

Что в жизни важнее самой жизни?

Специалисты бьют тревогу по поводу снижения рождаемости

16-17 января в Магнитогорске состоится Всероссийская научно-практическая конференция «Демографический кризис в России как комплексная проблема. Причины и пути решения».

В ней примут участие ученые государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины Министерства здравоохранения России, Челябинские социологи, преподаватели кафедры психологии развития личности МаГУ, представители общественных объединений Москвы, Нижневартовска... В Магнитогорск придут и специалисты из Омска, Магадана, Самары, Екатеринбурга. Участники конференции будут искать ответ на вопрос: по какому пути должна пойти Россия, чтобы избежать последствий грядущего демографического кризиса?

Накануне конференции руководитель городского общественного объединения «Центр защиты материнства и детства» Елена Журавлева встретилась с экспертом Фонда национальной и международной безопасности Государственной Думы Игорем Гундаровым и задала ему несколько вопросов.

— Сегодня в большинстве российских семей один-два ребенка. Три — это уже редкость. Но, как утверждают демографы, чтобы хоть как-то приостановить демографический кризис в России, каждая семья должна иметь в среднем по 3-4 ребенка. А о приросте населения в ближайшем будущем и вообще речи нет. Вы тоже придерживаетесь того же мнения?

— К сожалению, прогнозы всех демографических центров относительно будущего российской нации пессимистичны. Феномен российской депопуляции связан с большим числом факторов. Низкий уровень жизни, рост бедности, резкое имущественное расслоение, пьянство, наркомания... Но определяющее влияние на демографическую ситуацию оказывает не экономика, не уровень жизни, а социально-психологическое неблагополучие большинства людей.

Российское общество находится в тисках постоянно усиливающегося стресса, вызванного резкой деформацией исторически сложившегося уклада жизни. Ломаются представления о ценностях, веко-

вых традициях, морали и представлении о справедливости. В противовес интересам общества на первое место выходит личное обогащение, собственный материальный достаток.

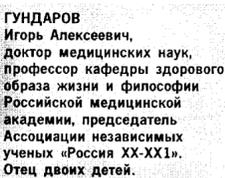
Следствием стресса явилось резкое увеличение опасных для жизни заболеваний. Смертность стала значительно преобладать над рождаемостью. Нравственно-эмоциональные перегрузки оказывают разрушающее влияние на психику, вызывая, с одной стороны, синдром агрессивности, а с другой — синдром безысходности. Пока не устраним порождающие их условия — не добьемся успеха ни в демографии, ни в экономике.

— И все же, Игорь Алексеевич, в сознании наших сограждан преобладает мнение, что главная причина низкой рождаемости кроется прежде всего в низком уровне дохода.

— Действительно, общепринятым является мнение, что всему виной обнищание населения и непомерные финансовые затраты на уход за новорожденными и воспитание детей. Но экономические факторы, при всей их значимости, не играют в этом процессе определяющей роли. Хорошо известно,



ЖУРАВЛЕВА
Елена Константиновна,
руководитель общественного объединения «Центр защиты материнства и детства». Будущий юрист, мать двоих детей.



ГУНДАРОВ
Игорь Алексеевич,
доктор медицинских наук,
профессор кафедры здоровья образа жизни и философии Российской медицинской академии, председатель Ассоциации независимых ученых «Россия XX-XXI». Отец двоих детей.

что в развитых европейских странах существует другая закономерность: чем богаче семья, тем меньше в ней детей. Такая тенденция обнаруживается и в современной России.

Установка на чувственные наслаждения, а не духовные ценности, приоритет индивидуального благополучия перед социальным сопереживанием привели к тому, что ребенок предстает для матери не как несравненная ценность, а как конкурент в обладании благами жизни. И «здоровый» смысл подкашивает: зачем производить на свет конкурента? Устранить эту причину депопуляции чрезвычайно трудно.

Иная ситуация у нас, где низкая рождаемость вызвана качественно другими причинами, имеющими внешнее происхождение.

— И каковы, на ваш взгляд, эти причины?

людей встречаются в ряде регионов у каждой пятой семьи. Из этого следует, что даже если все молододжены вдруг захотят иметь детей, далеко не у всех это получится. Наряду с нарушением репродуктивной способности произошло резкое ухудшение здоровья родителей и потомства, выросла детская смертность. А причина всему не смена критериев, а реакция беременных на стрессовое состояние, в котором они оказались вместе со всем обществом.

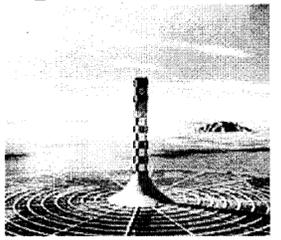
— А не связано ли это еще и с деформацией семейных отношений?

— Действительно, стало невыгодно заводить семью даже без детей. По сравнению с одиночками, потребление продуктов в семье сразу сокращается почти на четверть. А при наличии одного-двух детей питание ухудшается на 40-70 процентов.

Наблюдается угнетение потенции у мужчин. Немаловажную роль играет антисексуальный эффект сексуальной революции, как это ни странно звучит. Психиатрам хорошо известно, что реклама широкого сексуального потребления, рост индустрии интимных развлечений, стремление к сексу ради секса, дегенерализация любовных связей ведут к ослаблению либидо, потенции и оргазма. Пресыщение интимными утехами через экран, привыкание к интригующим частям женского тела через мелькание их на страницах многочисленных газет и журналов снижает для мужчин чувственную привлекательность находящихся рядом жен.

Большую опасность массовых сексуальных дисфункций несет внедрение в школьные программы раннего полового образования. Снятие покровов романтичности отношений между мужчиной и женщиной, извращение любви до уров-

СЕРПАНТИН Башня высотой в километр



АВСТРАЛИЯ. В Австралии построят башню высотой в километр. С 2006 года, когда закончится грандиозное строительство, самое высокое здание в мире будет гигантской солнечной электростанцией. Под горизонтальной поверхностью вокруг башни (радиус - 6 км) воздух будет нагреваться, подниматься внутри полой башни и вращать 12 гигантских турбин, которые будут вырабатывать энергию. Строительством заведет фирма Envision, которой проект обойдется в 800 миллионов долларов. Проект уже получил поддержку австралийского правительства, а журнал Time присвоил ему звание инновационного проекта года. Глава фирмы Роджер Дейви говорит: «Люди говорили мне: «Ты просто мечтатель». Однако теперь можно говорить не о том, будет ли башня построена, а о том, когда это будет сделано». Башня должна обеспечить электричеством 200 тыс. австралийских домов. Солнечная башня, если этот невероятный проект все-таки осуществится, будет самым высоким рукотворным сооружением в мире. Она почти вдвое выше нынешних рекордсменов - телебашен в Торонто (553 м) и Москве (после реконструкции Останкинской башня должна стать выше, но насколько - строители пока не говорят). Высочайшим живым зданием в мире являются «катмаран» (башни - сизамские близнецы) Petronas в Куала-Лумпуре - высота 452 метра.

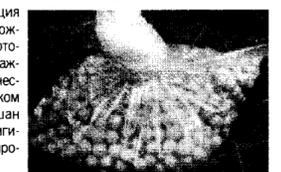
Выведена универсальная формула счастья



ВЕЛИКОБРИТАНИЯ. Два британских исследователя, проведя многочисленные эксперименты, вывели универсальную формулу счастья. Итак, если вы счастливы, если эмоциональное состояние должно соответствовать формуле: P + 5E + 3N. P обозначает личные характеристики человека (взгляд на жизнь, способность к адаптации и жизненную гибкость); E обозначает состояние в конкретный момент времени (здоровье, наличие дружеских связей и финансовую стабильность); N представляет собой так называемый «высший порядок» (чувство собственного достоинства, ожидания от жизни и амбиции).

Физиолог Карол Ротвелл проводила исследовательскую работу в сотрудничестве с Питом Козмом. Ученые, в частности, сообщили, что были проинтервьюированы 1 тыс. человек в возрасте 18 лет и старше. Не стало открытием для исследователей то, что к счастью мужчины и женщины приходят разными путями, универсальное решение здесь нет. Оказалось, что солнечная погода, возможность длительного пребывания рядом с семьей и успешное похуждение кардинально влияют на женское счастье, в то время как любовные интрижки, секс, хобби и спортивные победы любовных команд оказывают самым важным для представителей сильного пола. Выведенная британцами формула стала первым математическим уравнением, позволяющим отобразить в цифровом выражении эмоциональное состояние человека, заявили исследователи. Результаты исследования показали, что некоторые события, например продвижение по службе, могут сделать вас по-настоящему счастливым. Исследования в этой области продолжаются.

Шарики от шума



КАНАДА. Звукоизоляция машин и помещений — сложная техническая задача, которая становится все более важной. Профессор аэрокосмических наук в Технологическом институте Канады Кришан Ахуджа нашел новое оригинальное решение этой проблемы.

Профессор Ахуджа изобрел необычный акустический материал, состоящий из мелких пустотелых пластиковых шариков. Такие шарики приглушают любые шумы, начиная от гудения стиральных машин и кончая ревом турбореактивных двигателей. В отличие от традиционных шумопоглощающих материалов, таких как пенопласты или стекловата, пластиковые шарики диаметром от одного до пяти миллиметров можно насыпать в любые пустоты, например, в пустотелые кирпичные стены, чтобы преградить путь нежелательным звукам. Звуковые волны, попадая в промежутки между плотно насыпанными шариками, заставляют их быстро вибрировать и излучать новые волны, теперь уже повышенной частоты, не воспринимаемой человеческим ухом. Кроме того, часть звуковой энергии переходит в тепло.

Сейчас несколько американских фирм начали экспериментировать с шариками профессора Ахуджи, в частности, с другой их разновидностью — с перфорированными шариками из керамики, способными выдерживать тысячградусные температуры. Такими шариками, возможно, удастся снизить шум от самолетных турбореактивных двигателей, от автомобильных и мотоциклетных движков и даже от электросушилок для волос.

А штраф я песней оплачу!



США. В американском штате Теннесси водители, превышающие скорость, сегодня могут не платить штраф. Взамен этого им предоставляется право компенсировать повинность, спев представителю правоохранительных органов парочку рождественских хоралов - и большинство водителей предпочитают именно такой вариант оплаты.

В городе Колумбия в штате Теннесси уже было задержано 55 водителей, которые превышали на дорогах допустимую скорость. Однако в рождественские праздники полицейские относятся к нарушителям снисходительно, причем делают они это с официального разрешения властей. Им предлагается в качестве штрафа спеть рождественские хоралы, и тогда их отпускают подброд-подзорю. Некоторые водители поначалу стесняются и смущаются, но потом, когда они понимают, что таким образом могут сэкономить немало долларов, начинают задорно петь. Городской судья Том Дюбуа решил последовать трехлетней традиции, которая была введена недавно, но очень пришлась по душе жителям Колумбии. Те нарушители правил дорожного движения, которые соглашались спеть рождественский хорал или пожертвовать пять банок каких-нибудь консервов благотворительному фонду помощи немущим, освобождаются от уплаты штрафа и в дальнейшем к нему не предъявляются никаких претензий. Правда, такая мера «наказаний» действует исключительно на время рождественских каникул, а в остальное время нарушители штрафуются как обычно.

РЕПОРТЕР ИДЕТ ПО ГОРОДУ

Автобус для «среднего класса»

В последние годы начал усиленно формироваться «средний класс» пассажиров общественного транспорта.

Речь не о богатых, к услугам которых легковые такси и личный транспорт, и не о небогатых, мерзущих на остановках в ожидании льготно-бесплатного автобуса. Речь о тех, кому не жалко регулярно платить за коммерческий автобус или маршрутную «Газель» и кто при этом дорожит не только рублями, сколько собственным временем. Ведь на коммерческих маршрутах тарифы у нас в полтора с лишним раза превышает общегородской, а аргументы транспортников известны и постоянны, как снег уральской зимой: все дорожает.

Нет необходимости напоминать, что по цифрам на бензонаполнках мы практически догнали Штаты, а по стоимости запчастей — Европу. Интересно и то, что стоимость проезда в общественном транспорте за последние 30 лет выросла с 5 копеек до пяти рублей, то есть в 100 раз. Семейным недостатком три десятка лет назад считалась сторублевая зарплата инженера. Если умножить эту мизерную по тем

временам сумму на 100, то возникает резонный вопрос: многие ли магнитогорцы зарабатывают ежемесячно десять тысяч рублей? То-то и оно. Выходит, не транспорт дорожает — мы беднеем, и ежедневные несколько лишних рублей на проезд — мелочь по мировым меркам — превращаются в проблему семейного бюджета.

Казалось бы, городские власти должны пылинки сдувать с пассажиров «среднего класса». Ведь их оплата — это те самые наличные, которыми выдают зарплату в ПАТП. И нужно-то немного — гарантировать такому пассажиру за его ежедневно-небольшую рубль возможность уехать быстро и с комфортом.

А что на деле? Нет, с деньгами все в порядке — берут их транспортники аккуратно и с пяти-шести рублей стоимостью за проезд вдвинули уже до восьми. А вот со всем остальным — убы. Коммерческий транспорт в Магнитогорске сегодня, по выражению знакомого коллеги-журналиста, — плод гражданской любви муниципального отца и расхожей в условиях финансовых и правовых ошибок частной мамы. Дитя в полной мере унаследовало мамино разгильдяй-

ство и страх перед административным ремнем отца.

Вслед за железнодорожниками и тружениками электрического транспорта с середины сентября прошлого года в тарифное наступление двинулись автомобилисты. Разумеется, не оставив в стороне и частный транспорт. Дело в том, что в обычном понимании этого слова конкуренцией — когда один поднимает цены, а другие оставляют их на прежнем уровне, переманивая тем самым пассажиров, — в России не пахло и не пахнет. Во-первых, у нас привыкли зарабатывать денежку не за счет привлечения новых пассажиров, а за счет тарифного обдирания уже имеющихся в наличии. А во-вторых, наш «частник» зависит от государственных структур со всем своим автобусом хотя бы за счет системы техосмотров. Некоторые имеют лицензию на право перевозки пассажиров. Так что тяжело сохранять «независимому» перевозчику старые тарифы при новых муниципальных.

Подвижной состав на городских коммерческих маршрутах представляют муниципальные «бусы», частные «Газели», «пазики» и «уазики». Есть на чем

прокатиться, да и подобрать тебя могут на любом перекрестке — достаточно поднять руку, чтобы водитель тебя заметил. Оно и понятно: если пассажир платит по повышенному тарифу, то заставить его передвигаться по городу на своих двоих даже как-то неудобно. К тому же коммерческий транспорт по определению ориентирован на максимальную прибыль: какая разница, где сел человек, лишь бы внес деньги в кассу. Но дело в том, что бедолага-пассажир за свои кровные повышенные рубли зачастую ездит в маршрутных такси и задом наперед, и боком — разве что штабелями его не кладут и на пол не садят. Стоит, например, водителю «Газели» на конечной остановке «до послесиняи», набрав полный салон пассажиров и мчится до «конечной» экспрессом. Народу на промежуточных остановках остается только провонять «маршрутку» печальным взглядом. О каком комфорте речь, когда даже в муниципальном маршрутном автобусе среднему пассажирскому классу иной раз приходится выжидать «по матушке»: платишь по-человечески, а едешь по-скотски. Время дорожит. Ведь иной раз влору благодарить судьбу, что вообще смог с остановки уехать...
Олег КУДРЯВЦЕВ.

36,6° Масштабы скромные

Эпидемия гриппа в Магнитогорске ожидается в конце января. Специалисты прогнозируют довольно скромные ее масштабы. Во-первых, сам вирус, как говорят эпидемиологи, уже «знаком» населению, а потому организм сможет дать инфекции неплохой иммунный ответ. Вторым важнейшим условием благоприятного исхода эпидемии медики считают погоду: вирус гриппа, как известно, любит сырость и тепло, когда температура воздуха не опускается ниже 10-15 градусов. Этой же зимой холода стоят несущущими. Возможно, из-за них вирус гриппа пока не проник в Россию. А единичные случаи заболевания, которые фиксируются ежедневно, собственно гриппом не являются, а лишь протекают по его типу.

Тем не менее медики призывают не надеяться на авось, а принять профилактические меры, самой эффективной из которых считается вакцинация. Правда, делать прививки необходимо как минимум за месяц до предполагаемого начала эпидемии.

В Магнитогорске массовая вакцинация завершилась в декабре минувшего года, бесплатные прививки были сделаны 58 тысячам горожан. В их числе — группы риска: медики, социальные работники, учителя. Бесплатные прививки от гриппа сделаны воспитанникам детских интернатов и жителям дома престарелых. По сравнению с минувшим годом число вакцинированных уменьшилось на треть. Специалисты связывают это с недостатком средств в бюджете города и области. Зато с каждым годом растет число вакцин, закупаемых предприятиями для своих работников. В частности, металлургический комбинат закупил 13 тысяч вакцин, прививки сделаны аппарату городского Собрания депутатов, работникам администрации города. Растет и число жителей города, приобретающих вакцины на собственные средства. Возможно, из-за этого в последние три года в Магнитогорске эпидемия гриппа не носит угрожающего характера, считают специалисты.

Ксения ХАРЛАМОВА.

Как важны комплименты друг другу

Вывод медиков: чем больше человек слышит хороших слов, тем лучше у него здоровье и счастливее судьба

Подобные исследования с растениями в свое время проводили в Австрии, Германии и Франции. Многие цветоводы, далекие от науки, хорошо знают: чтобы зеленые питомцы быстро росли и пышно цвели, с ними надо ласково разговаривать. А если рядом часто сквернословит, в семье регулярно ссорятся и громко скандалят — растения чахнут и умирают.

С человеком происходит то же самое, только это не сразу заметно. Брошенное вскользь резкое слово, бьет, ранит надолго. Обиженные люди начинают себя «накручивать» — следуют собственные плохие мысли и ухудшается здоровье. Более того, жизнь окрашивается в черный цвет, все валится из рук, а значит — меняется и судьба.

С 1994 года в Красноярске проводятся исследования влияния словесной информации на иммунную систему человека. Врачи Центра медицинских технологий при Сибирском отделении Академии наук начинали работать с группы «чернобыльцев», и даже с таким сложным контингентом получили положительные результаты. Потом последовали другие пациенты — с неврозами и хроническим бронхитом, женщины с ранним климаксом, спортсмены.

Раз за разом медики убеждались — обычное слово может и вылечить, и спасти. Гнойные абсцессы, к примеру, с помощью «словотерапии» зарубцовывались куда быстрее, а больные простудой, подвергавшиеся словесной информации, поправлялись на 5 дней раньше, чем те, что глотали таблетки.

— На самом деле, — говорит директор центра Татьяна Коженикова, — то, что мы делаем, — это и есть самая традиционная медицина. Потому что словом лечили сотни лет назад, сейчас об этом просто забыли, а ангиобиотики изобрели только в 1942 году. Наши исследования показали, что добрая лексика не только поднимает настроение, она меняет состав крови — повышается энергетическая емкость, клеточный иммунитет. Кроме того, происходят изменения в структуре ДНК.

Чтобы человек почувствовал себя лучше, необходимо провести от 5 до 15 сеансов психотерапии. Приходят они следующим образом. Группа людей, желательно близкого возраста и одного пола, вводится в расслабленное состояние — нечто похожее можно наблюдать у медитирующих йогов. Затем врачи начинают говорить хорошие слова, причем для каждой задачи существует свой набор. Очень сильно, например, действуют такие слова, как «любовь», «доброта», «спокойствие». Клетка их как бы слышит и начинает вырабатывать защиту. Через 5 и 10 дней, а затем через 1, 3 и 6 месяцев кровь берут на анализы — и снова и снова убеждаются, что состояние людей улучшается.

Конечно, чтобы закрепить успех, пациенту требуется



не сидеть сложа руки, а работать над собой и между сеансами. Гнать из головы дурные мысли, стараться замечать вокруг только хорошее и светлое. И все у вас тогда получится!

Любовь РАК.

Лишний вес сокращает жизнь на семь лет

Избыточный вес является одним из наиболее значимых факторов, влияющих на продолжительность жизни человека. Как пишут «Mednovosti.ru», голландские ученые установили, что для людей среднего возраста лишние килограммы отнимают примерно столько же, сколько курение. В среднем человек, которому в 40 лет ставится диагноз «ожирение», рискует уйти из жизни на семь лет раньше здоровых людей. Еще больше уменьшает жизнь сочетание «ожирение» и курение. Как отметили ученые, которые анализировали данные наблюдения за здоровьем 3500 добровольцев

из американского города Фраминггема, штат Массачусетс с 1948 по 1990 год, курящая женщина, в 40 лет страдающая ожирением, рискует умереть в среднем на 13,3 года раньше. В аналогичном случае мужчина может потерять 6,7 года. Если женщина и мужчина имеют лишние килограммы, но не курят, по сравнению со здоровыми людьми того же возраста ожидаемая продолжительность жизни для них уменьшается в среднем на 7,1 и 5,8 года соответственно. Некурящая, вес которой был повышен, но не определялся как ожирение, рисковала сократить жизнь на три года.