

# КвД Покупателя Лездесу У Б



Здравствуй!

«Клуб Вездесущего Покупателя» рад приветствовать в наступившем году всех своих членов. Ну а пожелать каждому, как и положено, в новом 1999-м хочется счастья, успехов и обязательно ЗДОРОВЬЯ! Без него нынче никуда. И не только потому, что большинство россиян выбивают из трудового ритма обыкновенные насморк и головная боль, но еще и по причине нынешней дороговизны лечения. Банальная простуда, и та способна влететь сегодня в такую «копеечку», что мало не покажется. Судите сами: обыкновенный аспирин, коим привычны мы лечить грипп, ангину и всякого рода ОРЗ, стоит в аптеках от 1 рубля с копейками (если произведен он в родном отечестве) до 35 рублей и больше (если «шпунчий», «быстродействующий» и «made in не наше»). Быстро снимающие, согласно рекламе, симптомы простуды «Колдрекс», «Фервекс» и «Панадол» обойдутся вашей кошелке в сумму от 40 до 70 рублей и выше за упаковку. Дезинфицирующие полость рта, уменьшающие боль в горле и даже убивающие гноеродную инфекцию заморские «Фарингосепт», «Сибедин», «Септолете» и проч. в разных аптеках можно приобрести за 25-70 рублей.

Дешевле — травы, которые пока, слава Богу, завозятся к нам не из-за моря, а собираются на все еще бескрайних просторах России. Поэтому настои душицы, цветков липы, чабреца, ромашки, мяты и других полезных растений можно пить, раскошелившись на собственное здоровье всего от 6 до 25 рублей.

Если, тем не менее, бегом по аптекам в поисках относительно недорогих лекарств огорчит вас настолько, что прихватит сердце, и вы забудете о крепком сне по ночам, пейте валидол (3 р. за упаковку) или настойку валерьяны (4,5 р. за 25 мл или 16,2 р. за 30 г сухого сырья). О ценах на более эффективные сердечные средства лучше говорить не будем, чтобы не увеличивать армию их потребителей.

А лучше всего — не болейте вовсе. Такая роскошь, как болезни, нынче — не для россиян!

## СТО ВОПРОСОВ НАИВНОГО ПОТРЕБИТЕЛЯ

# ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ...



Знаете ли вы о том, что в степной Магнитке насчитывается несколько сот пчеловодов и существует даже их особое общество?

Правда, до недавнего времени дела в нем шли ни шатко ни валко, вплоть до постановки вопроса о закрытии этого добровольного объединения людей, занимающихся очень полезным и нужным делом — разведением пчел. Однако до окончательного развала дело все-таки не дошло. На последней отчетно-выборной конференции было решено работу общества продолжить, а его председателем избрать Валерия Александровича МОЛЧАНОВА. Врач по профессии, он является еще и замом председателя областной ассоциации гирудотерапевтов, а гирудотерапию (лечение пиявками) в сочетании с апитерапией (лечением продуктами пчеловодства) считает наиболее перспективными методами избавления людей от множества недугов в наш век перлона, нейлона, одеколона и сопутствующей им аллергии. Необходимость оздоровления населения дымной Магнитки Валерий Александрович называет делом первоочередной важности. Впрочем, кто из нас в этой необходимости сомневается? И оздоравливаться мы уже давно научились самостоятельно, не всегда, однако, разумно используя издавна почитаемые на Руси народные средства. Например, всем известный пчелиный мед. Ну кто из нас, скажем, точно знает, как отличить на рынке этот полезнейший продукт от его суррогата? Вот и решили мы в разгар зимы поговорить об этом и многом другом с человеком, профессионально занимающимся изучением целебных свойств меда, начав с вопроса, чем прежде всего стоит руководствоваться при его покупке в магазинах и на рынке.

— Натуральный мед, как известно, производится пчелами из нектара — сладкого и ароматного сока растений. Превращение это происходит в результате ряда сложных химических и физических процессов: из нектара в улье выпаривается вода, сахароза расщепляется на глюкозу и фруктозу, образуются ряд других веществ... А затем, уже в сотах, мед вызревает. И покупая мед, обязательно обращайте внимание на его зрелость: хорошо вызревший мед после октября не должен быть жидким. Как говорят в народе, он должен быть «засахарившимся». Причем чем плотнее консистенция, тем выше качество продукта. Если мед незрелый, он через некоторое время забродит и употребить его в пищу будет нельзя.

Жидким после октября мед может оставаться только в банках заводской расфасовки и в том случае, когда для специальных нужд потребителя его подвергают подогреву. Но делается это, замечу, в очень небольших объемах, поскольку мед, разогретый до температуры свыше 50 градусов, теряет свои свойства.

— Но закристаллизовавшийся мед и подделка, наверное, легче, добавив в него сахар. Как в этом случае отличить фальсифицированный мед от настоящего?

— Мед следует обязательно проверить на вкус и на запах. Хотя последний не является наиболее надежной характеристикой — некоторые виды медов имеют очень слабый аромат.

Настоящий мед, попав на язык, должен быть сладким, а после того, как вы его проглотили, вызывать во рту и в глотке легкое жжение. Именно поэтому иногда еще говорят о терпком вкусе настоящего меда (фальсифицированный его не имеет). Для различных сортов, кроме того, характерна своя консистенция: у одних медов она маслянистая, у других салообразная, у третьих мелкозернистая и так далее.

Но чтобы все-таки быть максимально уверенным в качестве приобретаемого вами меда и не нарваться на недобросовестного продавца, лучше покупать его, во-первых, не раньше конца лета, и, во-вторых, непосредственно у пчеловодов, продукция которых вами уже опробована. Ведь известны и случаи отравления медом. На недавнем конгрессе пчеловодов в Сочи приводились примеры того, как люди покупали на рынке мед у цыган и отравлялись им даже со смертельным исходом.

Кстати, у настоящего пчеловода всегда имеются и ветеринарный паспорт пчелы, и членский билет общества пчеловодов, и обязательно результат лабораторного анализа качества его продукции, который он предъявит вам по первому требованию.

— А в каких краях пчелы производят лучший мед?

— Лучшими медами, думаю, можно назвать наш, уральский, а также меда Алтая и Башкирии. Связано это с разнотравьем, характерным для этих мест. Мне доводилось пробовать, скажем, сочинский мед. С уральским его даже сравнить не стоит — наш и по терпкости, и по запаху, и по вкусу великолепен. Если, разумеется, это мед натуральный.

— Лечиться медом от простуды и гриппа для России привычно. Гораздо меньше известно о других его целебных свойствах и сопутствующих продуктах пчеловодства — пыльце, перге, маточном молочке, прополисе, пчелином яде.

— Вы знаете, мне, пчеловоду и врачу-апитерапевту, к сожалению, не раз приходилось наблюдать, как люди, всерьез занимающиеся пчеловодством и рекламирующие покупателям свой мед, сами потихоньку глотают таблетки. Иными словами, мало кто из них действительно хорошо знает, какой из медов полезен в том или ином конкретном случае и как следует им лечиться. Ведь существуют научно выведенные суточные нормы

потребления меда — 120-150 г. Именно такая доза, распределенная в течение дня на несколько приемов, не способна вызвать повышенной чувствительности к этому продукту, которая, хоть и крайне редко, но встречается в практике.

Зато, например, применяемый в строгих дозах при лечении пчелужалением мед снижает аллергическую реакцию больного на пчелиный яд. А вообще, продуктами пчеловодства можно лечить даже аллергию на ветроопыляемые растения, которой страдают нынче многие в период обильного весеннего цветения. В комплексе же с гирудотерапией их применение оказывается особенно эффективным.

— Какие заболевания возможно лечить медом?

— Лучше, наверное, вести речь о лечении не конкретно медом, а вообще продуктами пчеловодства. Их применяют и при заболеваниях нервной и сердечно-сосудистой систем, и при бронхо-легочной, женской и мужской воспалительных патологиях, и в стоматологии, и в онкологии... Конечно, возможны противопоказания — непереносимость к продуктам пчеловодства. Но ею страдает лишь около 2 процентов населения. Кстати, перга (пыльца, обработанная пчелиной слюной) по питательности сравнима с апельсинами и зеленым горошком. Ее называют еще «уникальным санитаром кишечника», с помощью которого возможно лечение кишечных заболеваний.

Если же вернуться к меду, то, скажем, гречишный содержит много калия и железа. Поэтому его хорошо применять при анемиях, заболеваниях сердца. Наружно мед используется как составная часть многих косметических кремов. Мази, содержащие его и другие продукты пчеловодства в своем составе, помогают ускорить регенерацию тканей. Специальные свечи эффективны при лечении простатитов, геморроя, колитов...

Мед обладает и гипотоническим действием. Его применяют при бессонницах и невралгии. Растворенный с вечера в теплой воде (чайная ложка на стакан) и выпитый утром за час до еды, мед обволакивает слизистую желудка и, всасываясь, оказывает целительное действие при язвенной болезни...

— Это действительно незаменимый натуральный медикамент. Но, мне кажется, и им лечиться можно лишь после консультации врача.

— Обязательно. Причем в каждом конкретном случае. Как лечиться медом, готовы советовать все и кто что знает. Но грамотный подход при этом встречается крайне редко. Не стоит применять даже такой чудесный дар природы, как мед, по поводу и без повода — он тоже не панацея при любом заболевании.

Так что, не стесняйтесь обращаться к специалистам. А мой кабинет апитерапии открыт в поликлинике УВД ежедневно для каждого с 9 до 18 часов. Консультации мы проводим бесплатно. Сейчас, пока не началась садоводческая страда, нам хотелось бы оздоровить и металлургов, чья работа сопряжена с большими физическими нагрузками, и вообще всех магнитогорцев, поскольку жить нам приходится не в самых благоприятных экологических условиях. Да и жизнь в России год от года не становится лучше. Пусть уж наше здоровье, чтобы пережить все это, будет крепким...

## ПОНЕМНОГУ О МНОГОМ

### Телевидению запретят вставлять рекламу в виде «бегущих строк»

Назойливая реклама в виде «бегущих строк», похоже, перестанет вскоре досаждать телезрителям. Запрет на использование рекламных наложений во многих телевизионных передачах содержится в поправках к Закону «О рекламе», внесенных Правительством России на рассмотрение Госдумы.

«Бегущие строки» объявлений в первую очередь предлагается убрать из религиозных и детских программ. Также запретят отвлекать подобными наложениями на кадр и внимание любителей кино, поэтому фирмам, желающим разместить свою рекламу во время художественных фильмов, придется выби-

рать для этого какой-нибудь другой способ.

Кроме того, использовать «бегущие строки» не позволят в передачах, посвященных деятельности органов государственной власти. Правда, на этот раз запрет коснется только прямого эфира.

В тех программах, где реклама в виде наложений сохраняется, также будут введены ее существенные ограничения. Например, размер объявления не сможет превышать семи процентов площади кадра.

(«Московский комсомолец»).

### Дорогая моя жизнь

После новогодних праздников, устав на радостях подпрыгивать, цены остановились передохнуть. Но «похудевший» за «красные» январские дни кошелек не дает усомниться в том, что жизнь заметно подорожала. Насколько? Отчасти ответ на этот вопрос дает от-

слеживаемая центром «Нортруд» ОАО «ММК» стоимость потребительской корзины. За год она выросла более чем в полтора раза. Если в январе 1998 года потребительская корзина «тянула» на 1342 рубля 62 копейки, то в январе нынешнем стоимость того же набора товаров и услуг поднялась до 2126 рублей.

В два с лишним раза подорожала за год продуктовая доля потребительской корзины. По данным на 15 января она составляет 839 рублей 50 копеек. Существеннее всего подорожало за год растительное масло — в три раза, почти во столько же — сливочное масло. Более чем в два раза выросла стоимость яиц, сахара, маргарина, мяса и свежемороженой рыбы. Ровно в два раза поднялись в цене курлы, в полтора раза — вареная колбаса. Если сравнить стоимость продуктовой корзины на 15 декабря с ее январской стоимостью, мы увидим на 29% вздорожавшую муку, на 28% — мясо, почти на 67% — свежемороженую рыбу, на 60% — яйца. Другие продукты, составляющие потребительскую корзину, в большинстве своем тоже подскочили в цене, пусть и менее

существенно: курлы — на четверть, вареная колбаса — на 14%, сливочное масло — на 8%.

А что же по области? Где цены менее кусачие? По данным, приведенным в приложении «МК» в Челябинске, в Кыштыме и Миассе жизнь дешевле, чем в любом другом городе Челябинской области. Если стоимость продуктовой потребительской корзины в Челябинске оценивается в 360-370 рублей, то в названных городах она обойдется покупателю в 325-330 рублей. Тут надобно заметить, что разница в стоимости «комбинатовской» корзины с этими приведенными цифрами нас не должна смущать. Просто в основу официальной статистики положены иные, отличающиеся от наших, «нортрудовских», нормы потребления. Пенсионеры могут поведать, сытно ли живешь, тратя на еду 360 рублей в месяц. Центр «Нортруд» пользуется своими расчетами норм потребления, ориентированными на потребности работающего металлурга. Надо отметить, нормы эти более реальные, и продуктами наша корзина богаче. Нам с вами стоимость «официальной корзины»



интересна лишь тем, что помогает отслеживать динамику цен. Так, например, опубликовано, что ежемесячно в Челябинске цены растут на 15-18%, в Кыштыме — на 5-7%. В Магнитогорске с 15 декабря по 15 января цены выросли на 12 с лишним процентов.

С. АРИСТОВА.

Выпуск подготовила В. ЗАСПИЧ.