

Комнатные растения

Эти растения очищают воздух от вредных химических веществ и болезнетворных бактерий.



ЗАГРЯЗНЯЮЩЕЕ ВЕЩЕСТВО	ИСТОЧНИК ЗАГРЯЗНЕНИЯ	БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОЧИСТИТЕЛИ
Двуокись азота	Уличный воздух — автотранспорт	Все растения
Окись углерода	Уличный воздух — автотранспорт, газовая плита	Традесканция, проростки кукурузы, фасоли. Почвенные бактерии при 30 градусах
Фенол	Полимерные материалы, мебель из ДСП	Спатифиллум, сингониум, солянум
Формальдегид	Полимерные материалы, растворители лаков и красок	Хлорофитум хохлатый, сингониум, драцена
Бензол, толуол, этилбензол, ксилол, циклогексанон	Полимерные строительные материалы	Хлорофитум, драцена, сансевиерия трехполосная, плющ обыкновенный
Ацетон, этилацетат	Лак для ногтей, жидкости для снятия лаков и красок	Листья и корни всех растений, стимулируется светом
Трихлорэтилен, перхлорэтилен	Химчистка одежды. Растворители	Эпипремниум перистый, фикус Бенжамина, плющ
Болезнетворные бактерии	—	Аглаонема, пелая Кадье, диффенбахия пестрая, гибискус, карликовый фикус, каланхоэ, хвойные, цитрусовые, пиперония
Пыль	—	Все растения, особенно опушенные

МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

С 6 по 12 февраля

♈ ОВЕН. Возможно, вы будете жаловаться на упадок сил и повышенную утомляемость. Есть риск обострения костных недугов, в том числе остеохондроза, и хронических заболеваний десен.

♉ ТЕЛЕЦ. Время повышенной нервной возбудимости, что может негативно отразиться на работе сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта. Вероятны случайные отравления (в том числе лекарствами). Не лучший период для начала приема нового для вас лекарственного препарата или БАДа.

♊ БЛИЗНЕЦЫ. Вполне возможно, что грипп и прочие ОРВИ совсем рядом. Так что срочно укрепляйте иммунитет и старайтесь не переохлаждаться. Время плохо подходит для обследования и начала курса лечения эндокринных заболеваний.

♋ РАК. Могут дать знать о себе заболевания, связанные с недостаточностью кровообращения. Может напомнить о себе геморрой. Если вы страдаете этим недугом, полезно начать профилактический курс.

♌ ЛЕВ. Возрастает вероятность незначительных бытовых травм (порезы, ожоги). Беременным нужно особенно внимательно следить за самочувствием и в случае недомогания немедленно обратиться к врачу.

♍ ДЕВА. Вы ощутите прилив бодрости, а близкие люди укажут на вашу возросшую привлекательность и посвежевший вид. Но могут дать знать о себе зубы. Так что посещение стоматолога будет очень своевременным.

♎ ВЕСЫ. Хороший период для того, чтобы навсегда расстаться с вредными привычками (курением, употреблением горячительных напитков, компьютерной зависимостью, привычкой грызть ногти и карандаши и прочими).

♏ СКОРПИОН. Возможно усиление невралгических нарушений. Зато улучшится течение урологических и желудочно-кишечных заболеваний. Что не означает прерывания назначенного лечения без согласования с лечащим врачом.

♐ СТРЕЛЕЦ. Период благоприятен для диагностики и начала курса лечения тяжелых заболеваний (в том числе онкологических). Идеален для проведения хирургических вмешательств, связанных с применением общей анестезии.

♑ КОЗЕРОГ. Не самый лучший период для сердечников и гипертоников. Возможны учащение сердцебиения, нарушения сердечного ритма, скачки давления. Увеличивается риск возникновения гипертонических кризов.

♒ ВОДОЛЕЙ. Для хронических больных период опасен обострениями, а для практически здоровых — возможным ухудшением самочувствия, физической слабостью, упадком настроения.

♓ РЫБЫ. В эти дни желательно снизить нагрузку на плечевой пояс, не поднимать и не переносить тяжести, разнообразить физические упражнения для рук и позвоночника. Период может негативно сказаться на состоянии легких и верхних дыхательных путей: могут дать знать о себе недуги, о которых вы уже и позабыли.

Подготовил Виктор ЕРМАКОВ



Ведущая—Татьяна ТЮМЕНЕВА

Не забывайте проветривать квартиру!

УЛУЧШИТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКУЮ СИТУАЦИЮ В СОБСТВЕННОМ ДОМЕ — ВСЕМ ПО СИЛАМ

Зима с ее морозами и коротким световым днем заставляет нас больше времени проводить в стенах дома. А холода в сочетании с еле теплыми батареями порой заставляют петербуржцев включать газовую плиту — вместо обогревательного прибора. Само собой, и дышим мы этими отнюдь не полезными для здоровья продуктами сгорания. Хотя и без того многие квартиры перегружены всякой «химией», о чем жители даже не догадываются. Об экологии дома и о том, как с минимальными финансовыми

затратами улучшить экологическую ситуацию в одной отдельно взятой квартире, «ВП» рассказывает Наталья Александровна МОЗЖУХИНА (на фото), доцент кафедры профилактической медицины и охраны здоровья Северо-Западного государственного медицинского университета имени И. И. Мечникова.



В среднем химическая загрязненность в квартире намного выше, чем на улице, поэтому регулярное проветривание необходимо.