

Живот и Здраве

Светът на модерния човек

www.jivotizdrave.bg

Разпространява се безплатно



Цвети
Пиронкова

Тя победи Винъс Уилямс

Какво е усещането днес да си на върха, а утре на няколко метра под него? Колкото и да не е приятно, такива неща се случват, животът е низ от падения и подвизи, а за да се изправиш след неуспех, трябва да имаш воля, амбиция и сили да продължиш. В спорт като тениса, където класирането ти в ранглистата е пряко обвързано с миналогодишните ти резултати, нямаш право на разколебаване.

"Миналата година загубих

почти всичките си точки, но това не ме сломи. Концентрирах се върху играта си и успях да натрупам нови точки", припомня си днес с усмивка на лицето най-добрата българска тенисистка Цветана Пиронкова.

"Преди сякаш много повече се притеснявах за точките, но разбрах, че не е толкова страшно да ги загубиш." През 2008 г. Цвети успя да стигне до №46 в световната ранглиста на WTA, но след няколко слаби месеца през 2009 г. за малко да изпадне

от Топ 100. Като истински шампион обаче пловдивчанката не се отказва да се бори, а се мобилизира да покаже на света на какво е способна. Цвети сякаш се възроди на кортовете на "Уимбълдън" през миналата година, за да запише най-големия успех за България в този турнир - достигане до полуфиналите.

**Интервю на
Лили Чолакова
на стр. 11**

Летенето е на една ръка разстояние

Отдавна отмина времето, когато издигането в небето беше непостижима мечта за мнозинството от хората. Защото дори най-нормалното придвижване със самолет беше лимитирано от непосилна цена, визови ограничения и липса на валута. Днес не само че всеки може да лети със съвременните лайнери, но

и да направи от полетите спорт и начин за прекарване на свободното време. Разбира се, още сме далече от кацането със собствен самолет на ливадата зад къщата, но пък парашутизмът стана напълно достъпен. Къде и как може да се скача у нас, колко струва и каква е подготовката,

четете на стр. 12


WWW.HEALTH.BG

▶ ВИДЕО
**Как да си
запазим слуха**



**Вижте съветите на
опитния специалист
проф. Георги Егрев
health.bg/v/142**

Защо пограниява пубертетът

Специалистите от години говорят за акселерацията - термин, който означава по-ранното съзряване на децата, както и увеличаването на ръста в сравнение с предишни поколения. Но и без медицински познания всеки може да установи по децата около себе си, че те се развиват по-рано и по-бързо от родителите си. Друг е въпросът дали има хармония между физическото и психическото израстване. Пубертетът е особена възраст, поради което родителите и учителите трябва да са добре подготвени за деликатния контакт с тийнейджърите. Има и състояния, в които трябва да се направи лекарска консултация. Какво се случва с децата при съзряването им и какви са причините за пограниялото порастване,

четете на стр. 7



Времето променя ставите...

CHONDROSAVE

С грижа за всяка става!

Ще реабилитират ли солта?

Солена храна може да повиши кръвното налягане и да провокира сърдечно-съдови заболявания. Заг това твърдение застава учени от цял свят. Последно европейско проучване обаче реабилитира солта, съобщава Reuters. Според авторите на революционната новина препоръките да се намали употребата на сол са силно преувеличени. Специалистите изследвали 3500 европейци, като по урината им уста-

новили колко сол са консумирали. В зависимост от резултатите учените разделили участниците в изследването на три групи: висока, ниска и нормална консумация на сол. В началото на експеримента при никого не били диагностицирани сърдечни заболявания, а две трети имали нормално кръвно налягане. Изследването продължило осем години. Оказало се, че при хората, употребяващи най-малко сол, било най-

високо нивото на смъртност от сърдечно-съдови заболявания. А при тези, които се ориентирали към солена диета, най-ниско.

Наскоро американски учени пък съобщиха, че богатите на сол продукти могат да намаляват успешно стреса, защото повишават нивото на окситоцин, който прави хората по-благосклонни и общителни.

Естествено заключенията на учените трябва да бъдат подкрепени с още изследвания, преди солта да бъде напълно реабилитирана.



ДИАГНОЗИ

Подарете си сигурност



Петър ГАЛЕВ
p.galeb@health.bg

След толкова много празници, подаръци, почивки, хапване и пийване е крайно време всеки да подари нещо и на себе си. Но не передната модна дрешка или битова джунджурия. Точно сега е моментът да проверим какво става вътре в нас, ама в буквалния смисъл. Толкова е просто! Една сутрин ставате малко по-рано, отлагате закуската за по-късно и отивате до най-близката до вас лаборатория. Може и с направление от личния лекар, но ако са свършили, не е чак такава беда. Поискайте да ви изследват кръвната картина, захарта, липидния профил (общ холестерол, HDL, LDL, триглицериди), чернодробните ензими (АсАТ и АлАТ), бъбречната функция (креатинин и урея), пикочната киселина. А в урината - дали има белтък и седимент. Това са основни показатели, които е добре да се проверяват поне веднъж годишно, ако сте над 35 години. Вече с готовите резултати, които се изтеглят с парола по интернет, идете при лекаря си, за да ги коментирате. Там докторът ще ви премери кръвното, ще направи ЕКГ и ще ви разпита за начина ви на живот. Жените трябва да отидат и на профилактичен гинекологичен преглед, както и на мамолог, а мъжете над 50-55 г. на уролог за проверка на простатата. Всичко ще ви отнеме няколко часа и допустима сума пари (ако сте без направление), но ще хванете евентуални проблеми в зародиш и съответно много по-лесно ще се справите с тях. Така правят в цивилизованите страни, а и ние претендираме за такава, нали?

Деца наистина растат по-бързо, докато спят

Американски учени доказали истинността на разпространеното мнение, че децата растат, докато спят. Резултати от изследване установиха, че темповете на растеж при малчуганите, докато спят, са с 43% по-високи, отколкото докато бодърстват. При това тази тенденция е по-ярко изразена при момиченцата. Въпреки това медици-

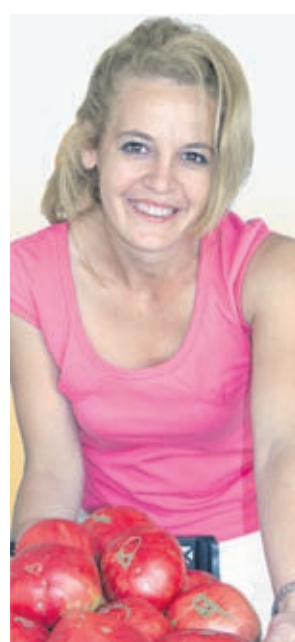
те предупреждават, че прекалено продължителният сън води до увеличаване на телесното тегло на децата заради образуването на повече мастна тъкан.

Учените засега не са установили защо механизъмът, отговарящ за ръста на човека, работи по-активно именно по време на нощния отгук.

Доматите са безценни за красивата кожа

Редовната консумация на домати и употребата им в маски за лице помагат да се съхрани кожата млада и красива. До този извод са стигнали британски специалисти. Те провели изследване и установили, че съдържащите се в домати антиоксиданти помагат да се поддържа водният баланс в кожата и дори могат да я защитят от вредните слънчеви лъчи. Червеният зеленчук може още да предпази кожата от обезводняване, дължащо се на офисния климатик.

Учените съветват винаги да имаме вкъщи домати не само като част от менюто, но и като козметична маска за лице.



www.jamieson.bg



Месец на бременната с Пренатал - най-продаваните витамини за бременни в България*

Само през месец май - с всяка закупена опаковка Пренатал или Фолиева киселина на Jamieson, получавате **ПОДАРЪК** - безплатна опаковка Пренатал.**

Произведено в Канада

* Продажи по данни на IMS Health за януари 2011г.
** Промоцията важи за Пренатал от 30 табл.

Бременността изисква специални добавки

Споровете дали бременните жени трябва да приемат допълнително витамини и минерали са сред най-популярните в интернет форумите. За сметка на това учени от Института за защита на майчиното здраве в Петербург за пореден път доказали, че в този период от живота на жената организъмът има повишена нужда от редица витамини и минерали и особено от фолиева киселина, желязо и цинк. В същото време недостигът точно на тези вещества е най-разпространен.

Това застрашава нормалното развитие на плода, особено в първите седмици на бременността, когато се формират всички тъкани, органи и системи. Затова всяка бременна жена трябва да се консултира със своя лекар какви таблетки с витамини и минерали да приема.

Те трябва да са специално създадени за бременни, с оптимален състав, без оцетители и консерванти и максимално близо до природните източници на съответните вещества.

Бременните не могат да разчитат само на храна, богата на дадените витамини, защото така никога не могат да знаят точно какво количество са приели. Освен това много от продуктите могат да гразнят храносмилателния тракт, приети в по-големи количества. Не е за пренебрегване и вероятността с някои от пресните растителни продукти да се поеме и повишено количество нитрати и други вещества от изкуствените торове. Затова се изисква балансиран подход - рационално хранене с разнообразна и прясна храна и прием на мултивитамини.



Първият хибриден автомобил е разработен от Porsche

Макар че Toyota се смята за създател на първия хибриден автомобил, немският гигант Porsche заяви, че още преди един век основателите на компанията са разработили такъв модел. На автосалона в Ню Йорк беше представен Semper Vivus, който е наследник на серията хибриди Ferdinand Porsche, произведени през 1900 г. Работейки както с акумулатор, така и с бензин, автомобилът може да развие максимална скорост от 56 км/ч.

Основателят на компанията Фердинанд Пор-

ше създаде електрически хибрид преди 100 години. Автомобилът беше възстановен през 2007 г. с доста усилия, защото до наши дни не е останал нито един екземпляр от изобретението на Порше. Инженерите разполагаха само с един ескиз и една рисунка.

Днес компанията се опитва да заеме достойно място в бързо развиващия се сегмент на хибридите автомобили, като се стреми да вкара във впечатляващото бъдеще аромата на миналото.

Самолет за самотници

Едноместните полети очевидно ще стават все по-популярни, защото новият лек самолет Fly Nano привлече вниманието на много посетители на европейското изложение на авиацията, което се провежда в Германия. Създаденият във Финландия само-

лет за полети над водни пространства има няколко отличителни особености. Той е направен от съвременни композитни въглеродни влакна, на които се дължи свръхниското тегло на Fly Nano - 70 кг. Самолетът е в три варианта - с бензинов, състезателен и

електровозител. Размахът на крилете е почти 5 метра, дължината - 3,5 метра, а височината - 1,3 м. Работейки на електровозител, самолетчето може да вдигне до 140 км/ч, а максималният му полет е 70 км. Цената на Fly Nano е 39 000 евро.



Киноиндустрията увековечи компютърен вирус



В САЩ се състоя премиерата на филм, посветен на известния компютърен червей I Love You. На кинофестивала в Нюпорт Бийч зрителите видяха филма Subject: I Love You. Сюжетът съвсем накратко е следният: млад мъж губи жената на своите мечти. За да си я върне, той решава да създаде разрушителен компютърен вирус. Главните роли се изпълняват от Дий Кейн и Кристин Бауър.

През май 2000 г. червеният I love you се разпространяваше с шеметна скорост, препълни пощите и свръхвите на хора по целия свят. Програмата беше прикачена към писмо с тема I love you. Създател на вируса е финландец, който избягна правосъдието, защото по това време в страната все още е липсвало законодателство в сферата на компютърната безопасност.

Apple отново са на върха



През май миналата година Apple беше обявена за най-скъпата IT компания в света.

Бившият лидер в рейтинга Microsoft беше принуден да се задоволи с второто място. На 28 април 2011 г. корпорацията, създадена от Бил Гейтс, публикува информацията за финансовите си резултати през първото тримесечие на тази година. Според тях чистата печалба на софтуерния гигант се е покачила с 31% в сравнение със същия период на 2010-а и е достигнала 5,23 милиарда долара. Въпреки впечатляващите цифри Microsoft отстъпи на Apple, която регистрира печалба в размер на 5,99 милиарда долара.

Екологична кула ще се извиси в Атина

Дърветата изчезват от планетата със стряскаща скорост и на тяхно място изникват бетонни гори. На този процес явно иска да се противопостави строителна фирма от Пирея, Гърция, като предложи нова концепция за сграда, наречена Green Light Tower. Тя ще бъде построена в

Атина. Динамичният дизайн на екологичната кула позволява тя да взаимодейства с околната среда, морето и града. Архитектурата, включваща интерактивно осветление, ще обезпечи свободно преминаване на въздуха през зданието. В него ще има театри, ресторанти, кафенета, хотел с конферентни зали. Горните етажи на Green

Light Tower ще са заети от офиси и хотелски стаи, които ще са много полезни за компаниите, които ще наемат помещения в сградата.

Архитектите смятат екологичната кула да стане главен ориентир на Атина, който веднага ще привлече погледите на пътниците от корабите, влизащи в Пирея.

ROLETRA

Loratadine tabl. 10 mg x 10

При алергии и сенна хрема

Вече без рецепта

Облекчава:

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

Антиалергичен лекарствен продукт без рецепта за възрастни и деца над 7 г. Търсете в аптеките.

Ecopharm

ЕКОФАРМ ЕООД 1421 София
бул. Черни Върх № 14 б.з.
тел. 963 15 96; 963 15 97
факс: 963 15 61



Как да се справим с пърхота



Защо пубертетът започва по-рано

От леко грипозно заболяване до тежък хроничен здравословен проблем - така варират определенията на хепатита, защото не става въпрос за единно заболяване, а за множество форми според вируса причинител и протичането при конкретния пациент.

Кога хепатитът е опасен

• Инфекцията може да увреди черния дроб, без да има особени признаци



След хепатит състоянието на черния дроб трябва редовно да се следи

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

ци от хронични заболявания хора.

Другите най-разпространени форми на хепатит са с вирусите В и С. Срещу хепатит В също има ваксина (достъпни са и комбинирани ваксини срещу А и В), докато С-вирусът засега може да се профилактира единствено чрез предпазливо поведение. Хепатит В и С се предават само по кръвен или полов път. Основната опасност е при венозните наркомани, при преливане на заразна кръв (но не и при кръводаряване), при хемодиализа, при медицински или стоматологични манипулации с не-

добре стерилизирани инструменти. Броят на заразените по сексуален път е сравнително нисък.

Едно от коварствата на всички видове хепатит е, че те невинаги протичат с ясни и лесно различими признаци. Преди заболяването се е наричало жълтеница заради характерното обазряне на кожата и склерите, свързано с увеличението в кръвта на жълчните пигменти (билирубин). Но хепатитът често протича изобщо без пожълтяване. Несигурни са и други признаци - потъмняване на урината, изсветляване на изпражненията.

Едно от коварствата на всички видове хепатит е, че те невинаги протичат с ясни и лесно различими признаци

По-често болните изпитват умора, лека тежест под ребрата вдясно, леки стомашно-чревни симптоми. Затова заболяването може да се открие най-сигурно чрез лабораторни изследвания (чернодробни ензими, С-реактивен протеин, урина и др.), ехографски преглед на черния дроб, както и консултация с опитен специалист. Въпросът е, че много от хората не се обръщат към лекар по повод неясните си и леки оплаквания.

При хепатит А това не е голям проблем, но другите две форми често стават хронични и с напредване на процеса могат да предизвикат цироза и първичен чернодробен рак. Най-често хронифицира хепатит С. Засегнатите от неговите усложнения са основните пациенти, стигащи до необходимостта от чернодробна трансплантация. Хепатит В също не е безобиден, защото неговото хронифициране понякога води до рак, без да се мине през другите фази на увреждане на черния дроб.

Предпазването от хепатит А и В е най-добре да става чрез ваксина. А избягването на рисково поведение е възможност да се предотврати хепатит С. Срещу него няма ваксина, защото вирусът му е много скъпа имунологична терапия.

Съвременната медицина разполага с разнообразни средства за лечение на различните видове хепатити. Хроничните форми изискват продължителна и много скъпа имунологична терапия.

След прекаран хепатит пациентите трябва да следят състоянието на черния дроб чрез контролни прегледи и лабораторни изследвания. Важен е и режимът на живот - алкохолът трябва да се изключи, както и тлъстите тежки храни.

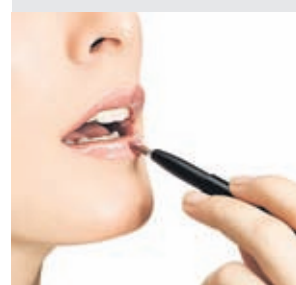
Благотворно влияние имат препаратите, известни като хепатопротектори. Чрез тях се постига възстановяване и обновяване на чернодробните клетки чрез стабилизиране и увеличаване на пропусливостта на тяхната мембрана. Хепатопротекторите имат имунологичен и антиоксидантен ефект. Профилактиката и лечението с тях са продължителни - приемат се в продължение на месеци. Затова е важно съотношението качество - цена. Сред доказаните препарати в тази област е "Хепасейв", който е изцяло на природна основа и се използва успешно от гастроентеролозите вече от няколко години. (ЖЗ)

НОВОТО В WWW.HEALTH.BG



Ако ни се ханва повече сладко, отколкото полезно

www.health.bg/14767



Още за разкрасяването

www.health.bg/14756



Кулинарен наръчник за ергени

www.health.bg/14745

Анкета онлайн Имат ли място татковците в родилната зала?

Наскоро се появи информация, че вече се е променило отношението на обществото към споголяването на мига на раждането и все повече може се престава да влязат с майката в родилното. Затова попитахме читателите ни за тяхното мнение. 35% от участниците в анкетата на health.bg заявяват, че не са обсъждали присъствието на мъжа в родилната зала. 30 на сто от жените пък са на мнение, че появата на наследника няма да понесе на таткото. 25% са "за" присъствието на бащата при раждането, за да оказва подкрепа на родилката. Една десета от бъдещите майки обаче изразяват страховете си, че биха се притеснявали повече, ако партньорът им е наблизо.

Нерасаве

Екстракт от Picrorhiza kurroa

- При хронични заболявания на черния дроб
- При увреждания от алкохол, медикаменти, токсини

Различният хепатопротектор



www.ecopharm.bg

Запекът може да се преодолее с правилно хранене и лаксативни средства
Снимка Рага ПЕТКОВА



Важно е да се знае, че за запек говорим, когато броят на спонтанните изхождания (без очистителни) е по-малък от 3 пъти седмично.

- Д-р Балабанска, кои са причините за появата на запек и хронифицирането му?

- Редица механизми, отделно или в комбинация, водят до запек - като забавен пасаж, вродено по-дебело черво или смъкване на червото, намален прием на несмилаема растителна целулоза, потискане на рефлекс на дефекация, тумори, запушващи лумена на червото.

При възрастните хора има и допълнителни фактори - намален прием на течности, обездвижване, прием на медикаменти със запичащо действие, възрастови изменения на храносмилателния тракт, неврологични или психични нарушения - инсулти, депресия.

”

При запек е необходимо установяване на подходящ режим на живот и хранене

С възрастта рефлексът за дефекация отслабва. Намалява чувствителността на ректума при изпълването му с фекални маси. Освен това редица медикаменти имат запичащ ефект: аналгетици, антиацидни средства, спазмолитици, антигиперсанти, седативи, кодеин, морфин, антипаркинсонови средства, кардиологични препарати, съдържащи кофеин лекарства, както и напитки - кафе, кола, чай. Сраствания след коремни операции също причиняват запек.

- Често се смята, че запекът е неприятно, но не и тревожно състояние.

- Запекът протича с тежест и подуване на корема, повишено газоотделяне, коремни болки. Може да се съпровожда от главоболие, намалена работоспособност поради задържане на токсични продукти, акне. Понякога се прибягва самотовно към очистителни средства, без това да е необходимо. При запек, преди да се включат лаксативни средства, е необходимо установяване на подходящ режим на живот и хранене с прием на достатъчно течности, на храни, богати на растителни фибри - плодове, зеленчуци, физическа активност.

Важно е също да не се потиска редовно позивът за дефекация и червата да се изпразват своевременно, да се изгради навик за изхождане по едно и също време, най-често сутрин.

- Защо се поставя ак-

Ако имате нередовен стомах

• С д-р Розалина Балабанска, гастроентеролог в МБАЛ „Токуда“, София, разговаря Галина Спасова



Д-р Розалина Балабанска

Терминът "нередовен стомах", добил популярност, не е правилен, понеже в случая стомахът няма нищо общо с проблема, а са нарушени чревният пасаж и изпразването на червата. Да не забравяме, че в корема има 7 метра тънки черва и 1,5 м дебело черво. Така че "нередовният стомах" всъщност представлява склонност към запек. И той е често срещано явление - 24% от хората страдат от запек, често или от време на време, като с напредване на възрастта честотата нараства и почти 50% от хората над 65 години се оплакват от затруднено изхождане и ползват различни очистителни средства.

цент върху фибрите? Какъв е механизмът на действието им?

- Често се казва, че богатото на растителни влакнини хранене е естествено слабително. Фибрите намаляват времето на чревния пасаж, увеличават задържката на вода в чревния лумен и обема на изпразненията, като изпълването на червото води до гразнене и рефлекс за дефекация. Към растителните влакна се отнасят целулозата, хемицелулозата и пектинът. Целулозата се съдържа най-вече в плодовете и зеленчуците, а хемицелулозата - предимно в зърнените храни. В тънките черва при човека липсват ензими за раз-

раждане на целулозата и хемицелулозата и те постъпват неразградени в дебелото черво, където се подлагат на частична бактериална ферментация до късоверижни мастни киселини и газове, стимулиращи перисталтиката на дебелото черво. Освен това имат голям афинитет към водата, увеличават обема на изпразненията и ускоряват чревния пасаж.

При нередовен корем препоръчваме всекидневен прием на плодове и зеленчуци, салати, супи, избягване на "сухоежба" - ограничаване на шоколадовите изделия. Препоръчват се също пшенични трици, груб пълнозърнест хляб, кисело

мляко. Важен е гостатъчният прием на течности. С лаксативен ефект са соковете от портокали, кайсии, праскови, круши. Да не се пренебрегва физическата активност - тя стимулира чревната перисталтика и укрепва коремната мускулатура.

- Ако промяната на режима не даде резултат?

- Тогава може да се включат лаксативни средства. На пазара се предлагат разнообразни хранителни добавки, в които има фибри. Природният продукт "ФрутиЛакс" е сироп, съдържащ екстракт от смокини и сливи, богати на фибри, за регулиране на перисталтиката и масло от мента и копър за намаляване на коликите и газовете в корема.

От осмотичните средства широко приложение намира лактулозата, която ускорява чревния пасаж, стимулира развитието на лактобацили и възстановяването на чревната флора. Към средствата с омекотяващо действие се отнасят лененото семе, парафинът и глицеринът. Широко застъпени са билковите средства - сена, зърнастец, корени от ревен.

След инфаркт не се залежавайте

Кога хората, преживели инфаркт, могат да започнат леки тренировки, които ще подобрят работата на сърцето? Колкото по-рано, толкова по-добре, твърдят учени от университета в Албърта, Канада. Те съветват пациентите да не се залежават дълго и да започнат леки физически упражнения седмица след прекарания сърдечен инцидент.

Марк Хейковски, ръководител на изследователската група, казва: "Отдавна е доказано, че физическите упражнения благоприятно действат върху сърдечната функция. Сега е важно да се развенчае митът, че сърцето се нуждае от продължителен отгих".

След като изучили и анализирани данните от научните разработки през последните 20 години, специалистите установили, че пациентите, които пристъпват към леки тренировки седмица след прекарания инфаркт, пости-

гат най-добри резултати в преодоляване на последствията. А след седем дни, прекарани в излишно лежане и без движение, хората се нуждаят от цял месец физически упражнения, за да стигнат до същия успех.

"През 70-те години на миналия век лекарите не препоръчваха движение в продължение на три месеца след прекаран инфаркт. Ние сме убедени, че няма нужда да се лежи толкова дълго. Между другото, за най-добър ефект е необходимо в продължение на половин година да се изпълняват определени упражнения. Физическото натоварване е най-доброто лекарство", съобщава Алекс Кларк от университета в Албърта.

Изводите на канадските лекари обаче не бива да се приемат като сигнал за действие. Преди всичко пациентите трябва да се консултират с лекар, за да не си навредят сами.

Ако сте в плен на нередовния стомах

ФрутиЛакс

Лаксативен сироп с екстракт от смокиня и слива

Подходящ също за деца, бременни и диабетици

www.ecopharm.bg

Пърхотът е едно от най-често срещаните кожни заболявания и милиони хора по света страдат от него. Някои не носят тъмни дрехи заради проблема си, други винаги слагат шапка на главата, докато са навън, но така или иначе наличието на пърхот освен неприятните усещания води и до по-ниско самочувствие и прикритие.

Мирослава КИРИЛОВА

Ето защо екипът на вестник "Живот и Здраве" реши да потърси мнението на специалист, който да ни посъветва как да се справим с проблема. Д-р Светослав Георгиев е дерматолог в кожноя диспансер в столицата. Той поясни, че пърхотът е вид себореен дерматит - заболяване, което се лекува успешно. Но докато пърхотът се проявява под формата на залющване на скалпа, то при себорейния дерматит има и зачервяване на кожата. "Състоянието се характеризира с появата на зачервяване, залющване и сърбеж предимно по кожата на скалпа, но също може да е по лицето и тялото" - обясни ни специалистът в областта на дерматологи-

Няма универсален лек срещу пърхот

● Замърсяването, лошата храна и стресовите ситуации засилват чувствителността на кожата ни



Пърхотът създава дискомфорт, но вече се лекува успешно

Снимка Рада ПЕТКОВА

ята. Ето защо не бива да ни учудват състояния като "пърхот на веждите", люспички по носа или в областта зад ушите. Болестта може да засегне най-различни области от тялото ни.

Всичко това обаче се оказва доста индивидуално и непредвидимо. Д-р Георгиев ни обясни, че някои хора просто са пред-

разположени. Пърхотът все пак се провокира от някои неблагоприятни фактори като смяна на климата (ако например отидете на почивка в някоя по-студена скандинавска страна), спадане на имунитета или смяната на сезоните. Успокояващ е фактът, че заболяването не се обуславя генетично. Т.е. понякога родителите имат пърхот, а техните деца нямат и обратно. "За момента няма такива данни за наследственост на заболяването" - категоричен е нашият събесед-

ник. Той ни посъветва да бъдем внимателни при избора си на козметични продукти, защото, ако не са достатъчно качествени или не понасят на самия индивид - могат да обострят заболяването или да предизвикат развитието му.

Докато се подготвяхме за темата, попаднахме на десетки бабини рецепти против пърхот - от отвара на коприва, през фъстъчено масло с лимон, до втриване на "сълзи" от лоза в скалпа... Катраненият шампоан също е сочен от знайни и

Шампоаните поддържат, но в момент на сериозно обостряне на пърхота могат да се включат и медикаменти

незнайни "специалисти" за добър помощник в битката с пърхота. Оказва се обаче, че универсален лек за пърхота няма! И съветът на д-р Георгиев е да потърсите дерматолог. "Когато имате оплакване, няма какво да чакате, колкото

по-рано, толкова по-добре!" Според гумите му най-съвременният метод за лечение са шампоани, които са подходящи за самия човек. "Има над 100 вида шампоани, но всеки трябва индивидуално да си избере своя продукт. На един му върши работа един шампоан, на друг - друг, и т.н." А най-добрият начин да се спрем на дадена козметика е чрез проба. "Ако пробата не ви понася, значи няма да ползвате продукта, а ще отидете на лекар, който ще ви препоръча подходящ шампоан за вашия скалп. Важно е да уточним, че шампоаните поддържат, но в момент на сериозно обостряне могат да се включат медикаменти. Няма универсален медикамент, който да е най-добър. Не съм чул и някъде лъчетерапия и други методи да вършат работа" - разказа ни дерматологът от Диспансера за кожно-венерически заболявания в София.

Нямаше как да не зададем и въпроса как да предотвратим появата на пърхот. А събеседникът ни отговори така: "Спокойствие, чист въздух и хубави препарати - това е най-общо казано". Д-р Светослав Георгиев потвърди, че пърхотът се повлиява негативно от замърсяването, което засилва чувствителността на кожата ни, от лошата храна, както и от стресовите ситуации.

Кой трябва да пие витамин D?

Всички знаят, че бебетата приемат капки с витамин D, за да се развива правилно костната им система и да се предпазят от рахит. Но все още малко хора са запознати с необходимостта активната форма на витамин D да се пие от възрастните хора. Това се налага по няколко причини. На първо място този витамин доста трудно се набавя чрез храната. Той се образува в кожата под въздействието на слънчевите лъчи. Големи изследвания в Съединените щати са доказали, че незначителна част от възрастните хора имат нормални нива на D-хормон в кръвта си. Учените наричат витамин D хормон, защото неговото действие в организма

е чрез рецептори, които се намират в почти всички тъкани. А точно така действат и другите хормони. Всъщност значението на D-хормона далече надхвърля позитивното му въздействие върху опорно-двигателния апарат. Освен че укрепва костите, хормонът подобрява мускулната сила, координацията и рефлексите. Така предпазва хората в третата възраст от падания и фрактури. През последните години се изясни категорично и профилактичната роля на D-хормона за предпазване от някои от най-разпространените заболявания - диабет, атеросклероза, рак на гърдата при жените и рак на дебелото черво.

Най-лесно и ефективно D-хормонът се усвоява от организма под формата на алфакалцидол (Алфа-D-3), защото в този вид витаминът не изисква преработка от бъбреците. Иначе проблемът е, че бъбреците са сред най-бързо стареещите органи и дори без конкретно заболяване функцията им намалява прогресивно с годините. Може би затова в общата популация нивото на витамин D не е достатъчно.

Разбира се, приемът на D-хормон с профилактична или лечебна цел изисква да се посъветвате с лекар.

В случай че търсите професионално мнение по въпроса, можете да се обърнете към:

Д-р Родина Несторова - ревматолог

Месторабота: София, ДКЦ 17, раб. Време:
Всеки ден - 8-13 часа
тел. за контакт:
0888 813 435

Д-р Любчо Трифонов - рентгенолог

Месторабота: гр. Стара Загора,
DEXA ц-р, Военна б-ца
тел. за контакт:
0888 261 806

Д-р Димитър Генов - ортопед травматолог

Месторабота: гр. Пловдив, ТЦ "Гранд"
ул. "П. Д. Петков" №23, ет. 4, каб. 8
тел. за контакт:
0888 239 277

LABORATOIRES
BIOFAR
EFFERVESCENCE
Tri Activ

НОВО
ПОКОЛЕНИЕ
ВИТАМИНИ

MAКСИМАЛНА ЕФИКАСНОСТ

LABORATOIRES
BIOFAR

Д-р Стефанова, влиза ли днешното поколение по-рано в пубертета?

- Съществува терминът „акселерация“, който обяснява съвременното развитие на децата, по-добрите условия на живот, по-голямата информираност и по-калоричната храна. Това предполага по-ранно физическо съзряване и по-ранно настъпване на пубертета. Съответно съвременните деца са малко по-високи и по-тежки от родителите си във връзка с по-доброто им отглеждане. Има и тенденция децата с няколко месеца по-рано да навлизат в пубертета.

- Какви са днес границите за двата пола, различни ли са за момичетата и момчетата?

- Теоретично при момичетата пубертетът започва около 10-ата година, а при момчетата - две години по-късно. На 12 години момичетата са към средата и края на своя пубертет, а момчетата едва го започват и между тях се наблюдава дисоциация във физическото развитие. Тези разлики оформят и разлика във височината с около 10 до 20 см между двата пола.

Може да се наблюдава и ранен физиологичен пубертет. След осмата година може да се видят пубертетни признаци при момичетата, които са в границите на нормалното, а за момчетата тази възраст е 9 години. Това наричаме ранен физиологичен пубертет. Когато имаме пубертетни признаци преди 8-ата година за момичетата и преди 9-ата за момчетата, вече търсим патологични причини. В този случай се правят специфични изследвания, за да се отхвърли органичната причина, водеща до преждевременен пубертет.



Съвременните деца влизат по-рано в пубертета

Снимка Росен ВЕРГИЛОВ

Децата вече съзряват по-рано

● С д-р Елисавета Стефанова, специалист по детска ендокринология в Педиатрична университетска болница, София, разговаря Саша Маркова

девременен пубертет.

- На какво се дължи изместването на пубертета?

- Освен с акселерацията ранното настъпване на пубертета се обяснява и с други фактори. Например по-голяма част от нашите деца имат наднормено тегло, което ускорява костната им възраст. Затова при пълните деца се

наблюдава от 3 до 6 месеца по-ранно настъпване на пубертета. Хормоните, които отговарят за апетита, повишените нива на лептин и кортизол, са виновниците за това. За по-ранното или по-късното настъпване на пубертета има значение и наследствеността. Обикновено децата повтарят пубертета на родителите си.

- По какви признаци могат да познаят родителите дали детето навлиза в пубертета?

- Характерна е бърза промяна в настроението, децата стават по-нервни. Също появата на вторични полови белези - увеличаване на гърдите при момичетата и поява на окосмяване по половите органи. При момчетата се появяват младежки пъпки - акне. Всички тези белези ни навеждат на мисълта, че детето се подготвя за пубертет, като всичко това става постепенно.

- Кога родителите трябва да потърсят лекарска помощ?

- Когато са неспокойни за детето си и не са наясно

”

По време на пубертета има бум на хормоните и младежите много лесно сменят настроението си

какво става с него, е редно да потърсят специализирана лекарска помощ - консултация с педиатър, който, ако прецени, ще ги насочи към детски ендокринолог, каквато е моята специалност. Най-често се наблюдава увеличаване на едната гърда при момичетата

между 9-ата или 10-ата година и много често родителите си мислят, че има бучка. Изпадат в паника и отиват при хирурзите. Прави се изследване на гърдата и нищо не се открива. После идват при нас и ние им казваме, че детето е здраво и навлиза в пубертета. Но все пак при тревога е по-добре детето да се види от специалист, отколкото да се изчакава.

- Изнервеността на децата хормонално обусловена ли е?

- По време на пубертета има бум на хормоните и младежите много лесно сменят настроението си. По-високите нива на тестостерона при момчетата водят до такава напрезатост и неконтролируемо държане, при момичетата пък има предменструални нарушения, свързани пак с настроението. Но поведението на децата, разбира се, е функция от възпитанието на родителите. Съвременните деца са малко глезени и не обичат да им се отказва, затова често реагират сърдито и негативно. Ролата на възпитанието и родителската намеса не трябва да се подценява. Хубаво е в тази възраст децата да се насочват към спортове, които да оформят фигурата им. Не бива да се употребяват много калорични храни като тестени и сладки изделия. Болестта на съвременното е обездвижването. Децата седят повече пред компютъра, не спят достатъчно, ядат дори пред компютъра, пият енергийни и безалкохолни напитки, които също не са полезни.

- Има ли връзка между психическите и физическите промени?

- Обикновено физическото изпреварва малко психическото развитие при децата. Наблюдаваме например едно добре развито дете, което все още има желание да играе детски игри. Психичното съзряване става постепенно и заслуга за това има и възпитанието в семейството и училището. Децата са функция от действителността.

БУЛМЕДИКА/БУЛДЕНТАЛ отново ще покаже иновационни решения

От 17 до 20 май 2011 г. в Интер Експо Център-София ще се проведе 45-ата международна специализирана изложба БУЛМЕДИКА/БУЛДЕНТАЛ.

Освен традиционни участници от България, Австрия, Италия, Китай, Южна Корея и др. има и нови компании от Германия, Полша, Италия, Русия, Южна Корея, Китай, Гърция, Латвия и грузи държави. Фирми от Южна Корея са избрали национално представяне в двата сектора на изложбата.

На БУЛМЕДИКА ще бъдат представени модерна техника и оборудване за болници и кабинети, апаратура, лабораторна и медицинска мебел, уреди, инструменти и консумативи. Ще има нови генерации детектори, цифрови рентгенографски апарати и системи, мултифункционални неонатални инкубатори и апарати за химическо лечение на вируси, бактерии и паразити. Полезни ще са предложенията за рехабилитация и укрепване на здравето.

На БУЛДЕНТАЛ ще може да се види най-новото дентално оборудване, апаратура и инструменти за кабинети и зъботехнически лаборатории. Експонирани са апарати, определящи стандартите в денталната образна диагностика, последни поколения панорамни рентгени, новите LED+ инструменти, напълно автоматизирани стерилизатори и новите допълнения в га-

мата автоклави. Един от акцентите на БУЛДЕНТАЛ ще са операциите на живо за поставяне на импланти.

Това са само една малка част от иновационните решения, които ще бъдат представени на изложението.

БУЛМЕДИКА/БУЛДЕНТАЛ ще има и богата съпътстваща програма. Ще се проведат редица делови инициативи: конференция "Пациентите и лекарите за донорство и трансплантации" (17-19 май), дискуссионен форум "Достъпът до здравеопазване - истини и прогнози" (17 май), теоретико-практическа конференция "Естетика и импланти" (17-20 май), демонстрации, фирмени презентации, семинари.

Национална пациентска организация и Агенция Булгарреклама организират всекидневни безплатни прегледи за социално значими заболявания - измърване на дишането, скрининг на щитовидна жлеза и хепатит В и С, консултации за алергии и остеопороза. Националното сдружение за борба с хепатита "Хепасист" ще популяризира кампанията за насърчаване на употребата на стоматологични инструменти за еднократна употреба като превенция срещу вируса на хепатит.

Изложбата ще е отворена от 17 до 19 май от 10 до 18 ч., на 20 май до 16 ч.

За повече информация
www.bulmedica.bg

Sargenor

Нагвий умората!

За повече информация:

Ecopharm

ЕКИПАРМ ЕООД, 1421 София
бул. Черни Върх, № 14 б.з.3
тел: 983 15 06; 983 15 97
факс: 983 15 61

3x1 на ген

Лекарствата за възрастни и деца над 2,5 год. Съдържа Азидиол, изотриптин. Преди употреба прочетете листовката.



Знаете ли, че...

Недостатъчният прием на вода може да влоши работата на мозъка

С феъртрейд продуктите светът протяга ръка на бедните

Саша ВЕЛИКОВА

Феър Трейд стартира като движение в края на 70-те години в Холандия. "Това е реалният отговор на проблема да се сложи край на бедността в страните от Третия свят" - казва Живко Джамяров, управител на биомагазин. Движението се появява, когато хората в Западна Европа забелязват, че субсидиите, помощите и даренията, които отделият, не носят полза и не помагат на хората в Африка, Латинска Америка и Азия. Решават да помогнат, като стимулират търговията, производството и земеделието в тези страни. Така се ражда Феър Трейд. Компаниите, привърженици на това движение, заплащат по-висока цена за изработката на продуктите, отколкото обикновените компании, които търгуват на борсите. "Идеята на Феър Трейд е да се заплаща справедлива цена за храната - казва Живко Джамяров. - Така производителите ще могат да отглеждат по устойчив начин продуктите си и да пазят околната среда, да не експлоатират работниците си, да не използват детски труд, да могат да се развиват и да се преборят с бедността."

Днес феъртрейд продуктите в света правят над 20 млн. долара оборот годишно. Произвеждат ги почти всички страни в Ла-



Феъртрейд храните са един от начините за преодоляване на мизерията



От киноа могат да се приготвят много блюда

тинска Америка - Перу, Боливия, Чили; в Африка - Руанда, Камерун; в Азия - Индия, Монголия. Основно культу-

рите, които се отглеждат, са кафе, банани, цитрусови плодове, какао, зърнени култури, чай. Също така и па-

мук, от който се прави текстил. Цената им е по-висока от тази на конвенционалните. Живко Джамяров казва, че идеята е, купувайки такъв продукт, част от парите да се връщат обратно в страните производителки под формата на премия, която да служи за социални проекти, за изграждане на болници, за подобряване на условията на труд, за осигуряване на соларни печки и др.

Интересен феъртрейд продукт е растението киноа, отглеждано на над 3000 м надморска височина в областта Алтипано, Боливия. У нас се внася от Франция, но се произвежда от гъщерна компания в Боливия, споделя Живко Джамяров.

Киноата е наричана от местните жители "свещено зърно" и на езика на племето кечуа означава "зърно-майка". Качествата на тази зърнена култура са запазени и до днес. Тя се отглежда по традиционен начин и в съответствие с принципите на феъртрейд и биоземеделието. Киноата се приготвя подобно на ориза и е продукт, съдържащ всички аминокиселини, които се намират в месото. Също така е богата и на фибри. От зърнените култури е с най-голямо съдържание на

Днес феъртрейд продуктите в света правят над 20 млн. долара оборот годишно

белтъчини. Тя е растение с най-висока хранителна стойност в света - в 100 г сух продукт се съдържат: 59,7 г глюкози, 13,8 г протеини, 5,0 г липиди, 3,4 г минерали, 85,0 мг калций, 204,0 мг магнезий, 4,2 мг желязо.

Реално киноата е псевдозърнена култура, защото принадлежи към семейство Щирови, към което принадлежат цвеклото и спанакът. Не съдържа gluten и е изключително подходяща за всякакъв тип диета. Може да се консумира и сурова, като само за четири часа, потопена във вода, покръва. От киноа могат да се приготвят основни ястия като заместител на ориза, салати и гарнитури, сладки и солени десерти. От брашното на киноата се правят различни хлебни изделия и безглютенов хляб. Киноа могат да консумират всички, но особено ценна е за хора, алергични към gluten, вегетарианци, бременни жени, кърмачки, бебета над 7 месеца, спортисти и др.

ЛЮБОПИТНО Хигиена



Американски учени установиха, че течните сапуни могат да увеличат риска от инфекциозни заболявания. Според специалистите измиващото средство не само не премахва бактериите, но и предразполага организма към зарази. След експеримент с различни сапуни се оказало, че броят на т.нар. вредни микроорганизми по повърхността на ръцете се увеличил средно 26 пъти след употребата на течен препарат за ръце.

Хранене



Известно е, че лошото настроение води до повишената консумация на вредни храни, но малко се знае за хранителните навици на щастливите хора. Проучване, публикувано в Journal of Consumer Research, показва, че щастиемто също може да се отрази негативно на талията, тъй като моментното усещане за еуфория може да отключи желание за прекаляване с нездравословни лакомства. Учените установили, че щастливите хора са по-склонни да изберат нездравословна храна.

Сън



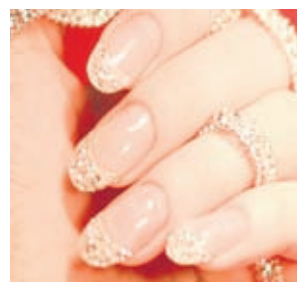
Британски учени твърдят, че откриването на точния баланс между часовете, прекарани в сън и в будно състояние, е ключът към запазването на ума бистър. По-дългият или по-краткият сън от препоръчителните шест до осем часа на ден увеличава скоростта на намаляване на когнитивните способности и се засягат умения като мисленето и речта. Това може да доведе до психически или физически проблеми, предупреждават учените.

5 билки
за добро храносмилане

COMFORTEX®

Само 2 капсули след хранене

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



Мирослава КИРИЛОВА

Кое е любимото ви цвете? Може би 90% от жените ще кажат - роза. И това не е случайно. С великолепните си цветове, с благоуханието и тайнствеността си розата неведнъж е ставала вдъхновителка на скулптори, художници, писатели, поети. Йордан Йовков е избрал белите рози в едноименния си разказ като символ на несбъднатата, безнадеждната, но свята и чиста любов. Елин Пелин пише за странни рози, които живеят само в човешката душа - това са черните рози на тъгата.

Розата още в древни времена си е заслужила титлата "Царица на цветята". В древните индийски предания се разказва за почитта, с която се е ползвала тя. Съществувал дори закон - всеки, който донесе на владетеля роза, може да го помоли за всичко, каквото пожелае. С рози украсявали царските покои, с тях плащали данъци и такси. В индийските митове се говори и за най-красивата жена на света - Лакшми, която се е родила от розов цвят. Вишну, пазителят на Вселената, като видял пленителната красавица в нейната розова люлка, събудил я с целувка и я превърнал в своя съпруга. От този момент Лакшми станала богиня на красотата.

В Рим векове по-късно розата се е почитала като символ на тайната и е била поставяна на входа на залата, където са се обсъждали секретни или поверителни въпроси. Фразата *sub rosa*, или "под розата" означава, че казаните неща трябва да останат поверителни. Древните римляни и гърци също свързвали техните богини на любовта - Афродита и Венера - с розата.

Благоговението и любовта към цветето не са чужди и на мохамеданите, които според Корана вярват, че бялата роза е израсла от капките пот на Мохамед при неговото нощно възкачване на небето. Затова ѝ приписват пречистваща сила и нито един мохамеданин не би си позволил да настъпи роза. В католическите легенди красивото цвете често е небесен защитник на добрите дела. От всички християнски държави с най-голяма любов се ползвала розата във Франция. Там тя била така ценена, че не всеки имал право да я отглежда. Ози, който получавал тази привилегия, се задължавал всяка година да пре-



Ако искате глътка свежест и добро настроение, купете си роза
Снимка Рага ПЕТКОВА

Една българска роза от мен...

● Ароматното цвете е неподвластно нито на вековете, нито на религиите

*Розата още
в древни времена
си е заслужила
титлата „Царица
на цветята“*

гостава на градския съвет рози в определени празнични дни. В историята на Англия пък отначало розата била цвете на скръбта. Почти неизвестна до XIV век, тя се появила в двора на английските крале малко преди кървавата разпра между двете фамилии - Йорк и Ланкастър. Розата запленяла с хубостта си и двете фамилии, затова те я поставили в своите гербове. При това единият род избрал бяла роза, а другият - алена.

Днес розата е национално цвете в Англия и Съединените щати. Китайската роза пък е националното цвете на Малайзия.

България е наричана "страната на розите" в множество исторически хроники. У нас сведенията за първите розови насаждения датират преди повече от 300 години. Родната ни може да се гордее и с ароматната казанлъш-

ка роза, която е ненадмината, тъй като маслото, получено от нея, се смята за най-съвършения натурален ароматен продукт. За ради високото си качество българското розово масло и днес е търсено от страните с развита парфюмерийна промишленост.

Ботаниката обаче познава над 200 вида рози, а в световните регистрационни селекционни листи официално са вписани над 20 000 сорта. Екипът на вестник "Живот и Здраве" реши да попита аранжорите в голям столичен цветарски магазин за колко вида рози разполагат. Н. Петрова ни обясни, че предлагат предимно няколко сорта - еквадо-

рска роза, холандска, спрей-роза (с дребни цветове) и, разбира се, българска роза. Еквадорската роза има по-едра чашка и по-гъста листна маса в сравнение с българската. Цветето, израснало по нашите земи, обаче е несравнимо по аромат, а листата му не падат така бързо.

Ани, която работи в сватбена агенция, сподели, че розата като символ на любовта е най-предпочитаното цвете за булчински букети: "Тя е издръжлива, декорираме я със саплен, перли или камъчета, с подходяща зеленина, с житни класове и с каквото пожелае булката, за да остави букетът ѝ наистина неповторим спомен". С листа от цвета на розата се поръсва масата на младоженците или бялата пътека в ресторанта, хвърлят се от кумата на излизане от църквата. Ако младоженците спазват нашите

традиции, ритамт менче, в което обикновено има 2 цвята - от бяла и червена роза. Белият за момче, червеният за момиче. Гадает се, че който цвят излезе по-напред, такъв ще бъде първото отроче на семейството.

Независимо обаче дали искате да създадете романтика или просто да си доставите глътка свежест и добро настроение, купете си роза. Бяла или червена, жълта или оранжева, розова или многоцветна, с преливащи нюанси, тя ще ви помогне да се почувствате специални.

Не пропускайте и празника на розата, който е официален за Казанлък, Стрелча и Карлово и традиционен се провежда през първите почивни дни на юни. Тогава из въздуха се носи сладкият аромат на розите, които са акцентът в празничните ритуали, фолклорни надпревари и нашестни традиции.

ДУМИТЕ



Румел ЛЕОНИДОВ

В името на забравения

Точно преди 160 години, на 11 май 1851, един вече доста позабравен български писател за първи път организира празнуването на Деня на Кирил и Методий. Година преди това същият незнаен за днешните българи просветител отваря Пловдивското училище - първото школо, което приема името "Св. св. Кирил и Методий". И в него, по идея на този буден чияк, езиковед и фолклорист, световната славянска общност получава завинаги светлоструйния си празник.

Името на забравения е Найден Геров.

Когато пристига в Пловдив, той заварва един град едва ли не изцяло погърчен. Българският език и образование тук са непознати. Гръкоманията на пловдивчани по това време е прочута, тя е заклемена от всичките ни тогавашни писатели. Но българското училище скоро затъмнява славата на гръцкия гимнасион и доказва веднъж завинаги, че българският език е отлично средство за общуване с културата. Освен български Геров преподава църковна и обща история, математика, физика, естествена история и търговия. И тъкмо той стъкмява и обстоен учебник по физика - първия труд по тази дисциплина на наш език. А откакто Геров се появява в града, местните българи постепенно започват да забравят старото гръцко название Филибе, Филипополис и започват да го наричат с днешното му име.

Не си спомням образът на Найден Геров някога да е трептял в ръцете на празнуващите, на онези, дето манифестират с "Върви, народе възродени...". А трябва, братя. Трябва да не забравяме за светостта на първата сълза, преляла от признателност, търкулнала се по скулата на този иначе твърд и решителен мъж. Защото без тази благословена първа капка реката на българското време щеше отдавна да е пресъхнала. Нека в миг на очищение да споменем тозова, който ни е направил паметни с този Празник на празниците. И да се възрем в бездънните му очи.

Абстрахирам се от емоциите

● С Цветана Пиронкова разговаря
Лили Чолакова

Цвети, ракетата, с която си започнала да тренираш тенис като малка, днес те изстреля на върха. Със сигурност обаче ти е отнела част от детството - от игрите на двора и уроците в училище. Трудно ли ти беше?

- Не бих казала, че ми е отнела от детството, дори обратното - имам много хубави спомени, откакто съм на корта и извън него. Израснала съм в голямо семейство с много деца (имам брат, сестра и двама братовчеди). Всички играят тенис, така че успявахме да редуваме тренировките на корта с чисто детските игри извън него.

- Съжаляваш ли за нещо изпуснато?

- Не съжалявам за нищо, което ми се е случило или съм изпуснала до този момент. Смятам, че всяко нещо, което ми е писано да ми се случи, ще стане рано или късно.

- Трудно ли преживяваш загубите на корта?

- Преди да, с течение на времето "изтръпнах", ако може така да се каже. След загуба вече се питам къде съм сгрешила и какво мога да направя, за да подобря играта си и да не допускам повече същата грешка.

- Кой е най-големият ти стимул да подобряваш играта си - победи над тенисистки като Винъс Уилямс или радостта в очите на хората, които държат на теб?

- Определено радостта на моите близки и приятели, както и на хората, които се радват искрено на моите победи. Също така уважението, което получавам по турнирите от състезателки с много по-голяма кариера и опит от моите.

- Следващите няколко месеца ще бъдат доста напрежнати за теб, защото имаш да защитава много точки за световната ранглиста. Готова ли си за това предизвикателство?

- Не го приемам по този начин, никога не можеш да бъдеш напълно готов за подобно нещо. Лично моята нагласа е да изляза на корта и да играя.

Ако съм в кондиция и съм достатъчно подготвена, смятам, че ще мога да покажа на какво съм способна.

- Дразни ли те нещо в играта ти?

- Не мога да кажа, че ме дразни нещо, по-точно има неща, които не харесвам и се опитвам да ги поправам на тренировка.

- Повече като треньор или повече като приятел усещаш баща си, който е винаги с теб на състезания?

- Повече като баща го усещам, той е много стриктен в това какво точно иска от мен и как да направя така, че аз да дам всичко от себе си на корта.

- Как гледаш на здравословния начин на живот?

- Здравословният начин на живот за мен е да живееш с хармония с тялото и духа си. Според мен спортът е неразделна част от здравословния на-

чин на живот, не говоря за интензивни тренировки а за една разходка например, един лек крос, всякаква форма на движение въздейства положително на тялото, карайки ни да се чувстваме значително по-добре.

- Като професионална тенисистка със сигурност спазваш стриктен хранителен и тренировъчен режим. Разкажи ни за него.

- Стриктен не, гледам да се храня с леки храни, които да не затормозяват стомаха ми. Наблягам на пилешко месо, картофи, ориз, салати от свежи зеленчуци и всичко, което е вкусно и добре приготвено.

- Не си от спортистите, които при загуба реагират много бурно или изглеждат видимо разстроени. Това на позитивното ти мислене ли се дължи?

- Позитивно мислене не, абстрахирам се от това да показвам каквито и да е емоции след загуба, защото смятам, че това е излишно.

- Какъв е твоят начин да се разтоварваш от стреса и умората? Остава ли ти време за развлечения, за приятели?

- Ходя на кино, по заведения, общо взето, правя неща, които всяко едно момиче на моята възраст прави. Когато ми остане време между турнирите, мога да се отпусна, да изляза на ресторант с приятели или на шопинг със сестра ми.

- Мислила ли си с какво ще се занимаваш, след като прекратиш състезателната си кариера?

- Засега съм се фокусирала върху това да играя тенис. Имам някои идеи, които ми се иска да осъществя, когато спра да играя, една от тях е да направя тенис клуб в Пловдив, където всеки, който желае да играе тенис, да е добре дошъл, но това само времето ще го покаже.

- Коя е титлата, която най-много мечтаеш да спечелиш?

- Не мога да кажа, че мечтая. По-скоро бих казала, че ако човек работи достатъчно дълго и даде всичко от себе си безрезервно, смятам, че това нещо, към което се стреми и мечтае, рано или късно се случва. Но за да отгово-



Снимка БУЛФОТО

След загуба вече се питам къде съм сгрешила и какво мога да направя, за да подобря играта

ри на въпроса - може би "Уимбълдън".

- Усещаш ли подкрепата от Българската федерация по тенис, от която се нуждае един професионален състезател като теб?

- Да, те ми оказват важна подкрепа. Постоянно организират турнири, канят световноизвестни тенисисти. За каквато и помощ да помоля федерацията, винаги откликват. Ако продължават работата си по този начин, можем да очакваме още много успехи.

- В края на миналата година беше избрана за Жена на годината в категорията „Спорт“. Как прие тази награда?

- Тази награда е един голям комплимент за мен. Аз реално още се чувствам като момиче, а получих награда за Жена на годината. Почувствах се много поласкана, защото не го очаквах, и това наистина е един страховтен комплимент за мен.

- С кои от топтенисистките в света поддържаш приятелски отношения?

- Пресилено би било, ако кажа, че поддържам приятелски отношения с много от тях. Общо взето, основно се поздравяваме по турнири, говорим си за мачовете. Най-добре се познавам с Каролин Возняки, но не сме особено близки.

- Мнението ти за настоящата №1 Каролин Возняки? На какво отдаваш динамиката в женската ранглиста през последните няколко години?

- Определено силите са много изправени, конкуренцията е много сериозна. Вече можеш да очакваш изненади от тенисистки с всякакъв ранкинг. През последните две години класацията стана много динамична, това е вярно. Относно Каролин - знам, че има много хора, които я критикуват, че не заслужава да бъде №1 - играела прекалено защитно, неатрактивно, но аз не мисля така. През 2010 г. тя игра най-много и заслужено стъпи на най-горното място в подреждането на WTA.

- Кои са най-сантименталните мачове за теб в кариерата ти? Кой мач оценяваш като най-важен, кой - като най-напрегнат и кой - като най-силен за теб?

- Аз не деля мачовете по такива критерии. Просто е много трудно да ги разделя така, защото съм изиграла много мачове. Имала съм страховтни двубои, слаби, емоционални, общо взето, всякакви. Ако се замисля в по-близкото минало, може би победата ми над Уилямс в четвъртфиналите на "Уимбълдън" е най-хубавият ми мач в кариерата, защото точно той ме класира на полуфиналите.



Снимка Иван ИВАНОВ

Да се гмурнеш в небето

● Скокът с парашут е едно от най-екстремните преживявания

Ще ви се отвори ли парашутът?! За повишение в службата или любовна афера никога не е сигурно, но ако скачате от самолет - да. Скокът с парашут е едно от най-екстремните преживявания и напоследък набира голяма популярност и у нас. Със сигурност ще увеличите адреналина на максимум, а невероятното изживяване може да ви води на летището всеки уикенд.



Твърди се, че скачането с парашут е по-безопасно от шофирането
Снимка Рада ПЕТКОВА

Тина БОГОМИЛОВА

Човек иска да лети от дълбока древност. Геният на Леонардо рисува първия парашут, чиито

размери са съобразени с теглото на скачащия. За изобретател обаче се смята хърватинът Фауст Вранчич, който през 1597 г. скача от 87-метрова камбанария. А сега вече дори и столетници политат с парашут.

Наричат парашутизма още скайдайвинг. Гмуркането в небето си е истинско удоволствие, но ви трябва кураж, за да се превърнете за минути в птица.

Първия път може да скочите сам с десантен парашут от 800 метра, но и с професионален парашут в тандем с инструктор от 3500 метра.

Твърди се, че скачането с парашут е по-безопасно от шофирането. Но трябва да спазвате всички инструкции за безопасност.

Заради новите технологии в разработката и материалите вече е почти невъзможно да не се отвори парашутът. Но винаги има и втори резервен, снабден с интелигентен уред, който го отваря автоматично, ако бързото ви свободно падане засече на определена височина.

Скокът "Тандем" е по-безопасен и по-скъп - около 350 лева. При него ще изживеете изцяло тръпката на бързо приближаване до земята. Системата за окачване на любителя на екстремни преживявания се свързва със системата за окачване на инструктора, на чийто гръб са парашутите. От височина около 3500 метра свободното падане е близо минутка. Ако желаете да имате видеопоказателство за геройството си, ще трябва да платите още

Забравете за скокове при проблеми с координацията, костите, кръвното

около стотарка.

Тандем инструкторите трябва да имат поне 500 скока. Тяна е грижата парашутът да се отвори, управлението му и приземяването. Подготовка за тандем скок е около половин час, но трябва да сте здрави. За хлапета между 10 и 16 години е необходимо и родителско съгласие.

Скокът от височина 700-800 метра обикновено е с кръгъл парашут, но почти липсва адреналинът на свободното падане. На начинаещите подробно се разяснява какво трябва да правят и се тренира в самия самолет. Инструкторът задължително обяснява на скачащия как да се държи, за да се сведе рискът до минимум. Най-трудното в класическия скок е да се усвои правилното приземяване.

Забравете за скокове при проблеми с координацията, костите, кръвното. Няма да ви допуснат и ако сте подпийнали.

Курсове по парашутизъм се провеждат в няколко български града, но не навсякъде можете да скочите просто веднъж, ей така, за кеф, както край монтанското село Ерген. Повечето летища предлагат само професионални курсове, а цената им варира в зависимост от вида на скока, схемата на изпълнение и продължителността на обучение. Преди това трябва да минете на ме-

дицински преглед. При всички случаи първият скок винаги е с инструктор, който ви напътства и съдейства през цялото време.

Ако адреналинът ви влече често към летището, можете да се присъедините към някои от клубовете към парашутната асоциация, която се занимава с развитието на този спорт. Около 2500 лева струва курс - теория, екипировка, инструктори и седем скока.

Курсът за ускорено обучение по свободно падане се нарича AFF (Accelerated Free Fall). В него ще научите не само как да управлявате парашута си, но и как да контролирате тялото си по време на свободното падане. След този курс вече можете да скачате и самостоятелно. Обучените да скачат с парашут сами плащат между 25 и 50 лева в зависимост от височината на скока.

Сгъването на парашута и прибирането му в контейнера се нарича скатаване. Това се учи заедно с останалите тънкости на скайдайвинга.

Потърсете в интернет информация за летище, което извършва парашутни скокове за еднократна доза адреналин. Те са по-популярни като "дропзони". Обадете се и си запазете ден за скок. Преди това хапнете лека храна и се облечете така, че да ви е удобно в специалния гащеризон.

Тъй че, ако в службата ви е фразкано с парашутисти, спуснати отгоре, то вие сам се издигнете, поемайки към летището.

BULGARIA ON AIR
THE BUSINESS MAGAZINE
Търсете всеки месец Bulgaria On Air
Твоят бизнес свят.

Бизнес | Икономика | Путешествия
Анализи | 1 000 000 читатели | Двуезично издание

За Десислава Асенова всичко започва, когато решава да зарадва своите приятелки, като рисува причудливи декорации върху ноктите им. Дълго време е сервитьорка и управител на заведение, но си дава сметка, че тази работа не е подходяща за семейство и отглеждане на деца. С помощта на съпруга си превръща хобито си - декорацията на маникюр, в своя професия. Деси рисува фигурки и върху своите нокти, всяка седмица те са различни, съобразени с нейния тоалет, и обикновено бият на очи отдалеч.



Десислава Асенова

Деси, трудно ли беше началото?

- През първата година от новата ми работа като маникюрист нещата не вървяха. Наех помещение в блока, в който живеях, и по време на втората ми бременност започнах работата. Делях едно пространство с мъжки фризьорски салон и затова нямаше много клиенти. Не се откозах благодарение на мъжа ми, който твърдо вярваше, че нещата ще потръгнат, щом клиентките разберат колко съм добра. Започнах да пускам цветни брошурки по пощите на хората в квартала. След време вече имах редовни клиентки, които доведоха други и така...

- Кои са най-интересните и екстравагантни декорации, които си правила?

- Калинките видях в една книжка на децата ми. По принцип не мога да рисувам, но върху ноктите се получава. Имам един модел с ягоди, които стоят страхотно на по-къси нокти. Приличат повече на ваденки, отколкото на рисунки. Дините през лятото бяха много актуални заради онази реклама с дините

на плажа, нали се сещате... Една клиентка реши, че иска такъв маникюр, за да майтапи съпруга си. Саня е клиентка, която ме посещава от 7 години, веднъж пристигна със запалка с баркод и поиска да го нарисувам върху ноктите ѝ. Не знаех дали ще се справя, но тя беше убедена, че ще се получи. Правила съм и маникюр, който напълно да съвпада с даден десен на тоалет, например каре, маргаритки, фигури... Лича, една много скъпа за мен приятелка, донесе нов GSM, който дублирах като цвят и фигури върху маникюра ѝ. Вдъхновяват ме дори шалове, гривни или пъстри дрехи, които ми служат за модели.

Друга моя клиентка на име Катя поиска маникюра ѝ да прилича на предната част на обувките. Веднъж си беше купила лачени обувки в черно и цикламено. После направихме маникюр със същите цветове и стана разкошно. Повечето декорации заснемам веднага и събирам за удобство на клиентките в албуми.

- Как гледаш на модата в маникюра?

- Определено за мен модата в маникюра не е това, което ни диктуват откъде. Той е нещо много индивидуално и трябва да отговаря на вътрешното усещане на човека. В зависимост от настроението ми си слагам по-тъмен или по-светъл цвят. Имам нужда от силен цвят, за да ме зареди емоционално, или когато се чувствам уверена и спокойна, предпочитам черно. Мани-

Маникюрът може да носи радост

● С Десислава Асенова разговаря Саша Маркова



Снимка: личен архив на Десислава Асенова

Маникюрът може да има свой собствен език

”

Маникюрът трябва да е отражение на това, което чувстваш и виждаш

кюрът трябва да е отражение на това, което чувстваш и виждаш, или пък това, което искаш да чувстваш и да виждаш. Когато си погледнеш ноктите, трябва да видиш нещо цветно, весело и зареждащо, нещо, което да напълни душата и сърцето. Маникюрът е средство, с което можеш да направиш добро или лошо впечатление в зависи-

мост от това дали го поддържаш или не.

- Близка ли си с клиентките?

- Клиентките ми ме посещават от години и вече с тях сме си и приятелки.

Всяка от тях споделя с мен всичките си радости и болки. Със съвет не мога много да помогна, но смятам, че ние, жените, имаме нужда да бъдем изслушвани. В разговора, който водим, когато правя маникюра, клиентките сами стигат до някои важни за тях решения. Зареждащо е, когато си харесват маникюра и излизат от салона щастливи.

- Как преминава денят ти?

- Много често ми се налага да започвам в седем часа сутринта, дори и в събота, защото мно-

го държа на жените, които идват, и се съобразявам с тяхното свободно време. Често, когато държа ръцете им, настроението им се прехвърля на мен, но се опитвам да ги успокоявам. Старая се да ги накарам да погледнат на проблемите си от хубавата страна. Когато клиентките ми са по-близки, преживявам проблемите им заедно с тях.

- Ще споделиш ли някоя странна случка?

- Имах преди приятелка и съответно дългогодишна клиентка, която ми подари ваза. Тази ваза беше толкова красива, че веднага я претворих в маникюр. От миналата година по ред причини нашите отношения се развалиха, тогава вазата се спуква. Аз я изхвърлих и сега се чувствам много доб-

ре. Понякога в живота човек трябва да направи чистка на предметите и хората около себе си, особено на тези, които не носят удовлетворение от контакта. Трябва да се радваме на всичко, което ни се случва, независимо дали е хубаво или лошо, защото то ни учи на нещо. Когато се освободи място от човек или предмет, на негово място идва нов.

- Какво те зарежда с енергия?

- Най-хубавото на моята професия като маникюрист е, че тя носи радост както на моите клиентки, така и на мен. Но дори и да съм имала тежък ден, се чувствам удовлетворена, когато се прибера вкъщи и погледна двете си деца. Това е нещо, което ме зарежда с положителна енергия.

Какво се случва над облаците

Изследователи проведоха опитване между 3000 стюардеси и съставиха рейтинг на най-безумните молби или въпроси на пасажерите. На първо място е молбата да се отвори прозорецът, за да се поветри салонът. Веднага след нея се нарежда желанието да им покажат къде е душът. Водещата тройка завършва с въпроса има ли на борда "Макдоналдс". В рейтинга присъстват и други нечестности на пътниците като: "Донесете ми чай и направете масаж на куклата ми Барби", "Заведете малките в детската стая", "Намалете шума на двигателите",

"Помолете командира на полета да спре турбулентността".

Други ентусиасти пък съставиха рейтинг на най-сексапилните стюардеси. Тук на първо място се класираха работещите във Virgin Atlantic. Британките с голяма преднина оставиха зад гърба си стюардесите от Singapore Airlines, Etihad и Emirates на Обединените арабски емирства, както и ирландките от Air Lingus, които получиха съответно 18%, 12%, 11% и 6% от гласовете. Облечени в ярко червени униформи, стюардесите на Virgin Atlantic

изглеждат секси не само в самолетите, а и в рекламните клипове на авиокомпанията.

Дали секси излъчването е било условие при кандидатстването им за работа и нарочно са подбрани по този критерий, не е ясно, но собствениците на Hong Kong Airlines имат друга претенция към стюардесите си. Те са ги задължили да минат курс по кунгфу. Причината е, че всяка седмица в самолетите стават средно по три инцидента с неконтролируеми пасажери. Съвсем наскоро една от стюардесите е приложила на практика познанията си по кунгфу

при полета Пекин-Хонконг.

Мениджърите на авиокомпаниите British Airways, Virgin Atlantic и Emirate пък обсъждат въпроса дали да не въведат полети без деца или да обособят отделни бездетни зони в самолета. Проблемът се е появил, когато една трета от пътниците в бизнес класите заявили, че присъствието на деца на борда ги гразни. Ако компаниите искат да увеличат печалбите си от заможените пътници, то ще трябва да направят нещо повече за комфорта им, като едно от предложенията е в

самолетите да се обособят тихи кабинки. Такива вече съществуват в британския жп транспорт.

С друг проблем се опитва да се справи авиокомпанията Singapore Airlines. Нейните собственици са принудени официално да помолят клиентите си да се въздържат от любовни занимания по време на полетите. Това странно изискване било наложено след закупуването на самолета A380, който разполага с 12 каюти, обзаведени с легла. Тези спални обаче не са звукоизолирани, което създава дискомфорт на останалите пътници. Собствениците на авиокомпанията молят пасажерите, обитаващи тези каюти, да не бъркат самолета с хотел. (ЖЗ)

Телефони и компютри ще се подчиняват на мисълта

● Учените са на мнение, че суперустройствата ще се използват само в ограничени сфери

Да говориш по телефона или да включиш компютъра, без да ги докосваш, вече не е необходимо да бъдеш маг или екстрасенс. За това са се позагрижили учените. Те вече са разработили специални технологии, които улавят импулсите на човешкия мозък и ги предават на устройствата.

Специалисти от Калифорнийския университет създадоха портативна система, която позволява от разстояние да се управлява телефон. Разработката е основана на принципа на енцефалограмата - върху главата на човека се закрепват електроди и Bluetooth, който предава сигнала към телефона. В него пък е вкарана специална про-

рама, разпознаваща импулсите на мозъчната активност. Но за да ползваш телефон по такъв начин, трябва да минеш през предварително обучение. На желаещият да говори по GSM, без да го пипа с ръце, се показват цифри от нула до девет, като всяка мига с различна скорост. Всяка цифра има определена честота. "Впечатленията" се фиксират в задната част на мозъка и следващия път, когато човекът гледа цифрите, системата разпознава честотните импулси.

По време на теста нито доброволци трябвало да наберат десетцифрен телефонен номер, управлявайки мислено мобилния телефон. По-

вечето от участниците в теста се справили напълно успешно.

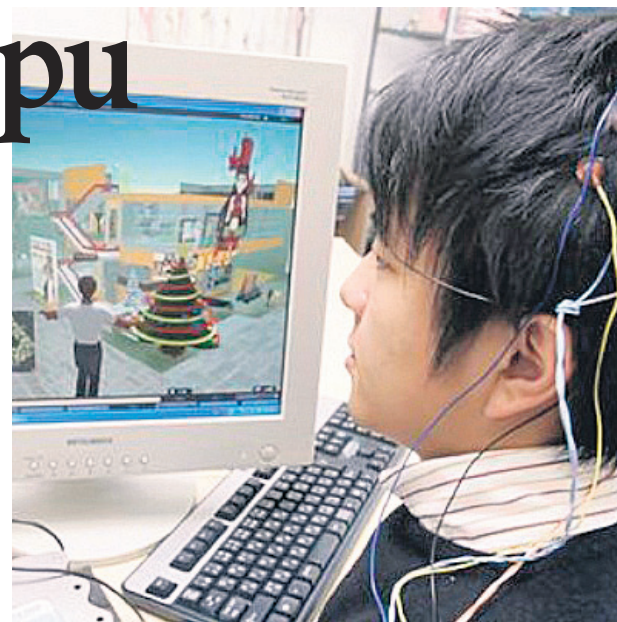
Двама израелски студенти изобретили аналогично устройство за компютър, което може да се управлява по два начина. Първият е с помощта на мимиката на лицето. Ако например вдигнете веждите си нагоре, курсорът се придвижва вляво и т.н. Вторият начин е чрез мисълта, като определени образи се свързват с команди към компютъра.

Инженери от Вашингтонския университет са изобретили начин да се задават команди на компютъра, като мислено се произнасят думи. За тази цел те са използвали технология, с която се уста-

Не е изключено в близко бъдеще само със силата на мисълта да можем да управляваме телевизори, автомобили и цялата електроника, която ни заобикаля

новява епилепсия.

Едно от най-новите чудеса на техниката - т. нар. умен дом, в който всичко се управлява с гласови команди, се оказва съвсем не последно. В интелигентните къщи от следващото поколение даже няма да е необходи-



мо да напрягате гласа си. Достатъчно ще е да не се разделяте с електронната "шапка" на главата си.

Очевидно перспективите са повече от оптимистични. Не е изключено в близко бъдеще само със силата на мисълта да можем да управляваме телевизори, автомобили и цялата електроника, която ни заобикаля. Тази възможност е безценна при възрастни хора или инвалиди, чиито физически възможности са ограничени.

Докъде ще стигне научно-техническият прогрес, никой не може да

прогнозира. Засега нещата все още са на етап око да види, ръка да пипне. Защото и най-свършените устройства се развалят, а когато става въпрос за управление на автомобили или самолети от разстояние, това може да струва живота на много хора. Учените са събрани по отношение бъдещето на супертехнологии и са на мнение, че те ще се използват, но в ограничени сфери. А и да включиш компютъра или телефона с пръстче не изисква никакви нито физически, нито умствени усилия. (ЖЗ)

СЕЗОН 1 ПОД ПРИКРИТИЕ **ВСЯКА НЕДЕЛЯ ВЕЧЕР ПО БНТ**

WWW.PODPRIKRITIE.BG



Печат:
Алианс Медиопринт АД,
Адрес: София, ж.к. „Дружба 1“,
ул. "Илия Бешков" №3
Безплатен абонамент за
електронното ни издание
в PDF формат на:
info@health.bg

ЕВРОПЕЙСКА ПРЕМИЕРА

Кабриото на Golf тръгва с лятото

Версията кабриолет на Golf VI не е най-атрактивното предложение за топлия месец на годината, но е факт, че вече го има на европейския пазар. Е, в България за жалост няма да се предлага, защото никога не е имало търсене на подобен Golf без покрив. Четириместният открит

модел на производителя от Волфсбург отваря новаторския си мек съсъвем покрив само за 9,5 секунди и при това е способен да го прави дори и в движение със скорост до 30 км/ч. Продажбите му стартираха логично първо в Германия в началото на пролетта, а базовата му цена тръгна от 23 625 евр

ро. В зависимост от поръчаните допълнителни екстри цената става още по-сериозна.

Гамата на двигателите с турбокомпресори и директно впръскване на горивото се състои от шест предложения. Мощността им варира от 105 до 210 к.с. Четири са бензиновите силови агрегати



TSI, като и най-слабият, 1,2-литровият, е с турбо и ESP в базовото оборудване. Дизеловите предложения TDI са две - 1,6-литров мотор (105 к.с.) и 2,0-литров (140 к.с.). С енергоспестяващата технология BlueMotion, системата Stop/Start и DSG трансмисията с двоен съединител средният разход на гориво е едва 4,4 л/100 км. Всички екстри, които са налице за класическия хечбек Golf с твърд покрив, са достъпни и за кабриолета. Широката публика видя за първи път заводското предложение по време на автосалона в Женева през март т.г. Първия кабриолет на базата на Golf I германците от Volkswagen създават през 1979 г.



СПЕЦИАЛИСТЪТ СЪВЕТВА

Внимание! Аквапланинг!

Едва ли има шофьор, който поне веднъж в живота си да не е попадал в ситуация на аквапланинг. Особено важно е през пролетта, при появата на бързи и изненадващи дъждове и превалвания, всеки водач да е наясно с овладяването на ситуацията. Аквапланингът е пряко свързан със сцеплението на гумите с пътната повърхност. Всеки знае, че чрез триенето между гумите и пътя се получава движението на автомобила. Загубата на сцепление се случва, когато гумите попаднат в локва или се плъзнат по мокра повърхност. Аквапланингът се появява за части от секундата, в които протекторът на гумите не може да изхвърли достатъчно бързо, силно и добре водата от пътя и се нарушава действащото до момента сцепление. Колелата не могат да достигнат твърдата пътната настилка. На волана се усеща цялото забавяне на движението на автомобила вследствие противодействието на водното препятствие. Аквапланинг може да се получи върху мокра повърхност с дълбочина от 30 мм до 100 мм и при скорост над 80 км/ч. Всъщност с постоян-

но задвижване на четирите колела са по-уязвими откъм устойчивост при аквапланинг. Особено това се усеща на магистрала. При висока скорост и навлизане в завои можете да попаднете само с левите колела в дълбока локва. От съпротивлението, ако не държите здраво волана, можете дори да се преобърнете, защото нормалното управление на превозното средство сте го загубили на момента.

На аквапланинг се противодейства с нормално, последователно натискане на педала на спирачката, ако има ABS, и с няколко натискания, ако сте с обикновена спирачна система, позната от софозилата. Противодействието в подобна ситуация е само едно - държете без паника здраво волана с насочени напред колела и се опитвайте възможно най-бързо да намалите скоростта. Съветът ми е в дъждовно време да забравите бързото придвижване и да намалите наполовина скоростта. Запомнете, че водата не позволява на гумите бързо да достигнат пътната повърхност и така колелата ви започват да се пързая върху водния капан.

Поредно признание за Volt

Chevrolet Volt бе обявен за "Световен зелен автомобил" на 2011 година (2011 World Green Car of the Year) по време на Международното автомобилно изложение в Ню Йорк. Пазарната му премиера в Европа ще бъде през ноември 2011 година. "Изборът на Volt за "Световен зелен автомобил" на 2011 година е още едно доказателство за ефективността на технологиите за намаляване на разхода на гориво, предлагани от марката Chevrolet в световен мащаб", отбеляза Рик Шайг, вицепрезидент маркетинг на Chevrolet. "Това

отличие наред с тези преди него потвърждават правилната насока на усилията на развойния екип в създаването на наистина забележителен автомобил с потенциал да промени бъдещето на индивидуалния транспорт в глобален план."

Chevrolet Volt беше избран сред представителите на 12 нови автомобила от целия свят, премина полуфинала в битка с десет кандидати и на финалната права влезе в директен спор с BMW 320d Efficient Dynamics Edition и Nissan Leaf и ги победи. За да се съревновават за цяло-

стната награда "Световен автомобил" (World Car), кандидатите следва да се предлагат за продажба на поне два континента в периода 1 януари 2010 година и 30 май 2011 година. Chevrolet Volt ще може да участва за цялостната награда "Световен автомобил на 2012 година" (2012 World Car Award), тъй като продажбите му в Европа и Азия ще стартират по-късно през настоящата година.

Страницата подготви
Стамен ЗАХАРИЕВ

