Родная ноша

Фота Марыны БЕГУНКОВАЙ.

Краіна здароўя

Выпуск № 5 (241)

«Ахова здароўя Беларусі — 2011» пройдзе ў Мінску 29 сакавіка — 1 красавіка

XVIII Міжнародная спецыялізаваная выстаўка «Ахова здароўя Беларусі — 2011» пройдзе ў Мінску 29 сакавіка — 1 красавіка, паведаміла БЕЛТА менеджар выстаўкі Ірына Клімчанка.

Мэта выстаўкі — дэманстрацыя вопыту вядучых фірм свету і айчынных вытворцаў лекавых прэпаратаў, медыцынскай касметыкі, оптыкі, тэхнікі і тавараў медыцынскага прызначэння, лабараторнага і дыягнастычнага абсталявання, стаматалагічнага абсталявання. Можна з упэўненасцю сказаць, што правядзенне выстаўкі «Ахова здароўя Беларусі» стала добрай традыцыяй. Многія фірмы ўжо не першы раз прадстаўляць сваю прадукцыю ў Мінску. 70 працэнтаў з іх — пастаянныя ўдзельнікі. Мінулагодні форум стаў самым маштабным за гады яго правядзення. Удзел у выстаўцы прынялі звыш 400 фірм з 17 краін. Сярод іх Беларусь, Украіна, Расія, Балгарыя, Германія, Італія, Кітай, Казахстан, Латвія, Літва і інш.

У гэтым годзе заяўкі на ўдзел падалі ўжо больш за 100 фірм з 14 краін. «Разам з тым колькасць удзельнікаў будзе павялічвацца, таму што рэгістрацыя яшчэ прадаўжаецца», — адзначыла Ірына Клімчанка.

Што карысна для ступні?

Да ведама

БОЛЬШАСЦІ з нас ад нараджэння дасталіся здаровыя ногі. І ад нас саміх залежыць, ці захаваем мы іх у парадку да старасці. Ступні — падмурак нашага цела ў прамым і пераносным сэнсе. Яны нясуць нагрузку большую, чым іншыя часткі цела.

Каб вытрымаць такія нагрузкі, як хада, бег, скачкі і г.д., патрэбна моцная, гнуткая, пругкая ступня. Ступня выконвае балансавальную функцыю, дапамагаючы целу захоўваць раўнавагу. Дзякуючы сваім падоўжнаму і папярочнаму зводам ступня яшчэ і амартызуе нагрузкі, засцерагаючы ад іх размешчаныя вышэй каленны і тазасцегнавы суставы, а таксама пазваночны слуп. У падтрыманні зводаў ступні вялікая роля належыць падэшвенным апанеўрозам (тоўстыя звязкі, якія злучаюць пальцы нагі з пяткай) і мышцам. Калі звод ступні слабее, развіваецца падоўжная плоскаступнёвасць.

На жаль, ад плоскаступнёвасці цяпер пакутуе кожны пяты школьнік, а з узростам распаўсюджанасць гэтай немачы і звязаных з ёю захворванняў ступняў прыкметна павялічваецца. Таму бацькі павінны падбіраць зручны абутак дзецям ужо з самага ранняга ўзросту. Не эканоміць на дзіцячым абутку, выбіраць высакаякасны, які адпавядае наступным патрабаванням:

● Абутак павінен быць пашыты з натуральнай, эластычнай скуры. Абутак з заменнікаў скуры дае ўсадку, таму да канца дня, асабліва пасля дажджу і хады па лужынах, ступня дзіцяці можа аказацца моцна сціснутай.

● Ідэальная падэшва абутку для малога павінна быць гнуткай і добра амартызаваць. Лепшы матэрыял для яе — натуральны каўчук. Вазьміце чаравік і сагніце падэшву рукамі, сцісніце пальцамі яе таўшчыню. Не згінаецца, не спружыніць — не купляйце. Нават па кватэры дзеткам шкодна бегаць у тапачках-цацках з матэрыі: пятка дзіцяці падчас бегу моцна ўдараецца аб падлогу, анучная падэшва не ў сілах змякчыць такія ўдары. Гэта пагражае пашкоджаннем парасткавай зоны пятачных касцей.

● Абавязковы атрыбут дзіцячага абутку — абцасік. Ён неабходны для правільнага фарміравання ступні. Недапушчальны абутак з адкрытай пяткай (сандалі). Пры бегу пятка дзіцяці ёрзае з боку ў бок і расхістваецца. Гэта пагражае развіццём дэфармацый ступні.

● Носік чаравічка павінен быць мяккім і эластычным (не сціскаць пальцы), але і не занадта прасторным: калі пасля націскання пальцам на носік застаецца ўвагнутасць, чаравік не падыходзіць.

● Вусцілка і падкладка павінны быць роўнымі, гладкімі. Нават невялікія няроўнасці, грубыя швы, засохлы клей могуць выклікаць пацёртасці, мазалі.

● Вялікі вораг ступні дзяўчыны-падлетка — модны абутак. Высачэзныя і касыя, як Пізанская вежа, абцасы, падэшвы-платформы таўшчынёй з гамбургер, іншыя «прыбамбасы» робяць модны абутак непрымальным з пункту гледжання артапедаў.

Высокі абцас «вінаваты» ў тым, што большая частка вагі цела дзяўчыны пачынае ціснуць на пярэдні аддзел ступні, распластваючы яго. Справы становяцца зусім сумнымі, калі вузкі носік туфліка сціскае і скрыўляе пальцы. Наступства гэтага — утварэнне вальгуснага першага пальца, з'яўленне натоптышаў на падэшвеннай частцы, малаткападобных пальцаў і іншых дэфармацый. У сярэднім аддзеле ступня як быццам ломіцца. Пры гэтым пакутуюць суставы і звязкі.

Тоўстая, нягнутая, цвёрдая падэшва выключае з работы падчас хады суставы і мышцы ступні, што прыводзіць да іх аслаблення і развіцця падоўжнай плоскаступнёвасці. Слабыя звязкі і мышцы не могуць утрымаць на месцы пятачную косць, і яна адхіляецца вонкі. Так фарміруецца плоска-вальгусная ступня. Безумоўна, такія дэфармацыі прыводзяць да з'яўлення боляў у ступні і галёнцы. З часам могуць развіцца захворванні каленнага, тазасцегнавога суставаў.

Лепшы спосаб прафілактыкі плоскаступнёвасці і звязаных з ёю захворванняў ступняў — карыстацца правільна сканструяваным абуткам, выконваць спецыяльныя практыкаванні для захавання гнуткасці суставаў ступняў і ўмацавання іх мышцаў і хадзіць басанож, хоць бы дома. А як прыемна хадзіць басанож па рыхлай зямлі, пяску, мяккай траўцы! На ступні знаходзіцца вялікая колькасць рэцэптараў, якія пры хадзе басанож пачынаюць актыўна працаваць і стымуляваць звязаныя з імі ўнутраныя органы. Хада басанож дапамагае павысіць імунную абарону арганізма ад прастудных захворванняў. Нарэшце, суставы і мышцы ступні, не сціснутыя абуткам, пачынаюць нармальна працаваць. Толькі пры хадзе басанож ступні працуюць так, як ім гэта наканавана самой прыродай.

Перад тым як пачаць рабіць практыкаванні для паляпшэння функцыі ступні, варта пратэставаць сябе, вызначыць магчымасці сваіх ступняў.

Тэст «Гусеніца» ацэньвае сілу і вынослівасць падэшвенных мышцаў. Устаньце басанож (можна ў шкарпэтках) на гладкую падлогу (лінолеум, паркет), падраўняйце наскі. Адначасова згінайце пальцы ступняў і, не адрываючы пяткі ад падлогі, рухайцеся наперад. Вымерайце сантыметровай стужкай адлегласць, якую вы прайшлі «гусенічным ходам» за 20 секунд. Калі вам ад 10 да 50 гадоў і ў вас дужыя мышцы ступняў, вынік павінен быць не менш як 30 см.

Тэст на гнуткасць. Паспрабуйце прайсці на насках у поўным прысядзе некалькі метраў. Калі ў вас гнуткія каленныя і галёнкаступнёвыя суставы, вы не адчуеце цяжкасцяў.

Тэст на раўнавагу. Часцей за ўсё падаюць і атрымліваюць траўмы зімой, падчас галалёду, пажылыя людзі, у якіх парушаная функцыя раўнавагі. Паспрабуйце, стоячы на адной назе, надзець шкарпэтку на другую. Калі балансавальная функцыя ступняў захаваная, вы лёгка выканаеце гэты тэст.

Тэст на сілу мышцаў галёнкі. Наступіце пярэднім аддзелам ступні на край прыступкі, апусціце пятку да дотыку да падлогі. Трымаючыся адной рукой за сцяну (для раўнавагі), паднімайцеся на насок. Падлічыце, колькі разоў вы зможаце зрабіць гэтае практыкаванне «да адмовы». Калі вынік будзе не менш як 20 разоў, у вас дужыя мышцы галёнкі.

Вынікі тэстаў дапамогуць вам выбраць практыкаванні для развіцця адсталых фізічных якасцяў: трэба выконваць менавіта тыя практыкаванні, якія ў вас атрымліваюцца горш. Праз 2 тыдні штодзённых трэніровак паўтарыце тэсты, і вы пераканаецеся, што дабіліся прагрэсу.

Якія ж практыкаванні трэба рабіць, каб захаваць ступні здаровымі? Акрамя тых, якія пакладзены ў аснову апісаных вышэй тэстаў, рэкамендуюцца наступныя:

Практыкаванне 1. Седзячы на крэсле, пастаўце ступню на край вялікай, тоўстай кнігі. Сціскаючы пальцы, абхапляйце край кнігі.

Практыкаванне 2. Захоплівайце пальцамі і пераносьце на іншае месца дробныя каменьчыкі або гумку.

Практыкаванне 3. «Мішка касалапы». Пахадзіце па пакоі на вонкавых зводах ступняў, сціснуўшы пры гэтым пальцы. Можна гэтае і наступнае, чацвёртае практыкаванне рабіць на дыванку з паралону, эластычнае супраціўленне якога рэфлекторна стымулюе падэшвенныя мышцы.

Практыкаванне 4. Хада на насках са спружыністымі пагойдваннямі на кожным кроку.

Практыкаванне 5. Сядзьце на крэсла і пакладзіце ступні на мячык. Пакачайце мяч, моцна націскаючы на яго ступнямі. Аналагічнае практыкаванне можна рабіць з механічным масажорам (ён падобны на старадаўнія бухгалтарскія лічыльнікі) або з драўлянай палкай (качалкай), разаграваючы ступні да адчування цеплыні.

Практыкаванне 6. Рытмічна сціскайце падэшвай ступняў гумовы мячык.

Што карысна, а што шкодна для ступні?

● Карысна хадзіць басанож па рыхлай зямлі, пяску, мяккай траве. Шкодна хадзіць без абутку па цвёрдай, камяністай глебе, асфальце.

● Купляйце хатні абутак з убудаваным супінатарам калодкі і спецыяльнымі зашпількамі-сцяжкамі, якія змяншаюць папярочнае расплескванне ступняў.

● Шкодна доўга стаяць на месцы без руху (напрыклад, чакаючы трамвая), асабліва калі ў руках у вас цяжкія сумкі.

● Пасля практыкаванняў з цяжарам (штанга, гантэлі, гіры) у становішчы стоячы карысна паплаваць, зрабіць вібрамассаж або ручны масаж ступняў.

● Калі плоскаступнёвасць ужо развілася, рэгулярна выконвайце спецыяльныя практыкаванні і самамасаж ступняў. З дапамогай артапеда падбярыце сабе супінатар і іншыя артапедычныя прынады.

● Не прытрымлівайцеся слепа моды. Падбірайце сабе і дзецям «правільны» абутак.

Падрыхтавала Вольга КУЛІНКОВІЧ.

Хваробы стагоддзя

З дапамогай фотадынамічнай тэрапіі рак скуры вылечваецца ў 85-90% выпадкаў

СУСВЕТНАЯ арганізацыя аховы здароўя вызначыла 2011 год як год папярэджання развіцця анкалагічных захворванняў.

На сённяшні дзень традыцыйныя метады лячэння анкахворых не могуць цалкам задаволіць патрабаванні клінічнай практыкі. Гэта і прымушае спецыялістаў усяго свету шукаць новыя шляхі ў дыягностыцы і лячэнні пацыентаў са злаякаснымі пухлінамі. Адным з такіх метадаў з'яўляецца фотадынамічная тэрапія. Свой сур'ёзны ўклад у гэты накірунак зрабілі і беларускія медыкі.

Ужо 15 гадоў на РУП «Белмедпрэпараты» працуе ўласнае навукова-даследчае падраздзяленне, вынікам работы якога стала стварэнне і засваенне ў вытворчасці шэрагу ўнікальных інавацыйных лекавых сродкаў для прымянення ў розных галінах медыцыны, у тым ліку і ў анкалогіі.

Сярод арыгінальных лекавых прэпаратаў, створаных і выпускаемых РУП «Белмедпрэпараты», асобае месца займае фотасэнсібілізатар «Фаталон», які прызначаны для лячэння анкалагічных захворванняў новым сучасным метадам фотадынамічнай тэрапіі.

— Прымяненне гэтага метаду патрабуе наяўнасці шэрагу складальнікаў, — падкрэслівае **намеснік генеральнага дырэктара па пытаннях інавацыйнага развіцця РУП «Белмедпрэпараты», кандыдат медыцынскіх навук Таццяна ТРУХАЧОВА**. — Сярод гэтых складальнікаў павінны быць эфектыўныя лекавыя сродкі і крыніца святла — лазер, які дазваляе правесці лячэбны сеанс. Таксама важная наяўнасць высокакваліфікаваных спецыялістаў, якія дасканала валодаюць тэхналогіяй фотадынамічнай тэрапіі. Сёння ў рэспубліцы ўсё гэта ёсць. Нашым прадпрыемствам вырабляецца фотасэнсібілізатар «Фаталон». Навукова-вытворчае рэспубліканскае ўнітарнае прадпрыемства «ЛЭМТ» стварае сучасныя, высакаякасныя, бяспечныя, сартыфікаваныя лазеры. У краіне ёсць і навукоўцы, якія распрацавалі і засвоілі ў сваіх клініках метад фотадынамічнай тэрапіі для лячэння шэрагу анкалагічных захворванняў, а таксама для іх прафілактыкі.

Прэпарат «Фаталон» атрымаў шэраг патэнтаў як на склад вынаходніцтва, так і на спосабы яго прымянення. Работа па стварэнні «Фаталона» выконвалася прадпрыемствам у цесным супрацоўніцтве з вядучымі арганізацыямі сістэмы аховы здароўя Беларусі, а таксама з асноўнымі клінічнымі цэнтрамі Расіі.

— Першыя даследаванні пачаліся ў 1999—2000 гг., — расказвае **начальнік лабараторыі фармакалогіі і таксікалогіі РУП «Белмедпрэпараты» Сяргей ШЛЯХЦІН.** — І ўжо тады было даказана, што прымяненне гэтай методыкі ў хворых з пухлінамі скуры і слізістых абалонак, пераважна вонкавай лакалізацыі, дазваляе дасягнуць у 85-90% выпадкаў практычна поўнага вылячэння.

Вынікі гэтых даследаванняў з'явіліся падставай для афіцыйнай рэгістрацыі дазволу да шырокага клінічнага прымянення лекавага сродку «Фаталон» і метаду фотадынамічнай тэрапіі. У тыя ж гады на базе Інстытута анкалогіі быў створаны першы і пакуль адзіны ў рэспубліцы кабінет фотадынамічнай тэрапіі.

Далейшыя даследаванні даказалі, што метад можа выкарыстоўвацца пры лячэнні такіх новаўтварэнняў, як рак лёгкага, дэсімінаваных формах меланомы, захворваннях страўнікава-кішачнага тракту, мочавыдзяляльных шляхоў. Прычым даследаванні паказалі высокую эфектыўнасць методыкі, а самае галоўнае — бяспеку прымянення.

У 2008—2009 гг. у РНПЦ анкалогіі і медыцынскай радыялогіі пачалі праводзіцца работы па вывучэнні эфектыўнасці фотадынамічнай тэрапіі пры лячэнні перадракавых захворванняў. Размова ідзе пра захворванні шыйкі маткі ў жанчын, як правіла, дзетароднага ўзросту. Вынікі лячэння гэтым метадам дазволілі дасягнуць вылячэння хворых у 92% выпадкаў.

У тыя ж гады праводзіліся буйныя даследаванні па лячэнні такога цяжкага злаякаснага новаўтварэння, як пухліна галаўнога мозга. У выніку прымянення гэтая методыка дазволіла павысіць выжывальнасць пацыентаў пасля праведзенага лячэння, палепшыць іх якасць жыцця ў пасляаперацыйным перыядзе.

Вынікі даследчых работ, якія прадстаўлялі спецыялісты нашай рэспублікі на шматлікіх кангрэсах і сімпозіумах, прысвечаных лячэнню анказахворванняў, неаднаразова атрымлівалі высокія адзнакі сусветнай медыцынскай грамадскасці. У прыватнасці, летась на Сусветным кангрэсе па фотадынамічнай тэрапіі, які праходзіў у Сіэтле, даклад нашых спецыялістаў быў прызнаны лепшым навуковым паведамленнем кангрэса. А на 13-м фармацэўтычным форуме ў Сеуле прадпрыемства «Белмедпрэпараты» было ўдастоена вышэйшай узнагароды форума за распрацоўку шэрагу супрацьпухлінных сродкаў (у прыватнасці, прэпарата «Фаталон») і праведзеныя медыка-біялагічныя даследаванні, накіраваныя на барацьбу са злаякаснымі новаўтварэннямі.

Вольга ШАЎКО.

Прафілактыка

Піеланефрыт: не дапусці рэцыдыву

ПІЕЛАНЕФРЫТ — даволі распаўсюджанае захворванне нырак. Паводле статыстыкі, жанчыны хварэюць на яго ў пяць разоў часцей за мужчын. Апошнія, як адзначаюць медыкі, пакутуюць ад піеланефрыту, галоўным чынам, у пажылым узросце, калі з'яўляюцца праблемы з мочаспусканнем, выкліканыя пашкоджаннем прастаты. У жанчын жа існуе некалькі крытычных перыядаў, калі верагоднасць развіцця захворвання найбольш высокая: ранняе дзяцінства, перыяд палавога сталення, пачатак палавога жыцця, цяжарнасць.

Піеланефрыт — інфекцыйна-запаленчы працэс, які пашкоджвае тканку ныркі. Хваробатворныя мікробы пранікаюць у ныркачную тканку як «узыходным» шляхам па мачаточніку з мочаспускальнага канала, мачавога пузыра (пры цыстыце, урэтрыце), так і праз кроў з іншых ачагоў інфекцыі ў арганізме — напрыклад, з насаглоткі (пры ангіне), поласці рота (пры карыесе). Але наяўнасць інфекцыі — не адзіная ўмова для ўзнікнення хваробы. Другая прычына з'яўлення піеланефрыту — ускладнены адток мачы (пры адэноме прастаты, цяжарнасці ў жанчын, анамальных зменах нырак і інш.). Садзейнічаюць развіццю захворвання гіпавітаміноз, пераахаладжэнне, зніжэнне імунітэту, цукровы дыябет і г.д.

Найбольш цяжка працякае вострыя піеланефрыт. Як правіла, захворванне пачынаецца востра, з'яўляюцца высокая (да 40 °С) тэмпература, дрыжыкі, праліўны пот, боль у паяснічнай вобласці, смага, млоснасць, парушэнні мочаспускання, з'яўленне мутнага асадка ў мачы. Пры з'яўленні сімптомаў вострага піеланефрыту неабходна як мага хутчэй звярнуцца да доктара! Не варта недаацэньваць цяжкасць захворвання і займацца самалячэннем. Прамаруджванне можа абярнуцца сур'ёзнымі ўскладненнямі — аж да страты ныркі і пагрозы для жыцця чалавека. Лячэнне вострага піеланефрыту праводзіцца ва ўмовах стацыянара.

Хранічны піеланефрыт, як правіла, вынік недалечанага вострага працэсу, калі ўдалося зняць запаленне, але не ўдалося ні цалкам знішчыць усіх узбуджальнікаў у нырцы, ні аднавіць нармальны адток мачы з ныркі. Ён можа працякаць бессімптомна, а можа непакоіць чалавека тупымі ныючымі болямі ў паясніцы (асабліва ў сырое халоднае надвор'е), частымі позывамі на мочаспусканне, перыядычным «беспрычынным» павышэннем тэмпературы, патлівасцю па начах.

Пры вострай форме піеланефрыту, пры абвастрэнні хранічнага працэсу хворым, акрамя актыўнай антыбактэрыяльнай тэрапіі, неабходны пасцельны рэжым. У цяпле, спакоі і гарызантальным становішчы ныркі лепш забяспечваюцца крывёю, лягчэй фільтруюць яе. Зрабіце чысташарсцяны пояс на паясніцу вобласць або проста абвяжыцеся пуховай хусткай. Насіце іх пастаянна, не здымаючы ні ўдзень, ні ўначы, і тады выздараўленне пойдзе хутчэй.

УВАГА! Многія хворыя, ведаючы пра наяўнасць у іх піеланефрыту, пры з'яўленні сімптомаў абвастрэння, самастойна пачынаюць ужываць прэпараты, якія ім калісьці прызначыў доктар. Прыняўшы некалькі таблетак, адчуваюць паляпшэнне стану і спыняюць лячэнне. Такі падыход вельмі небяспечны, паколькі неадэкватная па складзе і тэрмінах антыбіётыкатэрапія вядзе да з'яўлення антыбіётыкаўстойлівых штамаў мікраарганізмаў, што значна ўскладняе далейшае лячэнне.

Каб не даць бактэрыям «атабарыцца і размнажацца» ў нырках, «вымывайце» іх. Для гэтага штодзень неабходна выпіваць каля 2 л вадкасці. Сокі, асабліва свежавыціснутыя, лепш напалову разбаўляць вадой. І ніякага алкаголю і піва — яны толькі «падганяюць» хваробу. Пазбягайце ў рацыёне цяжкай ежы, канцэнтраваных і экстрактыўных рэчываў (булёнаў), тлустага, вострага і салёнага. Уключайце ў меню стравы з агародніны, садавіны, кісламалочныя прадукты, яйкі, адвараныя мяса і рыбу. Уролагі раяць павялічыць у рацыёне колькасць баклажанаў, гарбузоў, дыні, кавуноў, якія аказваюць мачагоннае дзеянне і садзейнічаюць ачышчэнню мачавых шляхоў ад мікробаў, слізі. Чарніцы, журавіны і брусніцы — увогуле карысныя ва ўсіх відах. Свежыя або замарожаныя, у морсе ці кампоце, яны змяншаюць запаленчыя з'явы і забяспечваюць арганізм вітамінамі.

Для прафілактыкі запаленчых працэсаў у нырках неабходна ў першую чаргу ліквідаваць усе патэнцыйныя ачагі інфекцыі ў арганізме (звярніце ўвагу на стан зубоў, міндалін, прыдатачных пазух носа; варта выключыць захворванні палавой сферы). Трэба апранацца па сезоне, пазбягаць пераахаладжэння і празмерных фізічных нагрузак.

Разам з медыкаментознымі і фізіятэрапеўтычнымі метадамі хворым на піеланефрыт рэкамендуецца прыём лекавых раслін. Фітатэрапія прымяняецца не толькі на этапе абвастрэння захворвання, але і як спосаб прафілактыкі.

● Змяшаць роўнымі часткамі звербой, крапіву, брусніцнік, цвінтарэй, шыпшыну. 1 ст. лыжку збору заліць 0,5 л кіпеню і настойваць паўгадзіны, піць па 100—150 мл у суткі.

● Насенне лёну (50 г), лісце бярозы (30 г), лісце крапівы (20 г), лісце суніцы (10 г). 2 ст. лыжкі збору заліць кіпенем, пачакаць паўгадзіны, працадзіць, настой прымаць у цёплым выглядзе на працягу дня.

● Узяць лісце бярозы, ягады ядлоўцу, траву ныркачнага чаю і спарышу ў суадносінах 1:1:1:2, заварыць 1 ст. лыжку збору шклянкай кіпеню ў тэрмасе на 30 хвілін.

● Складзіце збор з лісця брусніц і талакнянкі (мядзведжыя вушкі), травы крапівы і пладоў жосцеру (2:2:2:3). Заліце 1 ст. лыжку сухой сыравіны шклянкай кіпеню, настойвайце 30 хвілін у цёплым месцы.

Аднак памятайце, што працяглы прыём настояў і адвараў лекавых раслін выклікае павышанае мочааддзяленне, пры гэтым з мачой вывадзіцца вялікая колькасць вельмі патрэбнага арганізму калію. Таму для яго папаўнення ў меню неабходна ўключаць абрыкосы, курагу, разынкі, парэчкі, пятрушку.

Падрыхтавала Вольга КУЛІНКОВІЧ.

Супраць раку шыйкі маткі

У Мінску з 2013 года пачнуць бясплатна прышчапляць супраць папілома-вірусная інфекцыі, якая выклікае рак шыйкі маткі і іншую паталогію, паведамілі БЕЛТА ў Мінскім гарадскім цэнтры гігіены і эпідэміялогіі. Асаблівасць вакцынацыі заключаецца ў тым, што яна не дае хуткага эфекту. Вынік пасля такой прышчэпкі праяўляецца праз 15—20 гадоў. Адпаведна, узровень захваральнасці на рак шыйкі маткі знізіцца менавіта праз некалькі дзясяткаў гадоў.

«Заваяваў» дзіця — прымусіў раскашэліцца яго бацькоў!

АГРЭСІЎНАЯ маркетынгавая і рэкламная палітыка вытворцаў нездаровага харчавання, якія абралі маладое пакаленне аб'ектам для атрымання прыбытку, не пакінула абыякавай Сусветную арганізацыю аховы здароўя. Спецыялістамі СААЗ быў падрыхтаваны звод рэкамендацый па маркетынгу харчовых прадуктаў і безалкагольных напіткаў, арыентаваных на дзяцей. Паводле ацэнак экспертаў СААЗ, у 2010 годзе больш як 42 мільёны дзяцей ва ўзросце да 5 гадоў мелі залішнюю вагу цела ці атлусценне. Прычым паказчыкі залішняй вагі і атлусцення працягваюць расці ва ўсіх краінах свету паралельна з распаўсюджваннем пунктаў продажу прадуктаў хуткага харчавання і шырокамаштабнай рэкламай нездаровай ежы, якую яшчэ называюць «смеццевай ежай».

Звесткі, атрыманыя ў выніку правядзення сістэматычных даследаванняў маштабаў, характару і наступстваў маркетынгу харчовых прадуктаў для дзяцей, дазваляюць зрабіць выснову, што ў большасці выпадкаў аб'ектам маркетынгу з'яўляюцца прадукты з высокім утрыманнем у іх тлушчаў, цукру і солі: чыпсы, арэхава-шакаладныя батончыкі, сухія закускі, газіроўкі і іншыя. Ёсць таксама доказы таго, што тэлерэклама істотна ўплывае на харчовыя прыхільнасці дзяцей і іх просьбы аб пакупцы. Прасцей кажучы, дзеці разглядаюцца вытворцамі прадуктаў харчавання ў якасці сродку магутнага ўздзеяння на бацькоўскія выдаткі. Але для таго, каб завалодаць увагай дзяцей, абавязкова трэба прыдумаць цікавы брэнд, яркую ўпакоўку і рэкламу, якая б «чапляла».

Аранжавае малако, фіялетавы кетчуп, зялёны ёгурт— цудоўны спосаб накарміць дзіця прадуктамі, якія ён адмаўляецца есці. Бамбасцеры, тэлепузікі, пакемоны цікавяць дзяцей значна больш, чым карысныя ўласцівасці прадуктаў. Прыдумаўшы калісьці Happy Meal з цацкай, «Макдональдс» атрымаў самую лаяльную аўдыторыю ў свеце. Цацка дапамагае прадаць дзецям той тавар, які, магчыма, сам па сабе ім нецікавы. Гэты прыём лічыцца бяспройгрышным, паколькі многія дзеці просяць бацькоў набыць ім той ці іншы прадукт выключна дзеля цацкі. Хітрыя маркетынгавыя хады спрыяюць устойлівай прывязанасці да таго ці іншага брэнда, а тэлебачанне з'яўляецца для падрастаючага пакалення адной з асноўных крыніц інфармацыі. У Брытаніі, напрыклад, падлічылі, што дзеці глядзяць на працягу года каля 10 тысяч рэкламных ролікаў і да 10 гадоў пазнаюць ужо да 400 брэндаў.

Між іншым, даследаванне, якое праводзілася групай псіхолагаў на працягу 18 месяцаў, дае магчымасць сцвярджаць, што дзеці да 8 гадоў увогуле не разумеюць карыслівых намераў вытворцаў рэкламных ролікаў. Яны не здольны вызначыць, што ў рэкламе з'яўляецца перабольшаннем, якое не стасуецца з рэальным жыццём. Якраз па прычыне высокай унушальнасці дзяцей адзіна правільным рашэннем, на думку псіхолагаў,была б поўная забарона ўсёй рэкламы, што «атакуе» дзяцей. А пакуль што маркетынг нездаровых прадуктаў харчавання можа насцігнуць дзіця абсалютна ў любым месцы: у інтэрнэце, у супермаркеце, па дарозе ў школу, па тэлебачанні, пры праглядзе мультфільма і гэтак далей. У Еўропе і ЗША стваральнікі дзіцячага кіно і мультфільмаў яшчэ з моманту прыдумвання герояў супрацоўнічаюць з вытворцамі тавараў для дзяцей, і на момант выхаду мультфільма ці кінастужкі на экран у продажы з'яўляюцца шакаладныя батончыкі, чыпсы, сыркі і іншыя тавары з новым персанажам на ўпакоўцы. Фільм у гэтым выпадку з'яўляецца інструментам для іх прасоўвання.

Эксперты Сусветнай арганізацыі аховы здароўя падкрэсліваюць, што «ў месцах, дзе збіраюцца дзеці, не павінен ажыццяўляцца ні ў якіх формах маркетынг харчовых прадуктаў з высокім утрыманнем насычаных тлушчаў, транстлустых кіслот, свабоднага цукру і солі. Пералік такіх месцаў уключае яслі, школы, школьныя пляцоўкі і дашкольныя цэнтры, гульнявыя пляцоўкі, сямейныя і дзіцячыя клінікі і педыятрычныя службы, а таксама спартыўныя і культурныя мерапрыемствы з удзелам дзяцей».

Досвед па абмежаванні рэкламы нездаровай ежы, скіраванай на дзіцячую аўдыторыю, існуе ў Вялікабрытаніі, Францыі, Аўстраліі і некаторых іншых краінах свету. Напрыклад, у Вялікабрытаніі дзейнічае забарона на рэкламу нездаровай ежы падчас тэлевізійных праграм для падлеткаў...

Надзея НІКАЛАЕВА.

ФИЛИАЛ «ЦЕНТР «БЕЛТЕХИНВЕНТАРИЗАЦИЯ» ИЗВЕЩАЕТ:

о проведении повторных открытых аукционных торгов по продаже имущества, принадлежащего на праве собственности ОАО «Бобруйскагромаш» (продавец), в составе следующих лотов (предмет торгов):

Лот № 1	Незавершенное капитальное строение с инвентарным номером 710/U-5535 (крытая стоянка испытательной техники) общ. пл. 364,0 кв.м, расположенное по адресу: г. Бобруйск, ул. Шинная, д. 13 в		
Лот № 2	Незавершенное капитальное строение с инвентарным номером 710/U-5536 (экспериментально-производственный корпус) общ. пл. 3 775 кв.м, расположенное по адресу: г. Бобруйск, ул. Шинная, д. 13 б		
Лот № 3	Капитальное строение с инвентарным номером 710/С-5568 (бытовой городок-ремонт машин) общей площадью 688,0 кв.м, расположенное по адресу: г. Бобруйск, ул. Шинная, 5		
Организатор торгов	Филиал «Центр «Белтехинвентаризация», УНН 102353509 (р/с 3012035310012 в Филиале ОАО «БПС-Банк» по Минской обл., код 331)		
Место проведения торгов и подачи документов	г. Бобруйск, ул. Чонгарская, 54, в здании Бобруйского управления Филиала «Центр «Белтехинвентаризация»		
Номер расчетного счета для перечисления задатка	Получатель платежа ОАО «Бобруйскагромаш» – р/с 3012000360025 в Первомайском отд. ОАО «БелПСБ» г. Бобруйска, код 329, УНН 700067572, ОКПО 00238776		
Общие сведения	Лот № 1	Лот № 2	Лот № 3
Дата и время проведения торгов	17 февраля 2011 г. в 14.30		11 февраля 2011 г. в 14.30
Начальная цена продажи, рублей без учета НДС	97 405 272 рубля, размер задатка 5 % – 4 870 264 руб.	769 789 489 рублей, размер задатка 5 % – 38 489 474 руб.	335 112 253 рубля, размер задатка 5 % – 16 755 610 руб.
Площадь земельного участка	0,2069 га – кадастровый № 741000000007001138, правовой режим – пост. пользование	0,7153 га - кадастровый № 741000000007001139, правовой режим – пост. пользование	0,2457 га, кадастровый № 741000000001000332, правовой режим – пост. пользование
Условия продажи	По лотам № 1 и № 2 – аукцион без условий; по лоту № 3 – подсобные помещения площадью 29,21 и 19,92 кв.м с тамбуром площадью 3,43 кв.м сданы в аренду до 31.12.2012 г.		
Срок заключения договора купли-продажи	В течение 20 (двадцати) рабочих дней с момента подписания протокола о результатах торгов		
Условия оплаты	Определяются по согласованию Победителя торгов с Продавцом при заключении договора купли-продажи		
Срок подачи документов, осмотра лотов и внесения задатка	Включительно по 15 февраля 2011 г. до 18.30		Включительно по 09 февраля 2011 г. до 18.30

**Более подробная информация об условиях участия в торгах, характеристиках предмета торгов, перечне документов, прилагаемых к заявлению на участие в торгах, опубликована в газете «Рэспубліка» от 09.06.2010 г. (по лоту № 3) и от 20.08.2010 г. (по лотам № 1 и № 2).

Получить дополнительную информацию о продаже имущества можно по адресу: г. Бобруйск, ул. Чонгарская, 54 или связавшись с нами по телефонам: 8 (0225) 52 08 45, 52 70 32, 8 (029) 654 79 06 в рабочие дни с 8.30 до 17.30.

НОВОПОЛЬСКИЙ СЕЛЬИСПОЛКОМ ПУХОВИЧСКОГО РАЙОНА МИНСКОЙ ОБЛАСТИ
проводит повторный открытый аукцион по продаже земельных участков для строительства и обслуживания жилого дома гражданам Республики Беларусь, расположенных на территории сельсовета

№ лота	Адрес земельного участка, кадастровый номер	Площадь земельного участка (га)	Наличие инженерных сетей	Расходы по подготовке документации (рублей)	Начальная цена (рублей)	Задаток (рублей)
1	д. Гребень, д. 52а 624484002101000108	0,1993	Сети электроснабжения	1 525 750	7 800 000	780 000
2	д. Войровка, ул. Полевая, д. 11 624484001601000178	0,1232	Сети электроснабжения	1 525 750	5 550 000	555 000

Задаток перечисляется на р/с № 3604625110018 в ЦБУ № 626 г. Марьина Горка, ф-л № 500 МУ ОАО «АСБ Беларусбанк» 222810, г. М. Горка, ул. Ленинская, 27, БИК 153001601, УНН 600177772, ОКПО 04429639, код платежа 04616, доходы, связанные с проведением аукционов, Новопольский сельисполком.

Порядок проведения аукциона оговорен в Положении о его проведении.

Аукцион состоится **16 февраля 2011 года в 15.00** по адресу: аг. Новополье, ул. Центральная, 21 (здание исполкома) Пуховичского района Минской области.

Заявления на участие и необходимые документы принимаются по **11 февраля 2011 года до 17.00** по вышеуказанному адресу.

Телефоны: (801713) 30316, 30335. Сайт в интернете Пуховичского райисполкома.