

# «МНЕ НЕ СОРАМНА КАЗАЦЬ, ШТО Я КАДЗІРАВАНЫ, СОРАМНА ЗА ТОЙ БОЛЬ, ЯКІ ПРЫЧЫНІЎ ЖОНЦЫ І СЫНУ»

«Ужыванне цяжкіх наркотыкаў даступна малой колькасці людзей. Алкагалізм — ён побач з намі... Паспрабуем спыніць. Жадаю паспеху на гэтым, безумоўна ж, нялёгкім шляху!»

(Цытата з лекцыі аб шкодзе алкагалізму з фільма «Іголка. Рэмікс»):

З Іванам Аляксандравічам (імя зменена па этычных меркаваннях) пазнаёмілася, як часта гэта здараецца, выпадкова. Разгаварыліся. Высветлілася, што новы знаёмы, які, да слова, ніяк не выглядае на свая бр, вусь жое 20 гадоў і кроплі ў рот не бярэ. Хоць быў час, прызнаўся, калі за 20 кіламетраў пешшу за няпоўнай шклянкай гарэлкі пайшоў бы не раздумваючы...

— Іван Аляксандравіч, раскажыце, як вы здолелі ўзяць сябе ў рукі і пачаць новае жыццё? — Пліў я, што тут казаць, моцна. Паміж намі, калі заплочуць вочы і ўзгадаю, як піў, то і зараз страшна робіцца. Пляць бутэлэк «Маскоўскай» адным заходам — вось і ўвесь сэнс жыцця... У 90-м годзе на радзіўся мой малодшы сын. Вось тады я збярэда вырашыў, што са сктуры вылезу, але мой Ванька будзе жыць у нармальнай сям'і. Сабраўся і паехаў у Мінск кадыравацца. Урач мяне адрэзав папярэдзіць, што на ўсё жыццё закадыравацца не будзе, а ў астаўняе ў маіх руках. І зараз памятаю яго словы: «Чалавечы розум мацнейшы за гарэлку». Зараз, праз 20 гадоў, я разумею, што вярнуўшы лічы, з таго свету.

— І што, за 20 гадоў ні разу не сап'яўся? — Не будзе праўдася, было адзін раз. Як зараз памятаю, калі нарадзіўся ўнук, я на радасячы выпіў за кампанію паўшлякні шампанскага. Падумаў: ужо сям гадоў прайшло, нічога са мной не стане. Два дні я не прасыхаў. А на трыці дзевяці саў на першую электрыку, што ехала ў бок Мінска, і, ледзь не на калянах, мапіў урача, каб ён усьпіў «ільва», які раптоўна прачнуўся і ледзь мяне не загрыў. Пасля таго выпадку я нават піва ў рот не бяру.

— А як адрававаць знаёмыя, суседзі? Не паверу, што не спакушалі. — Жонка мая на радасячы торцік купіла. Ведаеце, вельмі важна, калі з гэты пераломны момант побач былі людзі, якія ад душы парадуюцца за цябе. Мне вельмі запомніліся, як да мяне падшоў мой сусед Валера і сказаў: «Віншую. Малайчына. Гэта сапраўды мужычынскі ўчынак». Згадзіўся, мала дзе такое пачуеш. У нас жа калі ўсе ў гразі, то ўсе ў парадку, а не, дык... Памятаю, выйшаў на двор і чуо, як суседка паўчае свайго сына Коло: «Паглядзі, Іван закадыраваўся, жыве як чалавек. А ты чым горшы?». А ўбачыла мяне і ціхенька, каб жонка не чула: «Вань, можа, што грам хочаш, а то ж ёсць...». Не каб парадвацца, што ў чалавека жыццё наладжваецца, а яна...

— І як атрымалася не падацца спакусе? — На першых парах мне час ад часу хацелася плюнуць на ўсё і ўзяцца за старое. Злавіў сябе на думцы, што такое жаданне прыходзіла выключна ў тры моманты, калі з'яўляўся вольны час. Вось я і вырашыў яго запоўніць. Знайшоў сабе занятка па душы: пачаў рамантаваць гадзіннікі, бытавыя прыборы, карацы, усё, што трапілася пад рукі. Менавіта тады і зразумёў, што пасля сарака жыццё толькі пачынаецца (успіхаецца). Акрамя таго, я вельмі моцна ўдзячы сваім калегам-наставнікам, якія, замест таго, каб казаць «ну што з глянціны возьмеш», павярлі ў мяне, зрабілі ўсё магчымае, каб я на працы адчуў сваю неабходнасць. Мое знаёмы, напрыклад, не раз у лядзюна-прадоўным прафінансаванні. Ніхто яго сур'ёзна не ўспрымаў, для ўсіх ён быў прапашным чалавечкам, п'яным месцам. І вось нежак раз на сустрэчу ананімын алкаголікаў пазнаёміўся з б'льшым настаўнікам гісторыі, які пасля таго, як кінуў піць, пачаў сваю справу. Апошні не пабаўся ўзяць «прапашчага» на працы. Зараз яны не толькі кампаньёны, але і добрыя сябры. Вось бачыце, давер мне рабіць чужы.

— Іван Аляксандравіч, асабіста для мяне дзіўна ведаю, што словы нарकोлага ўспрымаюцца як паўчачанне і адлятаюць бы ад сценкі гарок. Памятаю, аднойчы падчас наведвання падчас нарकोлага, урач мне пачала чытаць 30-хвілінную лекцыю аб шкодзе алкаголю. А пасля, калі заўважыла, што я не слухаю, запыталася, пра што я думваю? І адказ на маё «калі б сказаў, што за 20 кіламетраў мяне чакае няпоўная шклянка чакае няпоўная шклянка гарэлкі, то, не раздумваючы, пешшу пайшоў бы...», толькі і вымавіла «такі ты страшны чалавек». Іншая справа, калі прыходзіць да мяне та-варыш, з якім мы дагэтуль разам пілі «усё, што гарыць». І я наліваю яму гарбаты, расказваю, што, як перастаў піць, дома стала спакойна, што сыну камп'ютар у крадці узялі. «Эх, карыфан, і я б так хацеў!.. А то вусь хаджу ў навігацях, падзяўзаны вярхоўкай...» — нечаканна вярываецца ў майго госьця. А праз колькі дзён прыходзіць і кажа: «Вань, ты ведаеш, трыба паспрабаваць. Давай з'ездзім да твайго дэктара». Але ж, зразумела, не ўсе такія. Некаторыя былія сабур'ёўнікамі і дагэтуль не ходзяць, а каваюцца. Ці ж гэта жыццё?..

— Неаднаразова чула, што аматары выпіць вінавацяць на ўсіх сваіх бедх амы... Што вы можаеце сказаць на гэты конт? — Якія гэтыя? І слухаць не хачу. Вазьміце, напрыклад, маю сям'ю. Я ўпершыню напіўся да барамацтва ў 4-м класе. Мы тады з таварышамі пілі самагонку, якую знайшлі дома. Наогул, колькі сябе памятаю, ніколі не адмаўляўся выпіць. Але ж пры ўсім пры гэтым мой старэйшы сын — яму зараз 35 гадоў — выпівае толькі па вялікіх святах. Так што, хочаш «завязецца», будзь шчырым з самім сабой і прызнайся: я алкаш, мне піць нельга. А ўсё астатняе — гэта проста адварожыць.

І, ведаеце, не прывядаць Гасподзь, каб у каго дзеці былі алкаголікамі. На мой погляд, гэта самы страшны праклён з усіх магчымых. У мяне сэрца крывей абліваецца, калі на вяходзе ў гарадскі парк бачу п'яную шку. Гэта самая шок і ні на ёсць пастка для моладзі. Лепш бібліятэка ці кавярню зрабіць б, дык не...

Надзея ДРЬІПА. Ідэю распахчы новую рубрыку падкажу герай гэтай публікацыі. «Я не сьвярджаю, што ўсе, пасля таго як працягалі маю гісторыю, павінны кінуцца кадыравацца. Чалавек чалавеку не роўны. Для некага, можа, эфектыўны іншы метад. Напрыклад, выдатны расійскі акцёр Пётр Мамоў, наколькі я ведаю, адмовіўся ад алкаголю і наркотыкаў пасля звароту ў хрысціянства. Маліцеся Богу, мяняйце месца працы, калі трыба, то і жыхарства. Любым шляхам уцякайце з гэтай ямы. Будзе нялёгка, але толькі на першых парах. А пасля, паверце, будзеце дзякаваць Богу, што вырваліся з бутэлькі, каб нарэшце пачаць жыць, а не існаваць».

А я вы (ці ваш блізкі чалавек) знайшлі выйце з бутэлькі? Падзяліцеся, і хто ведае, магчыма менавіта ваша гісторыя дапаможа вярнуць да жыцця не аднаго чалавек.

— Іван Аляксандравіч, асабіста для мяне дзіўна ведаю, што словы нарकोлага ўспрымаюцца як паўчачанне і адлятаюць бы ад сценкі гарок. Памятаю, аднойчы падчас наведвання падчас нарकोлага, урач мне пачала чытаць 30-хвілінную лекцыю аб шкодзе алкаголю. А пасля, калі заўважыла, што я не слухаю, запыталася, пра што я думваю? І адказ на маё «калі б сказаў, што за 20 кіламетраў мяне чакае няпоўная шклянка чакае няпоўная шклянка гарэлкі, то, не раздумваючы, пешшу пайшоў бы...», толькі і вымавіла «такі ты страшны чалавек». Іншая справа, калі прыходзіць да мяне та-варыш, з якім мы дагэтуль разам пілі «усё, што гарыць». І я наліваю яму гарбаты, расказваю, што, як перастаў піць, дома стала спакойна, што сыну камп'ютар у крадці узялі. «Эх, карыфан, і я б так хацеў!.. А то вусь хаджу ў навігацях, падзяўзаны вярхоўкай...» — нечаканна вярываецца ў майго госьця. А праз колькі дзён прыходзіць і кажа: «Вань, ты ведаеш, трыба паспрабаваць. Давай з'ездзім да твайго дэктара». Але ж, зразумела, не ўсе такія. Некаторыя былія сабур'ёўнікамі і дагэтуль не ходзяць, а каваюцца. Ці ж гэта жыццё?..

— Неаднаразова чула, што аматары выпіць вінавацяць на ўсіх сваіх бедх амы... Што вы можаеце сказаць на гэты конт? — Якія гэтыя? І слухаць не хачу. Вазьміце, напрыклад, маю сям'ю. Я ўпершыню напіўся да барамацтва ў 4-м класе. Мы тады з таварышамі пілі самагонку, якую знайшлі дома. Наогул, колькі сябе памятаю, ніколі не адмаўляўся выпіць. Але ж пры ўсім пры гэтым мой старэйшы сын — яму зараз 35 гадоў — выпівае толькі па вялікіх святах. Так што, хочаш «завязецца», будзь шчырым з самім сабой і прызнайся: я алкаш, мне піць нельга. А ўсё астатняе — гэта проста адварожыць.

І, ведаеце, не прывядаць Гасподзь, каб у каго дзеці былі алкаголікамі. На мой погляд, гэта самы страшны праклён з усіх магчымых. У мяне сэрца крывей абліваецца, калі на вяходзе ў гарадскі парк бачу п'яную шку. Гэта самая шок і ні на ёсць пастка для моладзі. Лепш бібліятэка ці кавярню зрабіць б, дык не...

Надзея ДРЬІПА. Ідэю распахчы новую рубрыку падкажу герай гэтай публікацыі. «Я не сьвярджаю, што ўсе, пасля таго як працягалі маю гісторыю, павінны кінуцца кадыравацца. Чалавек чалавеку не роўны. Для некага, можа, эфектыўны іншы метад. Напрыклад, выдатны расійскі акцёр Пётр Мамоў, наколькі я ведаю, адмовіўся ад алкаголю і наркотыкаў пасля звароту ў хрысціянства. Маліцеся Богу, мяняйце месца працы, калі трыба, то і жыхарства. Любым шляхам уцякайце з гэтай ямы. Будзе нялёгка, але толькі на першых парах. А пасля, паверце, будзеце дзякаваць Богу, што вырваліся з бутэлькі, каб нарэшце пачаць жыць, а не існаваць».

А я вы (ці ваш блізкі чалавек) знайшлі выйце з бутэлькі? Падзяліцеся, і хто ведае, магчыма менавіта ваша гісторыя дапаможа вярнуць да жыцця не аднаго чалавек.

## Алкаголь — НЕкарысны Дарэчы і НЕ прадукт харчавання

Шкода, якую алкаголь наносіць здароўю чалавека, адназначная. Апошнім жа часам надта распаўсюджаныя сталі разважанні пра так званую кардэсць малых доз. Просты чалавек з энтузіязмам на гэта купляецца, а вытворцы градусных напояў радасна паціраюць рукі.

Сусветная арганізацыя аховы здароўя сапраўды праводзіла спецыяльныя даследаванні адносна ўздзеяння на арганізм чалавека малых доз алкаголю. «Пазітыўнае ўздзеянне 30 г абсалютнага алкаголю адзначалася толькі ў дачыненні да кардыяпрэктарнага эфекту, інакш кажучы, у сэнсе зніжэння рызыкі ўзнікнення інфаркту міякарда. — кажа кіраўнік Цэнтра маніторынгу наркасітуацыі Рэспубліканскага навукова-практычнага цэнтра псіхічнага здароўя, кандыдат медыцынскіх навук Сяргей ОСІПЧЫК. — Такім чынам, размова не ідзе ні пра якую кардэсць для засаду і іншых органаў і сістэм, — толькі пра сэрца. Па-другое, гэтае пазітыўнае ўздзеянне мела месца выключна ў мужчын ва ўзросце пасля 50 гадоў і жанчын у час менапаўзы».

Дзесяці з 30-х гадоў мінулага стагоддзя алкаголь пачаў пераходзіць у ранг прадуктаў харчавання. Адыёлюс гэта не без удзелу выдучых вытворцаў і пастайшчыкоў алкаголю, дзякуючы іх шматбюджэтным маркетынгамым стратэгіям. З таго моманту насельніцтва пры падтрымцы адпа-

ведных піяр-кампаній страціла арыенцір і залічыла «цяжкую ваду» ў прадукты харчавання, якія, як вядома, неабходныя для нармальнага функцыянавання арганізма. Аднак прадукты харчавання — гэта вады першай неабходнасці. Пра алкаголь жа нічога падобнага сказаць немагчыма.

Той, хто ставіць гэты пысьл пад сумненне, дорага платіць. І няважна, пра які менавіта алкаголь ідзе размова: віно, гарэлку ці піва. Усё гэта ўтрымлівае этылавы спірт, а значыць, абавязкова аказвае сваё шкоднае ўздзеянне. Так, зямжына даследчыкі ўстанавілі ў жанчын, якія актыўна ўжываюць піва, зніжэнне фертыльнасці. У п'яных жа аматараў сярод моцнай паловы назіраецца праблема іншага кшталту: зніжэнне лібіда і адкладанне тлушчу па жаночым тыпе — на жываце і сіднегах. Піва ўсё ж такі багатае на раслінныя эстрагены — жаночыя палавыя гармоны. Эстрагены хоць і раслінныя, але эфект аказваюць сапраўдныя.

Вучоныя таксама ўстанавілі, што ў пакаленчых сем'ях, дзе злоўжываюць алкаголем, працоўная аднолькавая змяненні ў біяхімічнай актыўнасці ферментаў, якія расщипляюць алкаголь. Гэта дае падставу для больш хуткага развіцця алкагольнай залежнасці, што можа назірацца літаральна ў падлеткавым узросце.

Святлана БАРЫСЕНКА.

### Энапалі

## Жоўцекамянёвая хвароба: шмат гародніны, меней цукру

Моцны боль у правай верхняй частцы жывата аддае ў ніжнюю правую частку грудзей, а часам ён ідзе праз плячо ўніз па спіне — так выглядае прыступ жоўцекамянёвай хваробы, які можа цягнуцца як хвіліны, так і гадзіны, не слабееючы. Пры гэтым можа развіцца і запаленне жоўцевага пузыра, прычым настолькі сур'ёзнае, што спатрэбіцца тэрміновая аперацыя. Ад каманёў у жоўцевым пузыры і пратоках пакутуе кожны сёмы жыхар планеты. Прычым жоўцекамянёвую хваробу знаходзяць не толькі ў людзей ва ўзросце, але і ў падлеткаў. Аднак, як заўважае дацэнт другой кафедры хірургічных хвароб Белдзяржмедуніверсітэта Алег РУБАХАЎ, у жанчын гэта паталогія сустракаецца часцей, што звязана з пэўнымі гарманальнымі працэсамі. Адзначана таксама, што на жоўцекамянёвую хваробу амаль не пакутуюць вегетарыянцы, а рызыкуецца набыць яе тыя, хто харчуецца бялковай ежай, якая ўтрымлівае вялікую колькасць халестэрыну. Аднак правільна падабраная дыета можа істотна паўплываць на ўтварэнне жоўцевых каманёў. Вядома, што пэўныя прадукты валодаюць уласцівасцю раставаць халестэрын. Аднак ёсць і такія, якія правуюць прыступ жоўцевай колікі.

Дыеталагі ракамендуюць ужываць больш агародніны. Як ужо адзначалася, у вегетарыянцаў жоўцекамянёвая хвароба — даволі рэдкая з'ява. І асабліва паспяхова супрацьстаяць гэтай немачы жанчыны, у якіх у рацыёне харчавання шмат арэхаў, бабовых і апельсінаў.

Якое рэчыва ўтрымліваецца ў гэтых прадуктах, што перашкаджае каманеўтварэнню? Магчыма, гэта клетчатка, але верагодней за ўсё — раслінныя бялкі, якія валодаюць здольнасцю зніжаць канцэнтрацыю халестэрыну ў жоўці.

Людзям, якія маюць камані, лепш адмовіцца ад кавы. Чорная кава без цукру і вяршоў з кафеінам ці без яго можа выклікаць скарачэнні жоўцевага пузыра, якія прыводзяць да прыступу жоўцекамянёвай хваробы. Усяго паўкіўка кавы стымулюе скарачэнні жоўцевага пузыра.

Каманеўтварэнню садзейнічае галаданне, вельмі вялікі перапынкі паміж прыёмамі ежы ці адмова ад сьняданку. Больш за ўсё камані ў тых, хто еў па 14 гадзін і больш, прапуськаючы сьнеданні. Менш чым васьмігадзінны перапынкі здымаюць рызыку каманеўтварэння. Без падтрымкі харчавання стрававальная сістэма не выпрацоўвае з жоўцю дастаткова кіслот, што валодаюць здольнасцю раставаць халестэрын і не даваць яму выпадаць у асадкі і выглядае камані.

Нават невялікае перавышэнне нормы масы цела абарочваецца пагарзай каманеўтварэння, прычым гэта асабліва датычыцца жанчын сярэдняга ўзросту. Чым большая вага, тым большая рызыка. Поўныя жанчыны ў шэсць разоў часцей церпяць ад жоўцевых каманёў, і нават залішня 10 кг амаль падвойваюць рызыку.

Лішкі тлушчу ў арганізме пераўтвараюцца ў халестэрын, які ў спалучэнні з жоўцю становіцца асновай каманеўтварэння. Здавалася б, усё зразумела: калі лішак вагі прыводзіць да каманеўтварэння, лагічна было б хутчэй пазавіцца ад яго. Але вусь парадокс: хуткая страта вагі — гэта адзін з верных спосабаў справакаваць жоўцекамянёвую хваробу. Нізкакаларыйная, з нізкім утрыманнем тлушчу дыета (да 600 кілакалорый і менш за 3 г тлушчу ў дзень) у 50 працэнтах выпадкаў прыводзіць да ўтварэння каманёў у жоўцевым пузыры. І чым хутчэй вы губляеце вагу, тым вышэй рызыка: камані могуць знаходзіцца ў жоўцевым пузыры, а вы нават і не падзадаеце аб гэтым, пакуль вялікая страта вагі і зварот да звычайнага ражыму харчавання не прывядуць да сімптомаў жоўцекамянёвай хваробы.

Небяспечна камані забэзгнучы, калі да кожнага прыёму ежы даваць па 5-10 г тлушчу (напрыклад, па 2 чайныя лыжкі аліўкавага алею).

Тлушч неабходны для таго, каб стымуляваць жоўцевы пузыр выпускаць жоўць, якая ў ім назапалілася, хоць бы раз у дзень. Пры рэзкім скарачэнні ўжывання тлушчу жоўцевы пузыр пачынае радзей скарачацца і выкідаць жоўць у кішчэчнік, а застой жоўці вядзе да ўтварэння каманёў.

Вольга ШАЎКО.

## НОВЫ ВІРУС ТРАПІЎ «У ТУПІК»

Новы вірус грыпу H3N2, выяўлены нядаўна ў ЗША, не уяўляе сур'ёзнай пагарзы для чалавека. Вынікі даследаванняў, праведзеных амерыканскімі вірусологамі, сведчаць аб тым, што ён не здольны перадавацца ад чалавека да чалавека.

Інфармацыю пра новы ўзбуджальнік грыпу, які адрозніваецца ад сезоннага штама, Расія атрымала па каналах Сусветнай арганізацыі аховы здароўя. Паведмлялася, што новы вірус уяўляе сабой камбінацыю гену трох штамаў вірусаў грыпу, якія цыркулявалі раней. А выдзелены ён быў у двух пацыентаў на тэрыторыі ЗША.

Расійскія спецыялісты звязалі з Цэнтрам па кантролі за інфекцыйнымі захворваннямі ў Атланце, каб атрымаць больш падрабязную інфармацыю. Высветлілася, што на гэты раз чалавецтву няма чаго баяцца: новы штам віруса не можа перадавацца ад чалавека да чалавека. Двое жыхароў ЗША, у якіх быў знойдзены новы грып, заразіліся ім ад парскоўкі. А чалавечы арганізм для гэтага штама з'яўляецца тупіком. Значыць, эпідэмічнага распаўсюджвання новы штам грыпу не атрымае.

Надзея НІКАЛАЕВА.

## ПОПЫТ НА БЕЛАКАЧАННУЮ У ЖЫХАРА В. АЛШАНЫ (СТОЛІНСКІ РАЁН) НЕВЯДОМАЯ СКРАЛІ З ПРЫСЯДЗІБНАГА УЧАСТКА 2 ТОНА КАПУСТЫ.

Устаноўлена, што белачаканную прыхапілі аднавяскоўцы — два трактарысты і муляр. Аднаго з іх раней судзілі за ўгон, а двух — за крадзеж.

І ў жыхара В. Відзбор гэтага ж раёна знікла 900 кг капусты. Зладзеямі аказаліся двое пенсінераў-аднавяскоўцаў.

Сымон СВІСТУНОВІЧ.

# Краіна Здароўя

Выпуск № 60 (229)

## ЯК НЕ ПРАМАРГАЦЬ МЕЛАНОМУ?

Рэспубліканская акцыя па прафілактыцы меланомы скуры пройдзе ў краіне 25 лістапада.

Меланомы з'яўляюцца адным з самых небяспечных відаў злаякасных пухлін і вылучаюцца надзвычай агрэсіўным працяканнем. Яе каварства заключаецца ў тым, што яна можа не заўважна развівацца ў паверхневых сляях скуры на працягу некалькіх гадоў, а затым хутка распаўсюдзіцца ў іншыя органы (лёгка, галаўнішчы ці печань), дзе ўзнікнуць новыя ачагі росту. Устаноўлена, што прыкладна ў палове выпадкаў развіццё меланомы скуры адбываецца з пігментных невусаў, якія сустракаюцца ў 90 працэнтаў людзей. Справакаваць развіццё меланомы могуць як інтэнсіўнае ультрафіялетавае выпраменьванне, так і траўматызацыя раздзімкі. Траўматызацыя невуса можа быць хірургічнай і адбывацца незалежна ад чалавека. Напрыклад, накрухмаленым каў-

нерыкам кашулі траўміруюцца раздзімкі на шыі, а бастэгалтар можа штодня траўмаваць у жанчын раздзімкі на целе ці малочных залозах. Таксама хранічна траўміруюцца раздзімкі, якія лакалізуюцца ў людзей на палэ-швах стоп, далонях, у прамеж-насці...

Сярэднія памеры атывовых невусаў, як правіла, перавышаюць памеры «звычайных», бес-печных. Форма гэтых утварэнняў — няправільная, асіметрычная, паверхня — плоская, контуры — невыразныя з рызматым краем, пігментацыя — нераўнамерная (цэнтр невуса — аднаго колеру, а край — іншага), з варыяцыямі ад руда-карычневага да цёмна-бурага колеру на ружовым фоне. Высокую рызыку развіцця меланомы маюць асобы з прыроджаным гіганцкім пігментным невусам, тым не менш, вядомыя кансультацыйна-паліклінічнае аддзяленне дыспансэра, каб атрымаць кансультацыю ва ўрачоў-анкалагаў.

На развіццё меланомы могуць указваць і рознага кшталту змяненні невуса. Устаноўлена, што пігментны ўтварэнні на

скуры, якія рэгулярна змянялі сваю форму і колер, аказваліся меланомай у 4 разы часцей, чым тыя, знешні выгляд якіх заставаўся нязменным.

Да групы павышанай рызыкі развіцця рака скуры і меланомы адносяцца людзі з белаў скурай, рудымі валасамі, блакітнымі, шрымі і зліпнёным вачыма, аматары «смажыцца» на сонцы, якія перанеслі сонечныя апёкі, а таксама людзі, сваякі якіх хварэлі на меланому ці іншы від рака скуры.

У беларускай сталіцы 25 лістапада акцыя па прафілактыцы меланомы будзе праходзіць на базе кансультацыйна-паліклінічнага аддзялення Мінскага гарадскога клінічнага анкалагічнага дыспансэра (праспект Незалежнасці, 64) у кабінетах 118, 120, 208, 322 і 323. З 9 гадзін раніцы і да 15 гадзін усе ахвотныя змогуць наведваць кансультацыйна-паліклінічнае аддзяленне дыспансэра, каб атрымаць кансультацыю ва ўрачоў-анкалагаў.

Надзея НІКАЛАЕВА.

## ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ОТКРЫТОГО АУКЦИОНА на право заключения договоров аренды земельных участков в г. Орше

№ п/п	Месторасположение и площадь земельного участка	Начальная цена продажи (руб.)	Условия заключения договора аренды	Инженерное обеспечение участка	Сумма задатка (руб.)
1.	Земельный участок по ул. Парковой в г. Орше площадью 0,4098 га. Кадастровый номер 242400000001011757	26 612 151	Срок договора – 50 лет. Целевое использование – под торговый центр. Получение разрешения на проведение проектно-изыскательских работ и разработка архитектурно-строительного проекта на строительство объекта в срок, не превышающий два года. Начало строительства объекта в течение 6 месяцев со дня утверждения архитектурно-строительного проекта и осуществления строительства в сроки, определенные проектно-сметной документацией.	В квартале застройки по ул. Парковой, где находится земельный участок, имеются сети водоснабжения, канализации, электрической и телефонной связи с возможностью подключения к ним предполагаемого объекта. Условия инженерного развития инфраструктуры застраиваемой территории: централизованное газоснабжение – имеется, централизованное теплоснабжение – отсутствует, электроснабжение – имеется, наличие асфальтированного подъезда – отсутствует, централизованное водоснабжение – имеется, наличие железнодорожного подъезда (для производственной зоны) – отсутствует, доступность автотрасс (менее 500 м по прямой) международного и республиканского значения – имеется.	2 661 210
2.	Земельный участок по ул. Владимира Завадского в микрорайоне «Заднепровье-3» в г. Орше площадью 0,1264 га. Кадастровый номер 242400000004002690	1 135 550	Срок договора – 50 лет. Целевое использование – под торговый центр. Получение разрешения на проведение проектно-изыскательских работ и разработка архитектурно-строительного проекта на строительство объекта в срок, не превышающий два года. Начало строительства объекта в течение 6 месяцев со дня утверждения архитектурно-строительного проекта и осуществления строительства в сроки, определенные проектно-сметной документацией.	В квартале застройки по ул. Владимира Завадского в микрорайоне «Заднепровье-3», где находится земельный участок, имеются сети водоснабжения, канализации, электрической и телефонной связи с возможностью подключения к ним предполагаемого объекта. Условия инженерного развития инфраструктуры застраиваемой территории: централизованное газоснабжение – имеется, централизованное теплоснабжение – отсутствует, электроснабжение – имеется, наличие асфальтированного подъезда – имеется, наличие железнодорожного подъезда (для производственной зоны) – отсутствует, доступность автотрасс (менее 500 м по прямой) международного и республиканского значения – отсутствует.	113 550
3.	Земельный участок по ул. Мицкевича в г. Орше площадью 0,7073 га. Кадастровый номер 242400000004002688	198 100 965	Срок договора – 50 лет. Целевое использование – под магазин. Получение разрешения на проведение проектно-изыскательских работ и разработка архитектурно-строительного проекта на строительство объекта в срок, не превышающий два года. Начало строительства объекта в течение 6 месяцев со дня утверждения архитектурно-строительного проекта и осуществления строительства в сроки, определенные проектно-сметной документацией.	В квартале застройки по ул. Мицкевича, где находится земельный участок, имеются сети водоснабжения, канализации, электрической и телефонной связи с возможностью подключения к ним предполагаемого объекта. Условия инженерного развития инфраструктуры застраиваемой территории: централизованное газоснабжение – имеется, централизованное теплоснабжение – отсутствует, электроснабжение – имеется, наличие асфальтированного подъезда – имеется, централизованное водоснабжение – имеется, наличие железнодорожного подъезда (для производственной зоны) – отсутствует, доступность автотрасс (менее 500 м по прямой) международного и республиканского значения – имеется.	19 810 090
4.	Земельный участок по ул. 60 лет БССР в г. Орше площадью 0,0030 га. Кадастровый номер 242400000004002687	167 287	Срок договора – 5 лет. Целевое использование – под торговый павильон. Получение разрешения на проведение проектно-изыскательских работ и разработка архитектурно-строительного проекта на строительство объекта в срок, не превышающий два года. Начало строительства объекта в течение 6 месяцев со дня утверждения архитектурно-строительного проекта и осуществления строительства в сроки, определенные проектно-сметной документацией.	В квартале застройки по ул. 60 лет БССР где находится земельный участок, имеются сети водоснабжения, канализации, электрической и телефонной связи с возможностью подключения к ним предполагаемого объекта. Условия инженерного развития инфраструктуры застраиваемой территории: централизованное газоснабжение – имеется, централизованное теплоснабжение – отсутствует, электроснабжение – имеется, наличие асфальтированного подъезда – имеется, централизованное водоснабжение – имеется, наличие железнодорожного	