортисти, лекари, артисти - имената им са в регистрите на фирмата с права да работи със "Сириус-Д".



Подпомага лечението на:

- множествена склероза
- коксартроза
- инсулт, инфаркт
- склероза, паркинсон
- остеопороза
- гастрит, язва

За допълнителна информация и поръчки:  
0878 918 498, 0898 573 092,  
"Сириус-Д".

## ФАРМАЦЕВТЪТ СЪВЕТВА

### Какво трябва да знаем, когато избираме пробиотик

Маг. фарм.  
Станислава  
Иванова



#### \* Какво представляват пробиотиците?

Лактобацилите са част от флората на чревния тракт у човека. Способни са да се заселват чрез прилепване по чревната лигавица, като формират естествена бариера срещу патогенни и вредни бактерии. Лактобактериите поддържат нормалния баланс на чревната микрофлора и перисталтиката на червата. Благотворното действие на пробиотичните препарати е доказано по време или след прием на антибиотици, защото те заедно с болестните унищожават и значителна част от полезните бактерии. Затова част от хората развиват диарии по време на антибиотичен курс. Има и други заболявания и състояния на стомашно-чревния тракт, които се повлияват добре от прием на пробиотици.

#### \* Само през устата ли се приемат?

Съществуват и вагинални пробиотици, които са предназначени за нормализиране на влагалищната микрофлора. Промените в състава на нормалните микроорганизми, обитаващи влагалището, могат да доведат до навлизане на болестотворни бактерии и гъби в него. Това се проявява чрез различни оплаквания като течение, дразнене, сърбеж и пр. Вагиналните пробиотици са под формата на вагинални таблетки, капсули, а също кремове и гелове. Капсулите и таблетките се преценяват от повечето жени като по-удобната форма.

#### \* Един или няколко щамове лактобацили трябва да съдържат продуктите, определящи се като пробиотици?

Добре е един пробиотик да съдържа смес от няколко щамове (разновидности) лактобацили, като всеки от тях да притежава собствени специфични ефекти. Много важно е отделните щамове да съжителстват в симбиоза, а не да се конкурират взаимно.

#### \* Важно ли е количеството на лактобацилите?

Микробното число трябва да бъде не по-малко от 108 КОЕ/мл.

#### \* Трябва ли лактобацилите да са живи? Защо е необходимо това?

Лактобактериите трябва да достигнат жизнеспособни до червата/влагалището, където колонизират. По тази причина лактобактериите трябва да бъдат "живи" във фаза на анабиоза. Те трябва да са получени чрез замразяване и лиофилизация, гарантиращи запазването на тяхната жизнестойност.

#### \* Има ли особени изисквания за съхранението им?

При продуктите, съдържащи живи лактобацили, единствено съхранението в хладилник гарантира запазването на жизнеспособността им.



## Спечелете електронен апарат за кръвно и пулс

ПРОМОЦИЯ за м. Октомври

Комплект **NeOx** капсули и олио,  
+ подарък - крем!

Всички  
продукти  
в елегантна  
чантичка



Комплексна грижа  
за стави и мускули!

Търсете в аптеките!

ESOPHARM

Екофарм ЕООД, бул. "Черни Врх" №34, бл. 3, 1421 София, България  
Тел. 02/ 963 15 96, 963 15 97, Факс: 02/ 963 15 61

„Екофарм“ организира конкурс за читателски писма на тема: "Моят опит с НеОкс".

Успешната серия от препарати срещу костни и ставни болки и възпаления вече години наред помага на хора с разнообразни проблеми в двигателния апарат. Много често личният опит е полезен и за други нуждаещи се, които могат да подобрят качеството си на живот чрез използването на ефективни продукти с напълно натурален произход.

Независимо дали става въпрос за НеОкс олио, крем или капсули за вътрешно приложение, напишете как лично на вас или на ваши близки тези препарати са помогнали в борбата с болката и сковаността, трудната подвижност.

Ние ще прочетем всички изпратени писма, а авторите на най-добрите от тях ще получат модерен апарат за измерване на кръвното налягане и пулса, както и един комплект от продуктите НеОкс.

Очакваме писмата ви в електронен вид или традиционно - по пощата на адрес: София 1574, бул. "Шипченски проход" 65.

Мейлите изпращайте на адрес:  
**health@health.bg**  
Срокът е до края на месец октомври.  
Печелившите писма ще бъдат публикувани във в. "Животът днес".

# Чаша вино подобрява паметта



ване. Специалистите от университетите на Кентъки и Мериленд твърдят, че ползата от ежедневната почерпка става ясна едва след средната възраст.

Алкохолът обаче не действа благотворно върху всички. Докато при 80 процента от пенсионерите той освежава паметта, при 20 процента ефектът е обратен, защото тяхната ДНК съдържа ген, свързан с болестта на Алцхаймер.

Няколко механизма обясняват връзката между алкохола и способността да се мисли ясно. Това са противовъзпалителните свойства на алкохола и фактът, че умерената му консумация предпазва от деменция, инсулт, коронарни сърдечни заболявания, диабет тип II.

Изследването е обхванало 619 пенсионери на възраст от 69 до 92 години, които участват в дългосрочен проект, започнал през 1948 г. Благодарение на него навигациите им са проследени от тогава до наши дни.

Предишно изследване на учени от университета на Нюкасъл доведе до извода, че възрастните трябва да намалят количеството на алкохола, който пият, за да не оказва влияние върху лекарствата им и за да избегнат опасността от падане, депресия и деменция.

Чаша вино всеки ден може да е ключът към по-добра памет на старини. Американски учени изследваха дългосрочното въздействие на малки дози алкохол върху възрастни хора и установиха, че той подобрява паметта и уменията за зауча-



Хранителна добавка

## Lacto4VIP

Пробиотик Кансули X 15

- Lactobacillus acidophilus
- Lactobacillus rhamnosus
- Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus
- Streptococcus thermophilus

## Четворна сила



**Живи лактобацили**  
Съхранява се в хладилник



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

**ESOPHARM**

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



Най-известният български фитотерапевт - проф. Христо Мермерски, човекът, който е помогнал на хиляди хора да намерят изцеление от болестите си без химия, вече е главен консултант на популярната българска компания за здравословни хранителни добавки Витаголд. Читателите всяка седмица ще получават уникална рецепта и препоръки от проф. Мермерски за избягване от множество проблеми.

**Съветите на проф. Мермерски:**

## Проблемите с очите и високата кръвна захар – бич за възрастните хора!

**Моите специални препоръки за рецепти от природата:**

**Чачо Дочев, с. Катунец, Ловешко: според господин Дочев след 6 месеца няма да има и следа от диабета, ако приложите следната оригинална рецепта, която може без особени разходи да ви излекува:**

Прави се смес от три сухи шушулки от боб, 100 г от царевична коса, 100 г стръкове от цариче и 75 г медицинска дъвка. 50 г от сместа се заливат с 700 мл вряща вода. След това се вари 15 мин. Като изстине се прецежда и се пие по 100 г дневно, 40 мин след шестото пиене се прави изследване.

След 6 месеца от диабета няма и следа, при условие, че 5 години лекуваният няма право да яде птиче и заешко. Може да консумира свински черен дроб без ограничение.

Желая Ви здраве и дълголетие!  
проф. Мермерски

**Моята специална препоръка за продукти от аптеката:**

При проблеми с очите:

**„Лутеин супер плюс“**

Единственият продукт за здравето на очите, съдържащ едновременно лутеин, колаген, черна боровинка, бета каротен, зеаксентин, рутин и още цели 6 супер активни съставки. Редовната му употреба подпомага при множество зрителни нарушения. Подпомага още и за снижаване на риска от катаракта (перде) и възрастова макулна дегенерация. Укрепва очните капиляри и предпазва ретината. Благоприятства за по-бързото възстановяване след очни операции. Стимулира зрителната острота и предпазва от увреждане от UV лъчи, сухота, умора и при работа с компютър.



При висока кръвна захар:

**„Канела с хром и цинк“**

Съдържа екстракт от канела, хром и цинк. Подпомага за регулирането на кръвната захар в организма. Подходящ за хора с риск от диабет тип II. Благоприятства обмяната на веществата. Активните съставки подпомагат транспортирането на глюкозата (кръвната захар) вътре в клетката, където тя „изгаря“ и се превръща в енергия. Допринася за поддържане нормалните стойности на холестерола в кръвта.



**Очаквайте в следващия брой новите съвети на проф. Мермерски**

Доц. д-р Димитър  
ПОПОВ

# Силицият - между митовете и реалността

В наши дни уникалните полупроводникови свойства на силиция преопределиха бурното развитие на електрониката, което доведе до невероятни промени в живота на човека и създаде предпоставки за началото на т.нар. трета промишлена революция на Земята. И все пак, независимо от безспорните заслуги на силиция за развитието на цивилизацията, ние ще се насочим към ролята на този уникален химичен елемент в жизнените процеси, протичащи в човешкия организъм. Направление, в което през последните години се правят интензивни изследвания, които се следят с особен интерес. Всъщност интересът на медицината и на диетологията към силиция води началото си от първите десетилетия на миналия век и лавинообразно нараства с всяко следващо научно изследване, доказващо неговата роля в сложния лабиринт от биохимични процеси, протичащи в живите организми.

През 1912 г. немският лекар Кюн изказва хипотезата, че силицият

**препятства развитието на атеросклерозата - опасният предвестник на инфаркта и инсулта.**

Хипотезата е потвърдена експериментално през 1957 г. от двама французи, които установяват, че в кръвоносните съдове на пациентите с атеросклероза съдържанието на силиций е много по-ниско от това у здравите хора. По безспорен начин е установено, че увеличаването на приема на усвоими от организма форми на силиция води до преустановяване на атеросклеротичните процеси. Задълбочените изследвания доведоха до изключително интересни резултати. Оказа се, че освен като своеобразен "еластан", осигуряващ гъвкавостта на кръвоносните съдове, силицият изпълнява в тях и ролята на устройство, което "слуша" и изпълнява командите на главния мозък за тяхното свиване и разширение в зависимост от потребностите на организма. При недостиг на този елемент в организма в стените на кръвоносните съдове той се заменя с калций, който обаче не може да се похвали с неговите уникални свойства. В резултат "интелектуалната" връзка на артериите със "сървър" на човешкия организъм - мозъка, се нарушава и в комуникирането настъпва хаос. Наред с това калцият способства за чувствително "втвърдяване" на кръвоносните съ-

без преувеличение може да кажем, че силицият е некоронованият крал на неорганичната материя. Под формата на силициев диоксид и някои други съединения той е основен градивен елемент на почвата, глината, скалите и пясъка, т.е. на почти всичко в заобикалящата ни нежива природа. Истинският му лик - сиво-черно вещество с метален блясък, за първи път бил видян от шведския химик Йонс Берцелиус, който през 1823 г. го получил в чист вид. Ако трябва да сме коректни, трябва да споменем,

че силицият е изиграл съществена роля за оцеляването на човешкия род и за развитието на нашата цивилизация. В онези далечни и сурови времена кремъкът (който по същество е силициев диоксид) е бил основният материал за направата на примитивните сечива за лов и за бита, както и средство за получаване на живителния огън. В продължение на хилядолетия пясъкът си остава основният материал, чрез който са реализирани грандиозни творения на човешкия ум като стъклото.



дове и чрез образуването си своеобразни "шипове" по тяхната вътрешна повърхност създава предпоставки за възникването на т.нар. холестеролни плаки.

Но с казаното далеч не се изчерпват "добрите дела" на силиция. Установено беше, че благодарение на химическата си природа силицият

**образува в организма колоидни системи, които чрез своя електричен заряд улавят всевъзможни вредни за организма съставки в кръвния ток и особено в дебелото черво**

- микроорганизми, токсини, отпадни продукти от метаболизма и т.н. Съществува мнение, че "шлаката" в дебелото черво може да иницира развитието на 10 000 болести! При действието си въпросните колоиди проявяват учудваща избирателност - т.нар. дружествени, полезни за организма бактерии остават незабелязани. Следва очевидният извод, че оптималното съдържание на силиций в организма (а

въпросните колоиди възникват само при достатъчна концентрация на този елемент в кръвта) има пряко отношение към профилактиката и лечението на изключително широк кръг заболявания. Според редица авторитетни учени при недостиг на силиций в организма се влошава или напълно се прекратява усвояването на 75% от нужните на организма химични елементи. Освен това има множество данни, че силицият участва в метаболизма на жизненоважни минерали като калий, калций, фосфор, цинк, сяра, флуор и редица други. Установено е също така, че той играе важна роля в белтъчния, липидния и въглехидратния метаболизъм, както и в синтеза на важния белтък - колагена, който в значителна степен определя състоянието на кожата, косата, ноктите, сухожилията, ставите и т.н. Огромният обем научна информация относно ролята и значението на силиция за човешкия организъм убедително потвърждава пророческите думи на голе-

с колосалното съдържание на силиция в заобикалящата среда и да не го "включи" в списъка на безусловно нужните за живота фактори. Както прави това с водата, кислорода, йоните в атмосферата, земния магнетизъм и т.н. Все неща, които са вечни дадености на планетата ни. Ако надникнем в историческите хроники, ще констатираме по безспорен начин, че

**у много народи инстинктивно са установени традиции, чрез които в организма се внася безценният елемент.**

В Русия от векове съществува практиката стените на кладенците да се облицоват с кремък, като особено се ценят черният, опало-халцедоновият. Под магическото действие на чудотворния минерал водата в кладенеца придобивала изворна бистрота, изключителен вкус и... целебни свойства. Редица изследвания показваха, че кремъчната вода подобрява кълняемостта и повишава добивите при редица селскостопански култури. Насърчителни резултати са получени и при използването ѝ в животновъдството. Именно с уникалния орғано-минерален състав на кремъка някои учени се опитват да обяснят забележителните лечебни качества на

ни спорове и фантастични очаквания направление, концентрирало напоследък вниманието на редица светилища на науката. А може би има зрънце истина в приказките за т.нар. жива вода, способна да възвръща изгубените жизнени сили? Очевидно бактерицидните свойства на кремъка са били добре познати и в Стария континент. В Средновековието в Европа била широко разпространена практиката местото да се съхранява в помещения, облицовани с кремък. В мелниците били използвани кремъчни воденични камъни, а за предпазване на млякото от прокисване немските селяни поставяли в съда късчета от вълшебния минерал. В много народи кремъчната вода успешно се прилагала за лечение на рани и срещу вътрешни кръвоизливи. От хилядолетия бамбукът е на особена почит в китайската и други азиатски кухни, където се е превърнал в символ на здраве, дълголетие и щастие. Изследванията показват, че той е една от храните с най-високо съдържание на силиций. Други

**богати на този елемент храни са гулията, репичките, маслините, касисът, обвивките на семената на зърнените култури (особено на овеса и ечемика), коптивата и др.**

Съдържанието на силиций в човешкия организъм е твърде ниско - едва 0,001%, като общото му количество в човешкото тяло е около 7 г. На пръв поглед то може да изглежда твърде малко, но нека не забравяме, че съдържанието на друг жизненоважен химичен елемент - желязото, е едва 4 г. Дневната потребност от силиций се оценява на 20-30 мг. При бременните жени и при децата тази потребност е по-висока. Съдържанието на силиций в организма драстично се намалява в присъствието на различни чревни паразити и гъбички, които го използват интензивно за своята популация.

Установен е удивителният факт, че организъмът подхожда изключително пестеливо към разходването на драгоценния силиций. Той напуска човешкото тяло едва след като е бил използван цели осем пъти!

gpopov\_bg@yahoo.com



мия руски учен Владимир Вернадский, изказани преди близо столетие: "Никой организъм не може да съществува без силиций". Всъщност звучи невъзможно и нелогично при създаването на живата материя преди 3,5 милиарда години Творецът да не се "съобрази"

тази вода, свойствата на която са обект на многобройни изследвания през последните десетилетия. Особен интерес безспорно представлява въздействието на кремъка върху т.нар. енерго-информационна структура на водата - едно вълнуващо и изпълнено с много науч-



# При световъртеж и шум в ушите търсете причината

С доц. Дорина Петрова, началник на Клиниката по неврология в Националната многопрофилна транспортна болница „Цар Борис III“, разговаря Галина Спасова

**Д**оц. Петрова, притеснителен симптом ли е шумът в ушите, който нерядко е съпроводен и със световъртеж?

- Ако оплакванията са комбинация от световъртеж, замайване, шум в ушите, гадене и повръщане, говорим за отоневрологичен синдром. С понятието "шум в ушите" се определят раз-

лични усещания - и като характер, и като интензитет. Това състояние е променливо - според кръвното налягане, според положението на главата. За да се постави точна диагноза и да се установи първопричината, са необходими редица изследвания - насочена неврологична и отоневрологична анамнеза, пълен неврологичен и отоневрологичен статус.

Най-съвременната скъпа апаратура, с която разполагаме в нашата болница - ни дава големи възможности в това отношение. Това е гаранция, че ще предприемем правилно и своевременно лечение. Основното е да се установи причината за този шум и замайване - дали е съдова, или трябва да се търси другаде. Защото примерно един доброкачествен тумор (невринома) също може да започне с шум в ушите. Често хората не могат да различат къде е точно шумът - в ушите или в главата. При засягане на слуховия нерв, често когато има и допълнително съдови проблеми - промени в шийния сегмент на гръбначния стълб, промяна на артериалното налягане - може да се появи шум. Това е т.нар. невросензорно намаление на слуха. Трябва да се помни, че световъртежът, замайването, шумът в ушите може да са сигнал и за сърдечносъдови заболявания, атеросклероза, аритмия, системни инфекции и интоксикации. Също при такива оплаквания могат да се търсят причините в ендокринни и психични заболявания, повишен холестерол, хормонални нарушения.

**- Каква причина за дразнещия шум в ушите се установява най-често с изследванията?**

- Най-често се срещам с пациенти, при които причината за шума в ушите е съдова. Искам да кажа, че по принцип шумът в ушите се поддържа много трудно на лечение. За да се постави точната диагноза при този симптом, понякога се налагат доста изследвания - освен отоневрологичните, също доплер сонография на магистрални артерии, ако се наложи ангио ядрено-магнитен резонанс. Търси се дали е съдова причината и после дали е в средното ухо. При Мениеровата болест например симптомите са триада - световъртеж, шум в ушите и намаление на слуха. Тук пак трябва да се отидеференцира. При отосклерозата примерно самото заболяване е съпроводено с шум в ушите.

**- Казахте, че лечението не е лесно...**



Доц. Дорина Петрова

- Медикаментозното лечение се определя индивидуално за всеки конкретен пациент и преценката му зависи от много фактори, които лекарят трябва да има предвид. При установена съдова причина се препоръчват и т.нар. вазоактивни, подобряващи оросяването хранителни добавки, сред които е и "Гинкофол". Той съдържа стандартизиран сух екстракт от листата на гинко билоба, като много важно качество на продукта е, че той поддържа структурата и устойчивостта на капилярните съдове и подпомага микроциркулацията. Акцентирам на това, защото слуховият и вестибуларният апарат се оросяват от малки съдове. Така че приложението на този препарат е много подходящо при световъртеж, шум в ушите, замайване именно заради подобреното кръвоснабдяване (микроциркулация). Продуктът влияе благоприятно и стимулиращо върху мисловния процес, вниманието и паметта, забавя естественото стареене на мозъка. Искам също да подчертая, че сред хранителните добавки на основата на гинко билоба, предлагани в аптеките, "Гинкофол" е с най-ниско съдържание на гинколова киселина. Това е много важно, защото гинколовата киселина е токсична. При някои пациенти тя може да причини алергични реакции, включително тежки и по тази причина нейното ниво се следи и контролира. В "Гинкофол" то е значително намалено (под 1 ppm). Тази хранителна добавка е с гарантиран естествен произход и не съдържа консерванти, ароматизатори, подсладители.

Хранителна добавка

# Ginkofol

Ginkgo Biloba 60 mg

**С контролирано съдържание на токсичната гинколова киселина - под 1 ppm**

**НОВО**

КОГНИЦИЯ  
ВНИМАНИЕ  
ИНТЕЛЕКТ  
ПОЗНАНИЕ  
ИНФОРМАЦИЯ  
МИСЛЕНЕ

ПРИРОДЕН ПРОДУКТ ОТ ГИНКО БИЛОБА  
СПОСОБНОСТ ЗА КОНЦЕНТРАЦИЯ  
ПОЗНАНИЕ, ЗНАНИЕ  
СПОСОБНОСТ ЗА МИСЛЕНЕ  
СЪВКУПНОСТ ОТ ЗНАНИЯ  
УМО-ЗАКЛЮЧЕНИЕ  
СЪЖДЕНИЕ, РАЗМИШЛЕНИЕ

**Екстракт от листата на Гинко Билоба**

**ЕСOPHARM**

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