

ВОПРОС — ОТВЕТ

С ИОНИЗАТОРОМ БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЕЕ

**?** Хочу купить аэро-ионизатор воздуха. Слышала, что существуют особые правила для его использования. Так ли это?



Отвечает Наталья МОЗЖУХИНА, доцент кафедры профилактической медицины и охраны здоровья Северо-Западного государственного медицинского университета имени И. И. Мечникова:

— Включайте аэроионизатор только после тщательной влажной уборки квартиры. Если в квартире грязно, то дополнительная ионизация воздуха приведет к тому, что пыль будет быстрее проникать в легкие.

Внимательно читайте инструкцию. Не включайте ионизатор круглосуточно! Для каждой модели установлено определенное время включения. И не стойте рядом с ионизатором (безопасное расстояние, на котором может долго находиться человек, указано в инструкции).

НЕ ПРОПУСТИ!

Приходите на благотворительный концерт

Сегодня, 13 февраля, состоится благотворительный концерт, приуроченный к Международному дню детей, больных раком. Концерт проводится в лютеранской церкви Св. Петра и Павла (Петрикирхе) по адресу: Невский проспект, д. 22 — 24. Вход свободный.

В программе — произведения классической музыки, в концерте участвуют известные музыканты: Алексей Горibold (фортепиано), Рита Талан (скрипка), Ольга Шуршина (сопрано), «Synergy Orchestra» (художественный руководитель Дмитрий Саетович) и другие. Во время концерта пройдут сбор добровольных пожертвований и благотворительная выставка-продажа картин петербургского художника Дмитрия Кустановича (половина средств от продажи работ будет передана фонду «АдВита»).

Все собранные на концерте средства будут направлены на оплату лекарственных препаратов, необходимых для лечения маленьких подопечных фонда «АдВита» — пациентов Института детской гематологии и трансплантологии им. Р. М. Горбачевой.

МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

С 13 по 19 февраля

**♈ ОВЕН.** Нейтральный период для здоровья. Но сохраняется вероятность отравлений, особенно лекарственных. Не превышайте указанных врачом доз и не назначайте сами себе препараты.

**♉ ТЕЛЕЦ.** Люди, страдающие недугами печени и желчевыводящих путей, должны строго придерживаться предписанной диеты: возможны обострения заболеваний.

**♊ БЛИЗНЕЦЫ.** Период неустойчивости эмоциональной сферы. Возможны неожиданные проявления многих заболеваний, особенно связанных с недостаточностью кровообращения и нарушением деятельности периферической нервной системы.

**♋ РАК.** Повышается вероятность обострения хронических недугов легких и бронхов. Зато улучшится течение сердечно-сосудистых недугов, хронической венозной недостаточности, геммороя. Беременные должны особенно внимательно относиться к самочувствию.

**♌ ЛЕВ.** Возможно ухудшение течения кожных заболеваний (в том числе аллергического характера). Период благоприятен для комплексного обследования и постановки диагноза — вероятность ошибки минимальная.

**♍ ДЕВА.** Эти дни плохо подходят для начала диеты и лечебного голодания. Килограммы, с которыми вы распрощаетесь, вернуться к вам снова. К тому же резкое снижение калорийности меню окажется стрессовой ситуацией для организма.

**♎ ВЕСЫ.** Вероятно снижение иммунитета. Так что старайтесь укреплять организм, не помешает и прием поливитаминных комплексов. Возможно обострение герпеса.

**♏ СКОРПИОН.** Улучшается водный обмен в организме, так что спровоцированные его нарушением болезни должны отступить. Хорошее время для начала курса лечения хронических недугов. Курс даст длительный период ремиссии.

**♐ СТРЕЛЕЦ.** Сложный период. Физическое перенапряжение и бурные эмоциональные проявления могут привести к физическому и эмоциональному истощению. Даже здоровые люди будут подвержены ничем не оправданному перепадам настроения.

**♑ КОЗЕРОГ.** Повышается нервозность, может появиться нежелание что-либо делать. Впрочем, особого влияния на здоровье период не оказывает. Резко увеличится потребность в свежем воздухе, так что старайтесь больше гулять.

**♒ ВОДОЛЕЙ.** Период изменения обмена веществ, некоторой гормональной перестройки, но в целом влияет на состояние здоровья позитивно. Благоприятен для начала курса интенсивного лечения тяжелых заболеваний.

**♓ РЫБЫ.** Люди, страдающие остеохондрозами, артрозами, остеопорозом и прочими заболеваниями костно-мышечной системы, почувствуют облегчение состояния. Но это не повод прерывать назначенное врачом лечение.

Подготовил Виктор ЕРМАКОВ



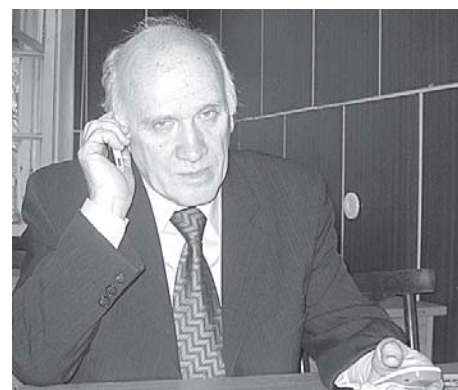
Краткость — залог здоровья. Не болтайте долго по мобильнику

ПОСКОЛЬКУ БЕЗ СОТОВОЙ СВЯЗИ УЖЕ НЕ ОБОЙТИСЬ, НУЖНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЕЮ С УМОМ



фото Натальи ЧАЙКИ

Сам Николай Михайлович мобильным телефоном пользуется. Но не злоупотребляет.



Сейчас мобильниками пользуются даже те люди, которые относятся к этому виду телефонной связи крайне отрицательно. Конечно, все мы слышали, что их использование не件зно для здоровья. Но что поделаешь? Условия работы и жизни в мегаполисе диктуют свои условия.

О том, как снизить возможный вред от действия «радиоцентра» в кармане, «ВП» попросил рассказать Николая КОРДЕЮКОВА (на фото), доцента кафедры профилактической медицины и охраны здоровья Северо-Западного государственного медицинского университета имени И. И. Мечникова.