



Ведущая—Татьяна ТЮМЕНЕВА

# Чтобы в порядке были не только грядки

РАБОТАТЬ В ОГОРОДЕ  
НУЖНО С УЧЕТОМ  
СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ



Наконец-то долгожданный садово-огородный сезон начался! Родные шесть соток нас призывно зовут. Собираем рюкзаки да сумки, и на выходные — на дачу, всей семьей! Тем более что там столько дел накопилось. И огород ждет, и дом нужно привести в порядок после зимы. Какие правила нужно соблюдать, чтобы пребывание на даче не нанесло вред здоровью? Об этом рассказывает Яна ПРИ АЛО А (на фото), главный врач медицинского центра садоводческого массива «Бабино».

— Да, погода замечательная. Но помним, что весной, как говорится, тепло обманчиво. И земля еще не прогрелась. Поэтому очень важно не переохладиться. В противном случае рискуете получить обострения костно-суставных, неврологических, урологических, гинекологических недугов. К нам уже обращаются дачники с подобными проблемами. Обострения цистита, уретрита, радикулита, артрита, остеохондроза, лордозов — самый что ни на есть «весенний набор».

Чтобы этого не произошло, нужно одеваться по погоде, чтоб было достаточно тепло и комфортно, при работе с землей надевать плотные перчатки, не стоять на коленях на земле (даже на «пенке»). Чтобы не застудиться, желательно садиться на низенькую табуретку, в крайнем случае — на ящик.

Второй важный момент: перед ночевкой на даче нужно обязательно хорошень-

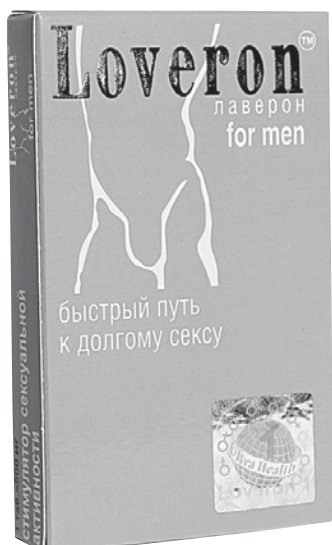
ко протопить дом, просушить одеяло, постельное белье. В противном случае при ночевке в сыром доме вы рискуете запустить обострение бронхита и астмы, ларингит, могут дать знать о себе заболевания суставов.

Уже с начала апреля стали регистрироваться случаи укуса клещами. Сейчас как раз самый клещевой сезон. Мы обращаемся ко всем дачникам: соблюдайте правила, позволяющие снизить риск присасывания клеща. В случае если избежать этого не удалось, а медпункт в зоне доступа, срочно обращайтесь за медицинской помощью! Медики извлекут клеща, как положено. Тогда как граждане в попытке вытащить самостоятельно это неприятное существо зачастую заносит в рану дополнительную инфекцию. Нам неоднократно приходилось лечить абсцессы, которые стали результатом попыток самостоятельно извлечь клеща.



Фото Сергея БОНДАРЬСКОГО

На грядках главное — не переусердствовать, особенно в начале сезона.



## Лаверон. Всегда готов он!

СТИМУЛЯТОР СЕКСУАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

- Растительный состав Лаверона для мужчин способствует быстрому и безопасному усилению сексуальной активности;
- 100% растительное средство;
- Принимается за 40 — 60 минут до полового акта;
- Эффективен в любом возрасте;
- Действие одной таблетки сохраняется до 6 — 8 часов;
- Совместим с разумными дозами алкоголя.

**ЛАВЕРОН — БЫСТРЫЙ ПУТЬ К ДОЛГОМУ СЕКСУ!**

Необходима консультация специалиста.

СПРАВОЧНАЯ ПО РОССИИ:  
8-800-333-00-44  
(звонок бесплатный).

Подробная информация на сайте  
**WWW.LIDERON.RU**

Спрашивайте в аптеках города!

**Санкт-Петербург:**

8(812)620-56-11, 641-03-40, 703-48-29,  
703-71-58, 336-47-09, 448-81-77

**Аптечные справочные**

**Санкт-Петербурга:**

«Невис» 8(812)703-45-30, «Фармакор» 003,

«Озерки» 8(812)603-00-00,

«Радуга» 8(812)450-0-450,

«Мелодия Здоровья» 8(812)244-79-42.

**БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**