

НЕЛЬЗЯ ШОКИРОВАТЬ ЛЮДЕЙ

Читайте
на 2-й стр.



ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

З

ИЮЛЯ
1998 года

ПЯТНИЦА

№ 123 (1614)

Издается с января 1991 г.

Видеосторож

Участившиеся террористические акты заставили руководство акционерного общества "Гостиница "Полярные зори" всерьез задуматься о безопасности. Гостиница заключила договор с одной из мурманских фирм и начала монтировать охранную систему видеонаблюдения. Видеокамеры будут держать под постоянным контролем не только внутренние помещения, но и прилегающую к зданию территорию.

Подарки от мэра

Сегодня в 15 часов в здании ЦНТИ (улица Папанина, дом 4) состоится встреча актива городской организации ВОИР с руководством администрации Мурманска. Мэр Олег Найденов вручит дипломы и памятные подарки первым обладателям учредительных грамот городской администрации почетных званий "Лучший изобретатель города Мурманска" и "Лучший рационализатор города Мурманска".

Лифты стоят

По данным АО "Мурмансклифт", в минувшем месяце в областном центре простаивали 55 лифтов. В основном лифты ломались из-за хулиганских действий подростков: они разбивали плафоны, выдирали кнопки и поджигали электрокабель. Чаще всего от вандализма страдали четыре лифта в домах № 21, 23, 25 и 27 на улице Маяковского. Здесь вырезали медесодержащий кабель дважды - в мае и июне. Лифты в этих домах простаивают по сей день.

Медаль на грудь

Сегодня старшине Александру Янкину и ефрейтору Любови Шемякиной из Мурманского пограничного отряда вручат медаль "За спасение погибавших". Третьего января нынешнего года эти пограничники вытащили из ледяной воды хорватского моряка, упавшего за борт в Мурманском торговом порту.

Когда летают бизнесмены

В Мурманскую городскую больницу врачи "Скорой помо-



Рис. Алексея ЕВТУШЕНКО.

щи" доставили 19-летнюю частную предпринимательницу с диагнозом "перелом ребер, множественные переломы костей таза, переломы рук и ног". По предварительным данным, дама вывалилась из окна своего офиса на улице Карла Маркса в Мурманске.

Вода меняет цвет

За последние два дня в редакцию "Вечернего Мурманска" позвонили 15 мурманчан с жалобами на то, что питьевая вода, поступающая в их квартиры, имеет оттенок ржавчины. По словам специалистов Мурманского центра санэпиднадзора, такой цвет питьевой воды, скорее всего, обусловлен высоким содержанием в ней оксидов железа, которые попадают в воду из ржавых труб. А у медиков претензий к воде нет - из 700 микробиологических проб питьевой воды, взятых в этом году, плохой оказалась только одна.

Задержка в пути

Как сообщили "Вечернему Мурманску" в дирекции пассажирских перевозок Мурманского отделения Октябрьской железной дороги, в июле из-за проведения путевых работ поезды московского направления будут приходить в столицу с опозданием. К примеру, поезд № 111 будет прибывать в Москву в 12.35 вместо 11.31, а поезд № 181

- в 12.50, то есть на 37 минут позже обычного.

Девочка попала под колеса

На проспекте Ленина в Мурманске автомобиль ГАЗ-3102 сбил 12-летнюю школьницу. Водитель машины не заметил девочку, которая выбежала на дорогу из-за стоявшего у обочины автомобиля. С травмами пострадавшая доставлена в областную больницу.

Не дорожает

По данным централизованной бухгалтерии комитета по образованию администрации Мурманска, в июле и августе размер платы за пребывание ребенка в детских садах не изменится. Родители по-прежнему будут платить 8 рублей 20 копеек за один день посещения ребенком детского сада.

Подобрал ключ

В одной из квартир города Колы сутки хозяев не было дома. За это время к их квартире подобрали ключ и обокрали на четыре тысячи долларов и 29 тысяч рублей. В краже подозреваются 43-летний ранее судимый безработный.

Вагон до Гомеля

В состав поезда № 425/426, который следует по маршруту

Мурманск - Минск, включен дополнительный беспересадочный вагон до Гомеля. Первый такой состав отправится из Мурманска 15 июля.

В лес не пустят?

Возможно, в ближайшее время доступ населения в леса области будет ограничен. По крайней мере, управление лесами обратилось в администрацию Мурманской области с таким предложением. С начала лета в нашей области произошло 18 лесных пожаров. Выгорело 355 гектаров леса. Наиболее пожароопасная обстановка сложилась в Кандалакшском и Печенгском лесхозах.

Героиновая зараза

В Первомайском округе Мурманска в подъезде одного из домов на Кольском проспекте милиционеры задержали 26-летнего парня, при обыске у которого обнаружен героин. Через несколько часов в соседнем подъезде задержан учащийся средней школы, который подозревается в торговле героином.

Оценили

На мурманском ремонтно-технологическом предприятии "Атомфлот" побывала международная рабочая группа из Канады и США. Эксперты высоко оценили работу российских коллег, которые возводят на территории предприятия установку по утилизации жидких радиоактивных отходов. Завершить это строительство планируется к концу года.

Вкусный гибрид

Вчера мурманскую фирму "Арктик-Салман" посетила делегация представителей министерства энергетики и Госрыбхоза Белоруссии. Гости намерены ознакомиться с опытом работы фирмы по разведению деликатесной рыбы - гибрида семги и радужной форели. В Белоруссии планируется создать аналогичное совместное предприятие.

ХРОНИКА

Правительство готово уйти в отставку, "если такой будет цена выхода страны из кризиса". Об этом заявил премьер-министр Сергей Кириенко, отвечая в Госдуме на вопрос представителя фракции "Яблоко". По словам премьера, финансово-экономическую ситуацию в стране необходимо стабилизировать к 1 ноября и к этому же дню выйти на совпадение доходной и расходной частей бюджета.

Борис Ельцин подписал указ об отмене строительства высокоскоростной магистрали Санкт-Петербург - Москва. Строительство скоростной магистрали протяженностью 654 км оценивалось в 5-8 млрд. долларов.

Граждане Канады и гражданка Ливана погибли в результате катастрофы вертолета МИ-8 в Бурятии. По информации акционерного общества "Бурятзолото", которое арендовало вертолет, они являлись сотрудниками Европейского банка реконструкции и развития и знакомились с инвестиционным проектом по золотодобыче в Бурятии.

Депутаты Госдумы РФ намерены направить запрос Генеральному прокурору РФ Юрию Скуратову в связи с убийством мэра города Нефтеюганска Владимира Петухова.

По данным американского Национального фонда сна, 56 процентов всех взрослых работающих американцев в течение рабочего дня испытывают сильнейшую сонливость. Американский рынок предлагает любителям вздремнуть после обеда две новинки: раскладывающийся стол-кровать с матрасом и "расслабляюще-освежающий стул", который снабжен светозащитным капюшоном, приспособлением для массажа и устройством, контролирующим продолжительность сна.

По сообщениям ИТАР-ТАСС.

ПОГОДА

Сегодня днем в Мурманске ожидается облачная погода с прояснениями. Температура воздуха +15...+17.

В последующие сутки облачная погода, велика вероятность осадков. Температура воздуха ночью +8...+10, днем +13...+16.

СЛУЖБА НОВОСТЕЙ

© "Вечерний Мурманск" 1997

Тел. 56-22-61



Час "икс" еще не наступил

В интервью одной из мурманских газет генеральный директор ОАО "Мурманэлектросвязь" (МЭЛС) Виталий Витман, говоря о перспективе введения повременной оплаты за услуги связистов, поведал: "Повременка" живет хорошо. Все документы переданы в областную администрацию".

На июньском заседании правительства Мурманской области должен был решаться вопрос о введении "повременки" в регионе. Но он так и остался нерешенным.

Мурманчане волнуются

Между тем в редакцию "Вечернего Мурманска" постоянно звонят мурманчане, приходят письма от читателей.

Жительница нашего города Лабунская, например, пишет: "В пробной квитанции связистов указывается завышенное число разговоров, и это продолжается по сей день. Я звонила в МЭЛС, отнесла туда заявление. 25 января в адрес связистов отправила заказное письмо. Ответа нет. И мне все равно навязывают "удобную" повременку".

Хотим успокоить мурманчан: чиновники областной администрации не поддержали предложение "Мурманэлектросвязи" ввести повременную оплату за телефонные услуги с 1 июля текущего года. Поэтому порядок оплаты услуг связистов остается пока прежним. До каких пор - неизвестно.

Позиция правительства

Правда, глава правительства нашей области Анатолий Малинин с телевизионного экрана как-то поведал жителям региона, что, дескать, "повременка" не так страшна, как ее малюют, и вроде бы лично он за ее введение. И вообще, об-



ластное правительство, видимо, намерения МЭЛС претворит в жизнь.

Однако расчеты специалистов из того же правительства, в частности, комитета по политике цен областной администрации, свидетельствуют о следующем. При введении повременной оплаты только за период с февраля по апрель 1998 года "Мурманэлектросвязь" могла бы получить дополнительно доходов в сумме около полутора миллионов рублей. К слову, по расчетам же самих связистов, представленных в официальных документах, их дополнительная прибыль за те же три месяца равнялась бы всего 148 тысячам рублей.

Сейчас МЭЛС работает с рентабельностью в 30,3 процента. Подавляющее большинство российских предприятий об этом может лишь мечтать.

По данным того же комитета, в первом квартале этого года средняя заработная плата по области составила 1664 рубля. А в ОАО "Мурманэлектросвязь" - 2581 рубль.

А как в других городах?

Интересно, что тариф, предлагаемый связистами своим абонентам, - 10 копеек с первой же минуты разговора. Жители Владивостока бесплатно пользуются телефоном 240 минут в месяц. А у нижегородцев тариф за пользование телефонной связью от 300 до 500 минут в месяц составляет 4 копейки за минуту разговора.

На слуху у населения региона собственное радио МЭЛС. Акционерное общество собирается издавать свою газету. Может, конечно, врут люди, но говорят еще о неких значительных ежемесячных доплатах к пенсиям бывшим работникам акционерного общества.

По сообщениям российской прессы, почти одновременно с администрацией Мурманской области Московская городская Дума дала добро своим связистам на эксперимент по поводу грядущей "повременки".

Причем Московская городская сеть готова предоставить жителям столицы самые привлекательные условия. В частности, лимит в 650 бесплатных минут, входящих в абонентную плату.

Не шокируйте людей!

Но, как известно, мэр Москвы Юрий Лужков - ярый защитник интересов москвичей. И потому он заявил: "Если Московская городская сеть убыточна, нам придется ее дотировать. Если рентабельна, то введение "повременки" неце-

лесообразно. И не исключено, что на этом будет поставлена точка.

Анализируя позицию глав муниципальных образований Мурманского региона по отношению к грядущему введению повременной оплаты за телефон, можно, похоже, сказать одно: интересы своих сограждан ныне твердо защищает только один. А именно мэр Мурманска Олег Найденов. На этом стоит и Мурманский городской Совет. Главы остальных городов потихоньку снизили свою активность.

А позиция мэра до сих пор прежняя: "Нельзя в очередной раз шокировать людей непродуманными "реформами", плоды которых мы и так пожинаем последние годы. Мы категорически против поспешного и необдуманного введения новой системы оплаты услуг связи".

Еще в феврале этого года Олег Найденов обратился через средства массовой информации с открытым письмом "Не шокируйте людей" к генеральному директору МЭЛС Виталию Витману. Говорят, ответа в городской администрации так и не дождались.

Итак, с введением "повременки" в Мурманской области решено, извините за каламбур, повременить.

По сообщению же председателя областной Думы Павла Сажинова, в антикризисной программе, разработанной российскими молодыми реформаторами, есть такое предложение: начать аукционную продажу лицензий на право оказывать услуги связи. Возможно, именно тогда, с появлением конкуренции, вопрос о введении повременной оплаты за услуги связистов и перестанет будоражить умы россиян. В том числе и мурманчан.

Светлана КЕРОНЕН.
Рис. Владимира НЕНАШЕВА.

ХРОНИКА

Минздрав Украины потребовал ввести обязательное обследование населения на наличие холерного вибриона. На всей территории проведен комплекс профилактических мероприятий, в том числе по подготовке медперсонала к работе с больными холерой.

Российское правительство озабочено новым обострением социальной обстановки в Кемеровской области. В Кузбассе возобновлено пикетирование Транссибирской железнодорожной магистрали. Основное требование пикетчиков - отставка президента и смена курса экономических реформ правительства.

Губернатор Сахалинской области Игорь Фархутдинов подписал распоряжение о проведении в Южно-Сахалинске в период с 28 по 30 сентября специализированной выставки-ярмарки "Рыбная индустрия-98".

По сообщениям ИТАР-ТАСС.

ПОЧЕТНОЕ ЗВАНИЕ ДЛЯ ИЗОБРЕТАТЕЛЯ

Мэрия областного центра учредила почетные звания "Лучший изобретатель города Мурманска" и "Лучший рационализатор Мурманска". Звания присваиваются членам Всероссийского общества изобретателей и рационализаторов (ВОИР), внесшим вклад в развитие хозяйства и социальной сферы города.

Для получения звания "Лучший изобретатель города Мурманска" необходимо иметь в своем активе не менее шести патентов на изобретения, потенциально значимые для предприятия города. В том числе два изобретения, разработанные в течение предшествующих трех лет.

Звание "Лучший рационализатор города Мурманска" присваивается новаторам, разработавшим и внедрившим на предприятиях города 25 - 100 рационализаторских предложений с общим экономическим эффектом не менее 150 миллионов рублей. При этом как минимум десять рацпредложений должны быть подготовлены в течение последних трех лет.

Обязательные условия для соискателей званий - активное участие в работе организаций ВОИР, а также в развитии технического творчества молодежи города.

Решение о присвоении званий "Лучший изобретатель Мурманска" и "Лучший рационализатор Мурманска" принимается администрацией города ежегодно накануне Дня изобретателя и рационализатора. Получившему звание вручаются диплом и памятный подарок. Постановление о присуждении звания, а также фотографии лучших новаторов города будут опубликованы в газете "Вечерний Мурманск".

ГОРОД ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК

Шведские гости

По приглашению областного комитета по охране окружающей среды в Мурманске побывала делегация из Шведского агентства по охране окружающей среды, занимающегося проектом оздоровления реки Кола. Главная цель визита - координация работы между шведским проектом по оздоровлению Колы и норвежским проектом по управлению окружающей средой. Кроме этого, шведские экологи посетили Капдалакшский и Лапландский заповедники.

"Таймыр" ушел во льды

Вышел на трассу Северного морского пути атомный ледокол "Таймыр" Мурманского морского пароходства. Наш ледокол проведет до устья Енисея судно усиленного ледового класса

"Иван Папанин", следующего за грузом платинового концентрата. После возвращения из рейса "Таймыр" встанет на ремонт.

Сев закончен

В сельских хозяйствах Мурманской области заканчивается весенний сев. Земледельцы Апатитского района, поселков Молочное и Ена засеяли картофелем около тридцати гектаров земли. Самые крупные хозяйства области - "Тулома", "Полярная Звезда" и "Восход" полностью засеяли овес с викой и летние травы.

Горим

С начала нынешнего года в Мурманске зарегистрировано 452 пожара. 283 раза пожар возник в подъездах, подвалах и на крышах жилых домов, а 119 - в квартирах. В огне погибли шесть мурманчан. Еще 25 человек получили ожоги и другие травмы.

Цены - как чужие дети: растут незаметно, но быстро.



ДОМИК В ДЕРЕВНЕ

"Нас у родителей двое, - пишет в письме в редакцию мурманчанка Елена Михайлова. - И я, и брат живем на Севере давно, хотя родительский дом далеко отсюда - в средней полосе. Еще при жизни отец завещал его моему брату. После того как отец умер, я некоторое время жила с мамой, даже временно у нее прописалась. А через несколько лет уже мама составила новое завещание на дом и оформила его на меня. После ее похорон никаких разногласий из-за имущества у нас с братом не возникло. А вот сейчас, по прошествии трех лет, он стал предъявлять свои права на дом. Разобраться в этой ситуации мы не можем: у нас на руках два разных завещания на один и тот же дом".

Действительно, ситуация такая, что с ходу в ней не разобраться. Читательница не указала в своем письме самого главного - кто из родителей изначально был владельцем дома. Но из ее рассказа можно предположить, что, вероятнее всего, деревенская изба была записана сразу и на отца, и на мать. И хотя могли существовать другие

варианты - хозяином был кто-то один из супругов, мы попробуем рассмотреть именно первое предположение, потому что сроки, в течение которых речь о правах на наследство вообще не заходила (в общей сложности 10 лет), говорят о том, что в разряд спорных это имущество не попадало.

Итак, при жизни отец мог без проблем распорядиться своей собственностью, которая, скорее всего, составляла половину дома. После его смерти сын, даже если он и не перевел наследство на себя в течение шести месяцев, как бы автоматически стал считаться хозяином отцовской половины. Именно поэтому, когда уже, в свою очередь, мать пошла оформлять завещание на часть дома, у нотариуса, который регистрировал этот документ, вопросов не возникло -

СИТУАЦИЯ

женщина действовала на вполне законных основаниях.

Только один момент смущает в этой ситуации. Независимо от того, что отцом было оформлено завещание на сына, закон закрепляет за всеми недееспособными и нетрудоспособными наследниками так называемую обязательную долю. Если к моменту смерти мужа его супруга достигла пенсионного возраста, то на нее эта норма закона должна была распространиться в обязательном порядке. В том случае, когда выяснится, что права матери были нарушены, уже ее наследники, то есть наша читательница, считающая себя пострадавшей, могут обратиться

в суд, чтобы восстановить справедливость.

Если же подобного не произошло, то к настоящему моменту наследники, а именно брат и сестра, находясь в абсолютно одинаковом положении. У них у обоих на руках завещания, по которым каждому из них досталась родительская доля: сыну - от отца, дочери - от матери. Причем дата составления документов, точнее, тот факт, что отец свое завещание оформил намного раньше, в данном случае роли не играет.

Теперь, прихватив оба документа, наследникам надо обратиться к нотариусу в той местности, где находится оставленное им имущество. Если речь идет о деревне, то идти нужно в местную администрацию. Специалисты посмотрят бумаги, выяснят, соответствуют ли

составленные завещания требованиям закона, докапаясь в этом споре до всех тонкостей и в итоге откроют наследственное дело. Если родственники в ходе всех этих разбирательств сумеют договориться, то проблем с выдачей документов на дом в дальнейшем не возникнет. А если же брат и сестра по-прежнему будут настаивать каждый на своем, то правоту им придется доказывать уже в суде.

Хочется верить, что этот семейный спор все же закончится миром. И деревенский дом, обрета новых хозяев, простоят еще долго. От себя же пожелаем его нынешним владельцам на будущее не создавать уже своим детям и внукам подобных проблем.

Наталья МОРОЗОВА.

ФОТОВЗГЛЯД

Жучкины радости

"От количества людей, находящихся в одном месте, зависит вероятность получения вкусного куска. Заполняемость едой собачьего желудка обратно пропорциональна бдительности продавца" - эти уроки Жучка усвоила давно, еще когда рынок у кинотеатра "Мурманск" только начинал вкусно бурлить. Постепенно собачка подыскала себе и "хозяев" - загорелых женщин, от которых пахло вяленым ершиком. Эти торговки допоздна судачили о жите-бытье за своими картонными прилавками, не обращая особого внимания на то, что происходит вокруг них.

Наступило лето, рыночное многолюдье куда-то исчезло, остались лишь жучкины знакомые - "соленые" женщины. Угостят, по шерсти погладят - вот и радость. Солнце брюшко пригреет - вот и счастье. Но видно, придется скоро Жучке искать другое место для применения своих "теорем": картонных прилавков становится все меньше.

Фото Сергея ЕЩЕНКО.



КРОШКА МОЯ, Я ПО ТЕБЕ СКУЧАЮ

ЛИЧНОЕ

Одиночество - это тебе не шуточки. Ощущение мерзопакостное, от легкого дискомфорта быстро перерастающее в состояние черной тоски вселенского масштаба. И хотя постоянно кто-то находится рядом: знакомые, друзья, сослуживцы, коллеги по работе, кот Мурзик, рыбки в аквариуме - все не то! Человек противоположного пола - вот простое, проверенное лекарство от неизбывной грусти. Но, как и любое снадобье, в зависимости от "дозы", человек является "ядом" или "лекарством".

И все же мы, сами поставив себе диагноз, ищем на время или навсегда волшебный наркотик - любовь. Или качественные ее заменители: вдохновляющую общность интересов, дефицитное взаимопонимание. Нам непременно нужно в ком-то отразиться, чтобы вновь обрести себя...

Где же искать их, необходимых? Исчерпав ресурсы душевных и физических сил в погоне за своими "половинками" (а также "четвертинками" и так далее в зависимости от степени одиночества), мы, вооружившись надеждой, рассылаем свои "позывные" в газетные рубрики "Познакомлюсь".

...Эти два письма от молодых людей, проходящих срочную службу в армии, не попали в рубрику "Познакомлюсь". Поскольку подобные объявления "Вечерка" принимает лишь с указанием единственного способа связи - "до востребования". Ребята же просто указали свои полные адреса - вот ведь как хочется письмо от девушки получить!

Как видно из писем, диапазон интересов у молодых людей, служащих в одной части, очень широк. "Мы - два веселых моряка, оба Андреи, 20-ти и 21 года. Хотим познакомиться с девушками 17-20 лет, обладающими чувством юмора. По возможности вышлите фото".

"Два симпатичных матроса срочной службы - Александр 19/175/73 и Сергей 21/167/66 очень хотят познакомиться с состоятельными, немного развратными дамами-мурманчанками для развлечения в увольнении. Дамы, отзовитесь!".

Не собираюсь критиковать эти объявления - люди просто честно заявили о своих желаниях и намерениях. Если для вас, "крошки" и дамы, они приемлемы, охотно поделюсь с вами адресом веселой "четверки".

Вероника ЗЛОБИНА.

Приспичило - терпи

Часто вижу в газетах информацию о том, что наш город благоустраивается: вместо старых остановок появляются стеклянные павильоны, работники жилищно-коммунальных служб участвуют в конкурсах за звание лучшего в своем деле, озеленяются улицы... Все это, без сомнения, прекрасно, но давно пора решить еще одну общегородскую и весьма насущную проблему. А заключается она в том, что в нашем городе по-

МНЕНИЕ

прежнему очень мало общественных туалетов, отсутствие которых - настоящая дискриминация людских потребностей.

Ну что прикажете делать, если нужда застала тебя врасплох? Приходится откладывать дела, ехать домой или, в крайнем случае, на железнодорожный вокзал, где туалет,

к сожалению, платный. Многие люди, особенно в праздничные дни во время массовых гуляний, облегчаются в подъездах ближайших домов. Подобное безобразие - следствие не только отсутствия культуры, но, в большей степени, - нехватки туалетов.

Неужели эту проблему нельзя решить хотя бы постепенно?

А. П. ВАЛЬМИНА,
постоянная читательница.

С нами вы будете знать обо всем, что происходит в родном городе.



Луч-целитель

"Луч этот был ярко-красного цвета... это новый, не исследованный никем, никем не обнаруженный луч". Такое упоминание встречается у Михаила Булгакова в повести "Роковые яйца". Тогда еще не было термина "лазер", но какое удивительное предвидение гениального писателя-врача!

Слово "лазер" в последнее десятилетие все чаще и чаще встречается в нашей жизни. Из чисто научного термина оно перешло в нашу жизнь благодаря тому, что лечение лазером прочно обосновалось в практике здравоохранения. Если 8-10 лет назад курс лазерной терапии можно было пройти только в лечебных центрах Москвы и Ленинграда, то сейчас лазерной терапией занимаются в больницах медучреждений. Все чаще можно услышать "лечился лазером", "иду на лазер", "лазер помог"...

Лазерная терапия завоевывает все больше сторонников как среди врачей, так и среди пациентов. Однако для многих она по-прежнему окружена некой завесой тайны, порождающей различные толки, причем часто негативные, мешающие пациентам соприкоснуться с этим, несомненно, эффективнейшим видом лечения. Некоторые путают понятия "лазер" и "радиация", "радиоактивное облучение". Это вызывает необоснованный страх перед лечением лазером, хотя давно доказано, что лечение лазером защищает организм человека от воздействия радиации.

Активное внедрение лазера в медицину началось с середины 80-х годов, и сейчас практически нет раздела лечебной практики, где бы он не применялся. Существует множество различных методов

применения лечебных лазеров: прямое воздействие на открытые пораженные поверхности кожи, воздействие на больные органы через кожу (благо что проникающая способность лазерного луча достигает 8-10 см вглубь), лазерная рефлексотерапия - воздействие на рефлексогенные зоны, на кровь посредством введенного в сосуд световода.

Любое заболевание сопровождается в той или иной мере дефицитом энергии, который проявляется на клеточном уровне. Лазерный луч, обладая большим запасом энергии, попадая в клетку, в корне меняет процессы, происходящие в ней. Он помогает ей восстанавливаться. Причем делает это более физиологично, чем медикаменты. Изменившееся энергетическое состояние клетки проявляется рядом клинических эффектов: противовоспалительным (иногда достаточно 3-4 процедур, чтобы снять воспаление); более быстрым заживлением повреждений (позволяющим успешно лечить различные аллергические состояния - крапивницу, вазомоторный ринит, бронхиальную астму); обезболивающим, противоотечным и позволяющим применять его при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата - болезней суставов, позвоночника; улучшает местное кровообращение (что создает предпосылки для большего насыщения тканей кислородом и более полного восстановления).

Трудно назвать заболевание, которое нельзя было бы лечить лазером. Я хотел бы остановиться лишь на некоторых наиболее тяжелых и знакомых. Ишемическая болезнь сердца (ИБС) - грозное заболевание современности. За разработку мето-

дик лечения ИБС лазером группа российских ученых во главе с И. М. Курочкиным была удостоена Государственной премии.

Под воздействием лазера происходит расширение сосудов, питающих сердечную мышцу, увеличивается содержание кислорода в притекающей к сердцу крови, улучшаются обменные процессы в сердце на клеточном уровне, и сердечная мышца легче переносит недостаток кислорода, а значит, снижается риск развития инфаркта миокарда, в 4-5 раз снижается риск возникновения аритмий сердца. Рядом научных исследований установлено, что проведение сеанса лазерного облучения крови в первые 4 часа после острого инфаркта миокарда сохраняет больному жизнь и снижает сроки восстановительного периода.

У людей, страдающих стенокардией, приступы этой болезни либо исчезают, либо возникают значительно реже. Кроме этого лазерный луч делает кровь более жидкой, подвижной, снижая способность образования тромбов и закупорки сосудов. На клеточном уровне под воздействием лазера происходит восстановление нормального функционирования клеточной мембраны и мышечного волокна - сердца. Это очень важно для тех, кто перенес инфаркт миокарда и

проходит период реабилитации.

Еще одним показательным моментом применения лазера является использование его при лечении язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. Сокращаются в 3-4 раза и сроки лечения, в несколько раз уменьшается потребление медикаментов (иногда потребность исчезает совсем). А это - снижение риска осложнений. Чрезвычайно важно то, что заживление язвы на фоне лечения лазером происходит без образования грубого рубца, как это бывает при обычном лечении. Заживший участок практически не отличается от окружающей здоровой ткани. Значительно реже возникают повторные обострения.

Лазерная терапия, без сомнения, является эффективнейшим и экономически выгодным (как пациенту, так и здравоохранению) методом лечения.

У лазера огромное будущее. Но он не является панацеей от всех болезней, не отрицает других методов лечения, а напротив - прекрасно их дополняет, создавая реальную возможность либо избавиться от болезни, либо значительно облегчить ее течение.

Юрий КОРНЕВ,
заведующий
отделением реабилитации
и лазерной терапии
поликлиники № 5 г. Мурманска.

БОЛЕЗНЬ РАССТАВЛЯЕТ ЛОВУШКИ

Что бы ни говорили, а человечество живет стереотипами. Поэтому многие наши читатели, взглянув на свое отражение в зеркале и сравнив его со сложившимся в обществе образом "сифилитика" - бледного, худосочного типа с провалившимся носом, с облегчением отложат газету, дескать, уж кому-кому, а нам это не грозит. А ведь подобное отношение к сифилису, как к чему-то далекому, нас не касающемуся, - глубокое заблуждение. Эта инфекция расцветала особенно пышным цветом в "переломные" моменты истории человечества. Не исключение и наше трудное время. Речь идет об увеличении заболеваемости сифилисом в десятки раз по сравнению с началом 90-х

годов. Болезнь не щадит никого, оставляя свой след практически в каждой из возрастных групп. Одна из самых страшных примет нынешней ситуации с сифилисом - случаи выявления заболевания среди детей, вынужденных расплачиваться за грехи родителей. Обо всех "ловушках", расставляемых сифилисом, не рассказав, но на основных, типичных все же стоит остановиться.

Первое, с чем сталкивается зараженный этой болезнью человек, - длительный скрытый период. Здесь первая западня. Первые признаки болезни появляются лишь спустя месяц-полтора после заражения, а если человек в этот период принимает какие-то антибиотики - и позже. За это время многие пациенты

успевают забыть о своих "приключениях", а самые "образованные" - проверить и получить хорошие результаты анализов, что совершенно естественно в скрытый период болезни. Поэтому появление первых признаков заболевания пациенты связывают с чем угодно, кроме его истинных причин.

Вторая "ловушка", которую расставляет болезнь, - это "молчаливый" характер проявлений. Проще говоря, болезнь есть, а болей или иных неприятных ощущений нет. Между тем уже в первые месяцы болезни возбудитель сифилиса проникает в кровь, спинномозговую жидкость, достигает всех органов и систем организма.

На третью "ловушку" обрека-

ют себя сами больные, когда самостоятельно пытаются определить сроки заражения и круг лиц, подлежащих обследованию. Надеясь на авось, они подчас подводят под удар самых близких людей. Так недавно в КВД обратилась беременная женщина, партнер которой более года назад сам пролечился по поводу сифилиса, а врачей не поставил в известность о своей половой партнерше. В результате сифилис у женщины был установлен уже в запущенной форме, желанная беременность закончилась гибелью ребенка.

Какие же можно дать советы? Не пытайтесь сами определить, больны вы или здоровы, не ищите совета и помощи у друзей или знакомых, не занимайтесь

самоуспокоением, ориентируясь лишь на отрицательный результат анализа.

Только личное общение с опытным и квалифицированным врачом может разрешить ваши сомнения. Только специалист может подсказать вам правильную тактику поведения.

И если у вас есть опасения, что проведенная вами ночь с интересной дамой может иметь не менее интересные последствия, все-таки воспользуйтесь шансом обрести покой и наберите 33-61-66 - номер телефона доверия областного дерматологического диспансера.

Александр ДЬЯЧЕНКО,
врач-дерматовенеролог.
Рис. Вячеслава ШИЛОВА.





По Москве прокатилась ужасная эпидемия совершенно трагических смертей. За последние несколько недель в мир иной отправились несколько сотен крепких, здоровых, в полном расцвете сил мужчин и женщин.

Медики считают, что это только начало.

Причина эпидемии — страшный ночной кошмар, который, как киношный маньяк

Фредди Крюгер, приходит во сне и убивает.

Убивает всех без разбора.

Первый признак того, что смертельная угроза нависла именно над вами, — храп.

Когда снится, что вас бьют руками, ногами, утюгом по голове — чем угодно, это не так страшно, — снимая с меня датчики и помогая встать с больничной койки, объяснил заведующий сомнологической лабораторией московской клиники "Медицина" Роман Бузунов. — Смертельно опасно, если человеку в дреме привидится, что его душат или топят в воде. Это происходит из-за нехватки воздуха. Наша поликлиника уже не справляется со всеми просьбами о помощи. Ужас! Люди умирают прямо во сне, так и не поняв, что же с ними произошло. Тех же, кому повезло и кто сумел проснуться, по словам г-на Бузунова, все равно ждет страшная участь. С утра человек полностью разбит. Больная голова. Повышенное давление. Весь день — избыточная сонливость. В результате еще целая куча проблем. На работе, в семье, с друзьями. И все равно летальный исход от инсульта или инфаркта миокарда.

Специалисты уже успели дать название чудовищу, обосновавшемуся в вашей постели, — синдром обструктивного сонного апноэ, или болезнь остановки дыхания во сне. Каждый пятый человек на планете после 30 лет храпит во сне. Такая ужасная статистика. Часто храп воспринимается как неприятный, но безопасный звуковой феномен, который доставляет массу неприятностей окружающим, но не спящему человеку. Однако стоит понаблюдать за любым спящим храпуном, как станет понятно, что это далеко не так.

Мы следили через экран монитора за поведением спящего пациента клиники. У тучного мужчины с красным отеком лица вдруг резко остановилось дыхание. Это было видно даже без приборов. Затем он громко всхрапнул, заворочался, задвигал руками и ногами и вновь начал дышать. Сложный прибор, похожий на осциллограф, показал ломаную линию. Это жизнь. Через минуту зеленая полоска жизни выпрямилась. Это смерть. За ночь пациент балансировал между этим и иным миром более... 400 (!) раз.

Иногда человек может не дышать 4-5 часов из 8 часов сна, — объяснил мне Роман Вячеславович. — Абсолютный рекорд нашей клиники — из 7 часов сна человек не дышал 5 (!) часов. К счастью для него, он вовремя обратился к нам, и мы смогли его спасти.

Как рассказали мне в ГАИ, этот рекордсмен — руководитель

строительного концерна — попал в клинику после анекдотического случая. Сидя за рулем своей "Волги", он въехал в зад шестисотого "Мерседеса". Юмор заключался в том, что когда на место происшествия прибыли сотрудники Госавтоинспекции, то оказалось, что оба виновника затора на дороге спали, да еще прихрапывали от удовольствия. Сигналы других водителей, необычность ситуации, неудобное положение — ничто их не волновало. Для строительного босса это была уже шестая авария. Для хозяина "Мерседеса" — третья машина за полгода.

По мнению специалистов клиники "Медицина", чуть ли не половина дорожно-транспортных происшествий в городе происходит из-за того, что водители тяжело больны синдромом апноэ, но сами этого не знают. В Канаде и Штатах службы автоинспекции уже научились распознавать этот недуг и внесли его в список декларируемых болезней, таких, как эпилепсия, при наличии которых водительские права просто не выдают.

Классический вид больного храпом — тучный, лысоватый мужчина 45-50 лет, с короткой шеей и красным отеком лица. Безусловно, это так. Но расслабляться не стоит.

Недавно специалистам клиники пришлось спасать от смерти 18-летнюю красивую девушку по имени Оля. Дочка высокопоставленного дипломата, студентка престижного института, фотомодель, не раз украсившая обложки модных журналов, вышла замуж. Но счастье продолжалось недолго. Однажды утром парень, собрав свои вещи, ушел в неизвестность. На столе осталась лежать записка: "Я больше не могу выносить этого ночного кошмара". Юная богиня во сне выдавала такие трели, что...

Неприятный хриплый звук из горла образуется по-разному, — рассказал Роман Вячеславович. — У девочки, например, были большие миндалины. И в районе неба существовал язычок, который в лежачем положении западал в горло и перекрывал дыхание. Воздух,

пытаясь прорваться через него, вызывал храп. Мы удалили язычок. Все стало нормально. Однако если бы она вовремя не обратилась к врачам, то ситуация осложнилась бы и могла в конце концов привести к тому, что девушка изменилась бы до безобразия. Буквально на глазах она бы располнела. У нее огрубел бы голос.

Не важно, от чего происходит храп. Главное, он возника-

ет. Для похорон близким умершего пришлось заказывать специальный катафалк с усиленной платформой и группу грузчиков. Умерший весил... 240 килограммов.

— Мы всех своих больных предупреждаем, — разъярил Роман Вячеславович, — что в их положении выпивать просто неразумно. Смотрите, что происходит. Человек уснул и захрапел. В этот момент его

ют обходиться народными средствами. Однажды в клинику пришел за помощью народный депутат. Пройдя обследование, не прислушался к разумным советам и махнул на свое здоровье рукой. Болезнь стала резко прогрессировать. За три года он прибавил в весе тридцать килограммов. Спать начал на ходу, как лошадь. Хорошо, если прикорнул на совещании в своей органи-

Храпим, братицы, храпим



ет в том случае, когда кислород в легкие начинает поступать с перебоями. Информация, что человек не дышит, доходит до мозга, тот просыпается, но для человека это не полное пробуждение, а беспокойный поверхностный сон. Мозг открывает дыхательные пути, получает свою порцию кислорода, снова засыпает. Дыхательные пути опять слипаются. Мозг вынужден снова просыпаться и т. д. Наступает дефицит сна. Мозг бьет тревогу, начинается выброс стрессовых гормонов, происходит подскоч артериального давления.

Естественно, при беспокойном сне нечего и думать о потенции. Кроме того, в глубоких стадиях сна организм вырабатывает гормон роста, который отвечает за расщепление жировой прослойки. При плохом сне его вырабатывается мало. Человеку все время хочется есть. Жиров откладывается больше и больше. Порочный круг. Через 5-7 лет — инфаркт.

Причину смерти Ивана Дмитриевича, бывшего спортсмена, члена сборной СССР, чемпиона мира и Европы, олимпийского чемпиона, родственники покойного тщательно скрывали, хотя для врачей это не было большим секретом. Иван Дмитриевич умер от... рвоты. Захлебнулся.

начинает тошнить, рвать. Но до этого он полторы минуты не дышал. Храпел. Мозг просыпается, чувствует критическую ситуацию с недостатком кислорода и посылает сигнал на вдох, который происходит одновременно с рвотой. Все. Захлебнулся. Единственное спасение от такого несчастья — положить пьяного на живот.

Почками, прошел тучный пациент и скрылся за дверью с табличкой "Туалет". Его пижама странно топорщилась на спине, будто там вырос маленький горбик.

— Горбун?

— Нет, просто у него в пижаме между лопаток пришит кармашек, куда мы кладем теннисный шарик.

— Зачем?

— Через месяц вырабатывается стойкий рефлекс, и человек уже не может спать на спине. Когда же спишь на боку, то сплипания стенок дыхательных путей не происходит. Или происходит неполное.

По словам г-на Бузунова, на ранних этапах развития болезни теннисный шарик — самое действенное средство. К сожалению, в лабораторию сна редко кто обращается на ранних этапах, а если и обращаются, то, выслушав диагноз, не желают лечиться и предпочитают

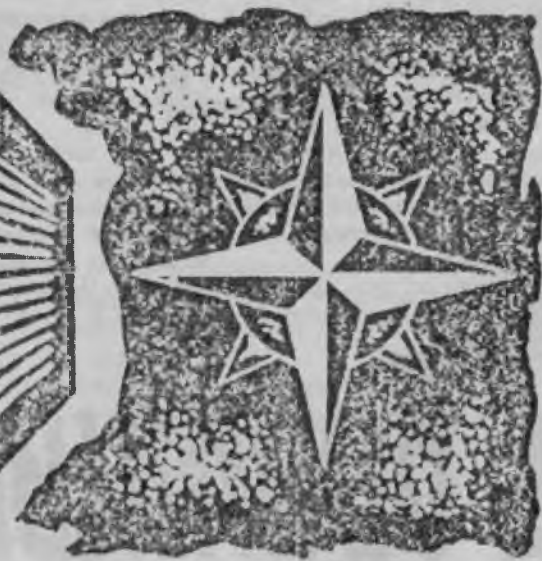
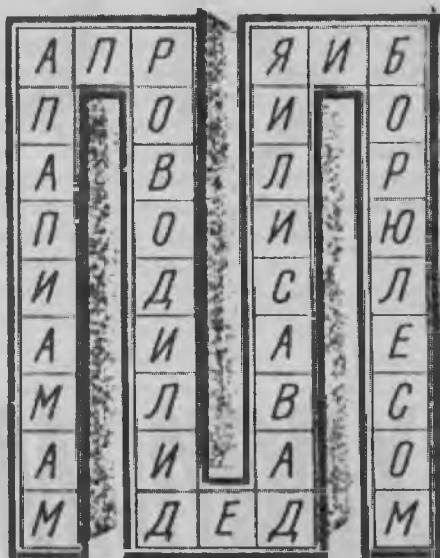
заци. Подчиненные понимали — устал начальник. Но ему еще приходилось заседать в Думе, принимать важные решения. А какие там могли быть решения, если все мысли о подушке? Чтобы избавиться от сонливости, народному избраннику пришлось нанять помощника, который должен был регулярно толкать его в бок. Когда и это перестало помогать, он приспособил булавку и колот себе ногу. За месяц истыкал бедро так, что не осталось живого места. А спать все равно хотелось. Решение снова обратиться к врачам пришло к нему, когда в сонном дурмане он чуть не нажал кнопку "да", когда их фракция голосовала "против".

— Многие депутаты спят не оттого, что им нечем заняться, — считает сомнолог Роман Бузунов, — а оттого, что уже серьезно болеют. Посмотрите, почти у всех отчетные лица, тучные фигуры. Им скоро будет пора заводить штатного "булавочника". Кстати, нашему пациенту мы прописали самое действенное на сегодняшний день средство — аппарат искусственного поддува воздуха в легкие. Больные называют его ласково "пылесосом". Эффект превосходный — и в первую же ночь. Правда, есть одно неудобство. Спать надо в маске, по которой постоянно дует в легкие воздух. Комплект оборудования и лечение стоят от 2000 до 4000 долларов.

Подешевле? Есть одно средство. Небольшой приборчик, очень похожий на детскую соску. Лечебное действие основано на рефлекс: когда во рту есть посторонний предмет, то его хочется потрогать языком. Мышцы глотки натягиваются, и образуется отверстие, через которое проходит воздух. Его почему-то любят женщины. Наверное, им удобнее спать с соской, чем в маске, из чисто эстетических соображений. У соски есть одно "но". Она одобрена Минздравом, но еще не выдержала испытание временем.

Семен БЫКОВСКИЙ.
"М-Э".

Коллаж
Александра ЯНОВСКОГО.



Географическая головоломка

Эти буквы составляют предложение: папа и мама проводили деда Василия и Борю лесом. Присмотритесь внимательнее, и из этих же букв составьте другие слова - географические названия. Их здесь десять.

Числовые коврики

	-	:		=3
х	-		х	
	:	2	+	=4
:	+		+	
	х	-		=10
=4		=6		=16

	-	х		=8
+	:		-	
	-	2	х	=2
-	+		:	
	-	:		=9
=10		=5		=0

В клеточки числовых "ковриков" впишите цифры так, чтобы ответы по горизонтали и по вертикали совпадали.

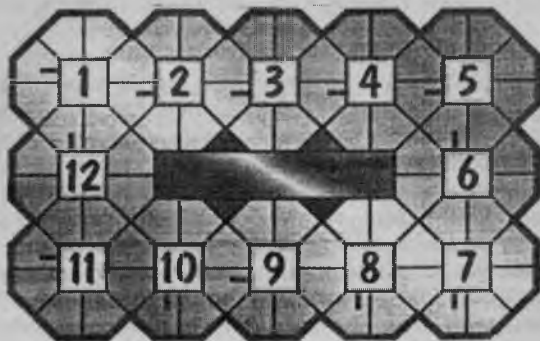


ОТГАДАЙ ПОСЛОВИЦУ

Если вы разгадаете ребус, то прочтете русскую народную пословицу.

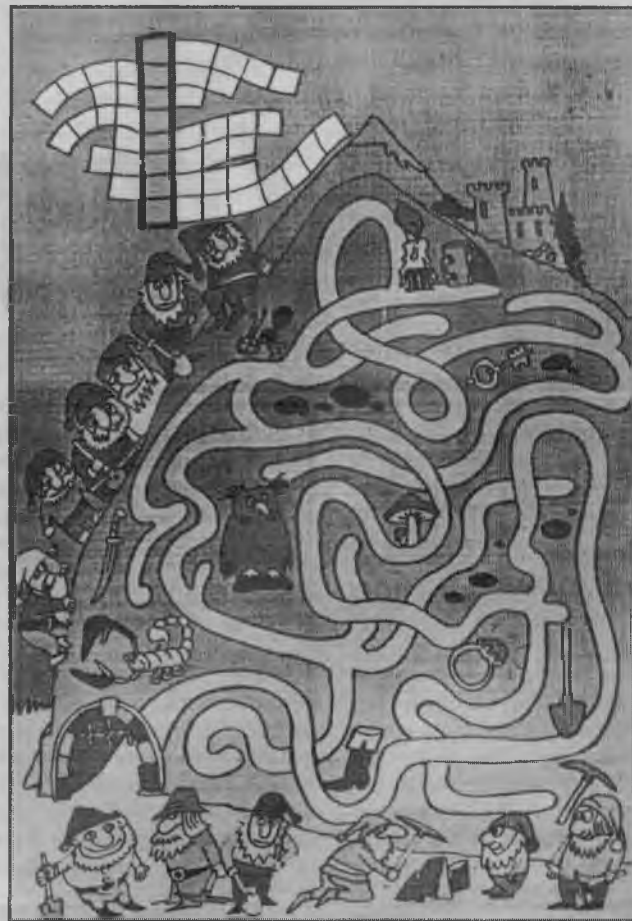
КРОССВОРДИК

1. "Богатенький" сказочный персонаж. 2. Лекарственная форма. 3. Особенности строения твердого вещества. 4. Успокоение, необходимое страждущему. 5. Наталья относительно матери Григория Мелехова. 6. Прозрачные, обычно клеевые краски, разводимые на воде. 7. Тальк, кварц, слюда - одним словом. 8. Мастер, взявшийся за изготовление сапог в одной из басен И. А. Крылова. 9. Спортсмен-фехтовальщик. 10. Мил-



лион до деноминации. 11. Композитор, автор первых американских патриотических песен. 12. Базаров как человек, отрицательно относящийся ко всему общепризнанному.

Пещера гномов



1. Найдите дорогу из замка в пещеру гномов.

2. Впишите в сетку кроссворда названия предметов, которые вам попадутся по дороге. Если вы выполните все правильно, то по вертикали (в выделенных клеточках) прочтаете название сказки Андерсена.

3. Есть ли среди гномов близнецы?

Ответы на головоломки, опубликованные 11-13 июня

"Шагослов"

1. Пюре. 2. Кюре. 3. Каре. 4. Марс. 5. Марс. 6. Фарс. 7. Фарт. 8. Форт. 9. Форс. 10. Гора. 11. Гори. 12. Тори. 13. Торт. 14. Борт. 15. Болт. 16. Боль. 17. Соль. 18. Соло. 19. Поло. 20. Пола. 21. Поза. 22. Роза.

"Египетский сундук"

1. Пальма. Сабля. Монета. Верблюды. Пирамида. Кувшин. Тюбан. 2. Аладдин. 3. Ключ № 3.

"Засекреченные согласные"

"До всего надо добираться самому тяжелым опытом".

"Мини-кроссвордик"

По горизонтали: 1. Притвор. 5. Рудольф. 6. Клиппер. 7. Римесса. По вертикали: 1. Перекур. 2. Индуизм. 3. Волопас. 4. Реформа.



Примите поздравления

Поздравляем с днем ангела всех, кто носит имя Глеб, Гурий, Инна, Мефодий, Римма.

Нашу дорогую дочь и сестру Татьяну поздравляем с днем рождения! Счастья тебе огромного, успехов и удач, родная, и пусть не иссякает энергия, а радость пусть здоровья прибавляет. Мы тебя очень любим.

Мама, папа, Аня.



Дорогого сыночка и брата Алешу Чеченина сердечно поздравляем с 17-летием и успешным окончанием лицея! Алеша, желаем тебе крепкого здоровья, радостей и счастья в жизни, жизненной стойкости и сил для достижения намеченных целей, светлых дорог, верных, надежных друзей! Да хранит тебя Господь на твоём жизненном пути!

Любящие тебя мама, папа, Максим и твои родственники.



Дорогая Наташенька! Поздравляю тебя с 14-летием! Есть в мире много пожеланий, их всех не перечислить. Тебя я просто поздравляю, люблю такой, какая есть.

Мама.



Накануне состоялись матчи 1/8 финала Кубка Мурманской области по футболу. "Арктика" (Мурманск) - СКФ "Рена" - 0:2, "Водник" (Мурманск) - "Печенганикель" (Заполярный) - 0:1, ФК "Снежногорск" - "Динамо" (Мурманск) - 1:4, "Фьорд" (Полярный) - "Ротор" (Мурманск) - 4:6, "Энергетик" (Полярные Зори) - ФК "Апатиты" - 5:2, "Горняк" (Ковдор) - "Пламя" (Кандалакша) - 2:3. Выделены команды, вышедшие в четвертьфинал.

Отказались от участия в Кубке области команда Ловозерского района и оленегорский "Горняк". Их соперники ФК "Мончегорск" и мурманский "Энергетик" автома-

СПОРТИВНЫЙ ТЕЛЕТАЙП

тически вышли в следующий круг турнира.

Сегодня состоится жеребьевка четвертьфинальных пар, а матчи 1/4 финала - 12 июля.

Уимблдону в этом году не везет. Помимо обычных для турнира дождей теперь еще мешает чемпионат мира по футболу. Зрителей на кортах в этом году меньше, чем обычно. Те, что ходят на Уимблдон, требуют, чтобы матчи чемпионата мира транслировали на огромном экране, установлен-

ном на территории клуба. Им в этом отказано. "Мы понимаем, что многие наши гости проявляют большой интерес к другому замечательному виду спорта, но здесь должен доминировать теннис", - заявил шеф клуба Крис Корриндж.

Интерес к матчам первенства мира во Франции проявляют и теннисисты. Между своими матчами они с удовольствием смотрят трансляции с чемпионата. Горан Иванисевич, ярый болельщик сборной Хорватии, утвержда-

ет, что видел все встречи, кроме двух. В свое время теннисист играл в футбол в составе юношеской сборной своего родного города Сплита, но в итоге выбрал теннис.

С не меньшим интересом смотрит футбол Винус Уильямс. Что американка понимает в мало распространенной в США игре, неизвестно, но, говорят, ей нравится.

Полная противоположность Иванисевичу - Пит Сампрас, которого мало интересует иностранный вид спорта. "Футбол повсюду. От него трудно уйти, - говорит Сампрас. - Но я все же с большим удовольствием посмотрел бы матчи регулярного чемпионата НБА".

СОБЫТИЯ

3 ИЮЛЯ

В этот день:

575 лет назад - в 1423 году - родился Людовик XI, французский король (из династии Валуа) с 1461 года, толстый, уродливый, безжалостный, суеверный и мнительный правитель, щедро наделенный государственной мудростью, целеустремленностью и политической изворотливостью, благодаря которым он сумел превратить доставшееся от отца - короля Карла VII - слабое и раздираемое внутренними конфликтами королевство в консолидированное национальное государство с крепкой экономикой.

270 лет назад - в 1728 году - родился Роберт Адам, известный английский архитектор, представитель классицизма, с 1762 по 1768 год королевский архитектор.

115 лет назад - в 1883 году - в Праге в еврейской семье родился Франц Кафка, австрийский немецкоязычный писатель, почти не известный при жизни, а посмертно зачисленный в когорту великих

мастеров мировой литературы XX столетия.

165 лет назад - в 1833 году - умер Жозеф Нисефор Ньепс, французский изобретатель, один из создателей фотографии. В 1826 году Ньепс первым открыл способ закрепления изображения, получаемого в камере-обскуре - "прабабушке" современных фотоаппаратов.

1035 лет назад - в 963 году - происходивший из знатного и могущественного рода крупный византийский полководец и военный теоретик Никифор Фока был провозглашен армией императором Византии.

85 лет назад - в 1913 году - восходящая "звезда" мировой теоретической физики 34-летний швейцарский гражданин Альберт Эйнштейн был избран действительным членом Прусской академии наук в Берлине.

35 лет назад - в 1963 году - газета "Известия" сообщила о предоставлении советского гражданства Киму Филби - сотруднику английской разведки и супершпиону КГБ, в январе 1963 года тайно переправленному советскими агентами из Бейрута в СССР.

ЭКСТРА-ПРЕСС.

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ И АППАРАТУРЫ

1. Ремонт цв. имп. и отеч. ТВ, недорого. Вызов бесплатен, гарантия, куплю имп. ТВ на 3/4.

Тел.: 33-04-07, 56-57-30 (без выходных).

919. Ремонт ТВ, недорого.

Тел. 56-43-54 (с 9.00 до 21.00, без выходных).

ЧАСТНЫЕ РЕКЛАМНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

КУПАТ

15. Б/у золотые, серебряные изделия любой пробы. Расчет сразу.

Тел. 45-30-74 (с 10.00 до 20.00).

ПРОДАДУТ

893. 2-комн. кв. (3/5-эт.). Цена - 8600 у. е.

Тел. 24-75-90 (строго с 17.00 до 20.00).

925. 2-комн. кв. (1/5-эт.) за 5400 у. е.

Тел. 24-75-90 (строго с 17.00 до 20.00).

ОБСЛУЖАТ

143. Видеосъемки. Андрей Бобров.

Тел. 27-60-54.

923. М/а (1 т). Лицензия № 943359 МОО РТИ.

Тел. 54-78-46.

924. Кафель, линолеум со сваркой швов.

Тел. 44-84-00.

931. Металл. двери, перегородки, оружейные сейфы. Недорого.

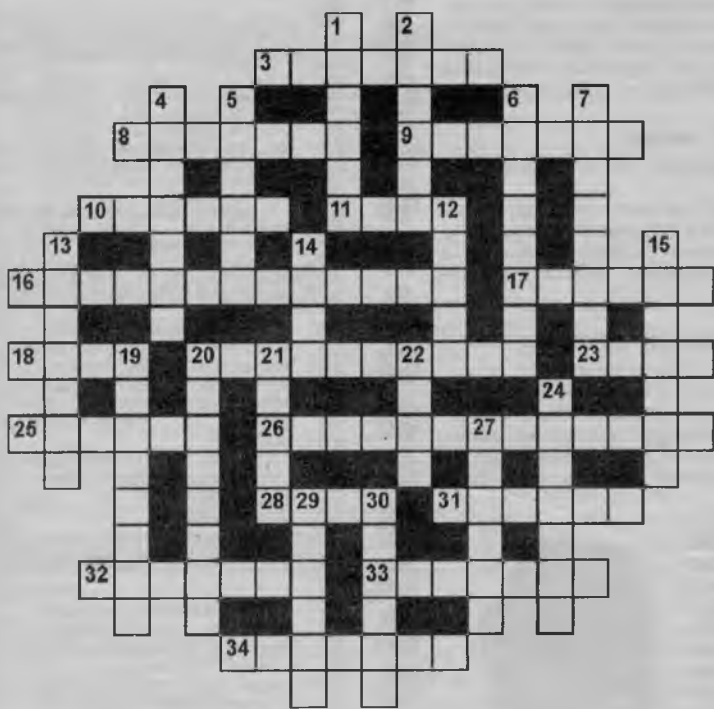
Тел.: 52-52-53 (с 10.00 до 19.00), 50-81-96.

936. Устан. дерев., металл. дверей, рам на лоджии, балконы.

Тел.: 59-18-04, 24-20-19.

938. Ремонт квартир быстро.

Тел.: 50-71-30, 31-97-23.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Английский писатель, драматург (пьеса "Опасный поворот"). 8. Химический элемент, самый легкий газ. 9. Персонаж трилогии А. Н. Толстого "Хождение по мукам". 10. Дерево или кустарник из рода ив, растет главным образом по бе-

регам рек. 11. Пресноводная рыба, одомашненная форма сазана. 16. Гимнастические упражнения на лошади, двигающейся рысью или галопом по кругу. 17. Животное-грызун, водяная крыса с ценным мехом. 18. Тяжелая, плотная, с густым ворсом

шерстяная ткань для пальто из пушистой пряжи. 20. Итальянский мастер смычковых инструментов. 23. Замкнутое яйцевидное очертание чего-нибудь. 25. Государство на западе Африки. 26. Дневная бабочка. 28. Остров в Индийском океане, к западу от острова Суматра. 31. Укрытие для выращивания рассады и овощей. 32. В старину: крытая дорожная повозка. 33. Единица количества теплоты. 34. Курорт в Грузии на реке Кура.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Мост через дорогу, овраг. 2. Неподвижная часть электрической машины. 4. Город в Республике Коми, за Полярным кругом. 5. Творческий и технический процесс в создании кинофильма, следующий, как правило, после

проведения киносъемки. 6. Река на западе Сибири, правый приток реки Кочечум. 7. Краткое изложение содержания пьесы, оперы, балета. 12. Столица европейского государства. 13. Наиболее высокий женский голос. 14. Жилище переносного типа. 15. Комедия А. Н. Островского. 19. Первоначальный образец, прообраз. 20. Жанр древнерусской литературы. 21. Русский живописец, автор картины "Иван Грозный и сын его Иван". 22. Медицинский работник. 24. Доставка багажа без перегрузок через промежуточные пункты. 27. Русский флотоводец, адмирал. 29. Водоскат на реке Вуокса в Финляндии. 30. Часть круга.

Ответы на кроссворд, опубликованный 2 июля

По горизонтали: 7. Толстой. 9. Дубрава. 10. Имандра. 11. Мимас. 13. Бажан. 14. Ратин. 16. Кантата. 17. Еврипид. 18. Россия. 20. Тангенс. 22. Вента. 23. Горка. 25. Кварц. 27. Четверг. 29. Трибуна. 30. Моховик.

По вертикали: 1. Засека. 2. Карета. 3. Коврига. 4. Сочи. 5. Лупа. 6. Гварани. 8. Константиновка. 12. Ставрида. 13. Барвинок. 14. Разлив. 15. Немота. 19. Осокорь. 21. Наречие. 24. Казбич. 26. Ворона. 27. Чуя. 28. Гром.

В 1886 году немец Карл Фридрих Бенц построил первый в мире автомобиль.



САЛОН КРАСОТЫ



Магазин-салон "ОЧКИ СРОЧНО" Лиц. № 218405, вид. Ком. по инд. и актр. мн. и форм. деятельности С. По.

Новый режим работы!
с 10.00 до 20.00 без перерыва,
в воскресенье - с 11.00 до 17.00.

СКИДКИ
на оправу и солнцезащитные очки **20%**

Очки и сопутствующая продукция в наших торговых точках:

- просп. Ленина, 67; - "Универсам" - ост. "Ул. Беринга";
- маг. "Молодежный"; - маг. № 2 "Продукты" - ост. "Фадеев Ручей";
- универсам "Волна"; - салон "Валентина" - просп. Ленина, 83;
- 2 этаж; Адрес: просп. Ленина, 46, (вход со стороны универсама "Мурманск")

БЕСПЛАТНЫЙ прием врача-окулиста:
по вторникам, четвергам - с 16.00 до 18.00,
по субботам - с 11.00 до 18.00,
перерыв: 15.00 - 16.00.

Любые очки на любой вкус!

Тел. 47-36-84.

Физкультурно-оздоровительный центр "ВИТА"

Лиц. № 580708 от 14.10.97 г. № 580909 от 30.12.97 г. вид. БЛАССМС АМО.

- * Без усилий вы сможете подтянуть ослабевшие мышцы живота, груди, ног и всего тела.
- * Если вы занимаетесь спортом или танцами, мы поможем вам растянуть мышцы для шпагата.
- * Без пластических операций подтянуть мышцы лица и шеи.
- * Уникальная методика контурирования тела.
- * Снятие острых болей при радикулитах и остеохондрозах.

Работает "Бронзариум".

Адрес: гостиница "Арктика", офис 927.
Тел. 55-71-95

Компания "МАРС плюс"

приглашает вас посетить новую итальянскую химчистку "МАРСЕЛЛА"

Ул. Старостина, 63.
Тел. 52-77-42.

- Новейшие технологии
- Высокое качество
- Низкие цены

Срок чистки - до 3 суток.
Принимаем заказы от организаций.

Работает МАГАЗИН

Всегда косметика, парфюмерия, бытовая химия.

СУПЕРНИЗКИЕ ЦЕНЫ.

Время работы: с 11.00 до 19.00.

Салон-ателье магазин "Ажур"

Приглашает **ВСЕХ** по новому адресу:
ул. Полярные Зори, д. 44
(2-й этаж, вход со двора),
тел. 54-26-27.

Новое поступление: костюмных тканей производства Чехии.

Продолжается распродажа!

Часы работы ателье:
11.00-19.00 (кроме субб., воскр., перерыв - 15.00-15.30).

Вы собираетесь провести чудесный вечер при свечах, в уютном месте с прекрасной кухней.

Кафе-бар **"ЛЮК"**
- один шаг до уюта.

Адрес: ул. Генерала Журбы, 10а.

РАЗ РОМАШКА, ДВА РОМАШКА...

Ромашка - это растение, которое можно встретить практически в любом уголке мира с умеренным климатом. Но мы относимся к ней особенно трогательно, в нашем сознании этот нежный полевой цветок прочно связан именно с Россией. Правда, любой ботаник скажет вам, что цветочек с длинными белыми лепестками, который романтически настроенные барышни используют для гадания и плетения венков, - это вовсе не ромашка, а нивяник. Звучит абсолютно не романтично, хотя выглядит красиво. А вот в косметике и медицине используется другое растение из того же семейства - ромашка аптечная, или лекарственная.

У изготовителей косметики ромашка популярна, в основном, благодаря содержанию эфирного масла, которое используется в разнообразных препаратах для ухода за кожей, в том числе и за чувствительной. Одним из основных активных компонентов масла ромашки является азулен - вещество, обладающее противовоспалительными и противоаллергическими свойствами. Правда, во многих препаратах натуральный азулен заменен на его синтетический аналог. Поэтому изображение знакомого желто-белого цветка на тюбике с кремом далеко не всегда означает, что в его состав входит натуральный экстракт ромашки.

В домашних условиях вы можете составить целую "ромашковую" программу ухода за собой.

Паровая ванночка с ромашкой

3 чайные ложки сухих соцветий ромашки, 1,5 литра кипятка. Удалите с лица косметику и уберите назад волосы. Насыпьте в тазик сушеную ромашку и залейте ее кипятком. Размешайте и дайте настояться 1-2 минуты. Наклоните лицо над тазиком на расстоянии примерно 30 см и накройтесь полотенцем. Подержите лицо над паром около 10 минут, а затем сполосните его холодной водой. Паровая ванночка очистит поры, смягчит кожу и идеально подготовит ее к дальнейшим процедурам.

Ромашковый лед

1 ст. ложка сухих соцветий ромашки, 1 стакан кипятка. Залейте ромашку кипятком и дайте настояться. Когда отвар остынет, процедите его и разлейте в формочки для льда. Это прекрасное освежающее и тонизирующее кожу средство, особенно в жаркий летний день. Такими кубиками льда можно протирать лицо, шею и грудь.

Горячая маска

2-3 ст. ложки сухих соцветий ромашки, 1 стакан кипятка. Залейте ромашку кипятком и оставьте на 10-15 минут. Теплым настоем пропитайте марлю или тканевую салфетку и наложите ее на лицо. Когда салфетка остынет, еще раз смочите ее и опять положите на лицо. После снятия маски не вытирайте и не споласкивайте лицо водой. Такая горячая маска подходит для любого типа кожи, смягчая и успокаивая ее.

Ромашковый лосьон

2 ст. ложки сухих соцветий ромашки, 125 мл жирного молока. Нагревайте молоко с ромашкой в течение получаса, не доводя до кипения. Дайте настояться в течение 2 часов. Остудите и процедите. Такой лосьон можно хранить в холодильнике около недели. Он прекрасно освежает, увлажняет и успокаивает кожу.

Средство для светлых волос

100 г сухих соцветий ромашки, 1 стакан кипятка. Засыпьте ромашку в кипящую воду и оставьте при легком кипении на 5-10 минут. Дайте настояться около часа и процедите. Равномерно смочите получившимся отваром чистые волосы, а через 30-40 минут промойте водой. Отвар ромашки не только подчеркнет их естественный цвет, но и придаст мягкость и эластичность.

Советуем вам всегда иметь дома небольшой запас сушеной ромашки. Поверьте, она обязательно пригодится вам, особенно если вы дочитаете эту статью до конца и узнаете массу любопытных рецептов. Проще всего купить ромашку в аптеке, но, возможно, вам будет намного приятнее самой заняться ее сбором. Для этого достаточно знать несколько простых правил:

- собирать нужно лишь соцветия ромашки;
- делать это лучше в сухую солнечную погоду;
- не собирать ромашку вдоль дорог и в городе;
- сушить ромашку необходимо в тени, в хорошо проветриваемом помещении или с сушилке при температуре 30-40 градусов.

По материалам журнала "Hair's".



Учредители:
администрация города Мурманска;
трудовой коллектив редакции газеты "Вечерний Мурманск".

Адрес редакции:
183032, г. Мурманск, Кольский проспект, 9.

Телефоны редакции:

- отдел подписки и доставки - 45-45-27;
- приемная - 56-64-88;
- гл. бухгалтер - 56-61-80;
- служба новостей - 56-22-61, 56-61-60;
- отдел "Город и горожане" - 56-47-19;
- отдел культуры и образования - 56-90-26;
- отдел "Человек и общество" - 58-91-10;
- отдел политики и экономики - 56-03-47, 56-61-19;
- отдел журналистских исследований - 56-61-19;
- отдел рекламы и маркетинга - 56-25-64, 56-66-89;
- коммутатор - 56-54-87.

Телефакс: 56-66-89.
E-mail: vecherok@online.ru

Главный редактор
В. В. ШИГАНОВ

Мнение авторов отдельных публикаций не обязательно совпадает с позицией редакции. *За точность приведенных цифр, фактов и прочих сведений, а также за то, чтобы материалы не содержали данных, не подлежащих открытой публикации, несут ответственность авторы. *За достоверность публикуемой рекламы и частных объявлений граждан редакция ответственности не несет.

*Цена в киосках МАРПИ - 8-страничный номер - 1 руб. 20 коп., 12-страничный - 1 руб. 70 коп., 16-страничный - 2 руб. 30 коп., 24-страничный - 3 руб., 32-страничный - 3 руб. 50 коп. При других формах продажи - цена свободная.
*Подписные индексы: 52844 (ежедневная газета), 31496 (субботний номер).

Все материалы, подготовленные журналистами "Вечернего Мурманска", являются интеллектуальной собственностью редакции и охраняются законом. Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Газета набрана и сверстана в компьютерном центре "Вечернего Мурманска", отпечатана с готовых позитивных пленок в типографии Мурманского издательско-полиграфического предприятия "Север" - 183931, г. Мурманск, ул. К. Маркса, 18. Время подписания в печать - 17.00.

Газета зарегистрирована в Региональной инспекции по защите свободы печати и массовой информации (г. Санкт-Петербург), свидетельство № П 0663 от 14 декабря 1993 г.

Тираж: в обычные дни - 10000 экз., по субботам - 17000 экз.
Зак. 3091.