

ВЕРЕСЕНЬ

1 - День знань
13- День фізичної культури і спорту
16 - Міжнародний день охорони озонного шару
21 - Міжнародний день миру. День працівника лісу
23 - 110 років від дня народження Якіма Якимовича Вербіна (1898—1959), українського вченого у галузі агрономії
неділя останнього тижня — День моря

ТИМОШЕНКО ЗБИРАЄТЬСЯ БУДУВАТИ ЯДЕРНИЙ КОМПЛЕКС

Уряд забезпечить потужне фінансування ядерно-енергетичного комплексу, заявила прем'єр-міністр України Юлія Тимошенко, перебуваючи з робочою поїздкою у Кіровоградській області.

Як повідомили УНІАН в управлінні у зв'язках зі ЗМІ Секретаріату Кабінету міністрів, вона сказала: „Для того, щоб ядерно-енергетичний комплекс був побудований до 2015 року, потрібно, безумовно, потужне фінансування”.

Ю.Тимошенко відзначила, що таке фінансування буде проводитися за рахунок прямих видатків з держбюджету та надання державних гарантій.

Прем'єр зауважила, що уряд у змінах до держбюджету на 2008 рік уже заклад 300 млн. грн. на розробку програми ядерно-енергетичного комплексу. За словами Ю.Тимошенко, на наступний рік планується надати на ці потреби державних гарантій на 1 млрд. грн.

Вона наголосила, що кредитування будуть забезпечувати як вітчизняні, так і іноземні банки. „Це можуть бути будь-які банки, що погодяться дати під державні гарантії Україні такі кредити”, — додала Ю. Тимошенко.

СОНЯЧНА ЕЛЕКТРОЕНЕРГІЯ СЬОГОДНІ

Фахівці Массачусетського технологічного інституту придумали нову технологію, що може прискорити розвиток сонячної енергетики.

Як відомо, електрогенератори, які використовують як джерело енергію сонця, здатні працювати тільки у світлий час доби, а вироблена електроенергія вимагає багато витрат на її збереження.

Для вирішення цієї проблеми вчені Массачусетського технологічного інституту створили каталізатор, з допомогою якого можна дуже дешево і швидко розділяти молекулу води на водень і кисень.

Отже, нова схема роботи сонячної електрики виглядає так: у світлий час доби електроенергія йде на виробництво водню, який можна легко зберігати і використовувати потім як паливо в сутінках і вночі.

Експерти кажуть: якщо нову технологію визнають перспективною, то потенційно вона може стати основою для нової енергетичної революції, бо людство зможе одержувати значну частину енергії від Сонця і води.

УКРАЇНА ПРИЄДНАЛАСЯ ДО КОНВЕНЦІЇ ООН

Україна приєдналася до Конвенції ООН про права інвалідів і Факультативного протоколу до неї, повідомляє прес-служба глави держави.



МІЛІЦІЯ ПРИПІНИЛА НЕЗАКОННУ ДІЯЛЬНІСТЬ 193 ПИЛОРАМ

З початку проведення заходів після стихії і відповідного рішення РНБО України припинено діяльність 193 незаконно працюючих пилорам, повідомив УНІАН керівник Центру зв'язків з громадськістю УМВС в Івано-Франківській області Василь ГУЛЬТАЙЧУК.

За його словами, у сфері лісового господарства за матеріалами співробітників державної служби боротьби з економічною злочинністю порушено 4 кримінальні справи, в тому числі 2 — економічної спрямованості. З незаконного обігу вилучено майже сорок кубометрів деревини. Зокрема, в одному з гірських районів області до кримінальної відповідальності притягується лісничий,

який, зловживаючи своїм службовим становищем в інтересах третіх осіб, без будь-якої потреби здійснив відвід та рубку лісу, чим завдав державним інтересам збитків на суму понад 50 тисяч гривень.

Затримання автомобіля на дорозі у Долинському районі, на якому перевозилася лісопродукція, стало підставою для порушення кримінальної справи стосовно менеджера приватного підприємства. Як з'ясовано, останній дав вказівку завантажити автомобіль деревиною і перевезти в інше місце, не маючи на те ані дозволу, ані відповідних супровідних документів.

ЄВРОПЕЙСЬКІ ХИЖІ ПТАХИ ЗЛІТАЮТЬСЯ ДЛЯ ЗИМІВЛІ В ЧОРНОБИЛЬСЬКУ ЗОНУ



Орлани і беркути зі Скандинавії, Фінляндії, Швейцарії обирають чорнобильську зону відчу-

ження на території Білорусі для зимівлі через велику кількість їжі, повідомив науковий співробітник лабораторії орнітології Науково-практичного центру з біоресурсів Національної академії наук Білорусі Павло Пінчук.

„Деякі види хижих птахів — орлани, беркути — вподобали 30-ти кілометро-

ву чорнобильську зону на території Білорусі для зимівлі” — повідомляє Пінчук.

„Цих хижих птахів приваблює велика кількість їжі на цій території”, — розповів він. „Учені вважають, що орлани й беркути вже визначили для себе маршрути міграції, яких вони дотримуються щороку”, — сказав науковий співробітник.

Нагадаємо, у 1986 році після аварії на Чорнобильській АЕС, розташованій у СРСР в Україні недалеко від білоруської області Білорусі із зони відчуження було евакуйоване місцеве населення.

Землі на цій території були виведені з господарського користування.

Екологічна газета України.
Виходить з 1989 року.
Засновники газети: УЕА
“Зелений світ” та колектив редакції.

Передплатний індекс
Свідоцтво про реєстрацію
№ 630 серія КВ
від 10.05.1994 р.

Ідентифікаційний код
№
Адреса: Контрактова площа,
4, Київ-70,
тел./факс: 417 43 83
E-mail: zelsvit@p5com.com

Шеф-редактор
Юрій Самоїленко
Головний редактор
Віктор Ткаченко

Думки, висловлені авторами матеріалів, можуть не збігатися з позицією редакції.

Рукописи не рецензуються і не повертаються. Листування з читачами лише на сторінках газети.

Надруковано УЕА “Зелений світ”

Тираж 999 прим.

В газеті використовуються матеріали з інтернет-видань: Кореспондент.net; Майдан-ІНФОРМ; УНІАН; Утро.ru; «Обозреватель».

УЕА “Зелений світ” створена в 1988 році як реакція суспільства на жадливий екологічний стан в Україні, спричинений Чорнобильською катастрофою 1986 року. Асоціація є членом Міжнародної федерації “Друзі Землі”.

Голова УЕА “Зелений світ”
Юрій Іванович Самоїленко.

Газета “Зелений Світ” була, на час створення, одним з найперших неформальних антирежимних видань, в якому відкривалася правда про стан здоров’я нації та екологічні негаразди в країні. Газета стала рупором демократії. В епоху тотального замовчування та брехні на наших шпальтах відкривалися жадні картини радянської дійсності.

Склад редколегії:

Гончаренко Г.А.
Лисиченко Г.В.
Хазан П.В.



У ПРИТУЛКУ ВБИВАЮТЬ БЕЗДОМНИХ СОБАК?

У тісних вольєрах собаки туляться один до одного, щоб зігрітися. Захисники тварин стверджують, що в притулку для тварин у Бородянці, поблизу Києва, пустили на кісткове борошно близько двох тисяч собак, повідомляє газета 15 хвилин.

Президент міжнародної організації SOS Тамара Тарнавська пред’явила журналістам акт про знищення та переробку 1777 собак на м’ясокістне борошно. Винуватцями скоєного Тарнавська назвала працівників державного притулку для тварин у Бородянці та пообіцяла подати на них до суду. Щоб продемонструвати муки ще живих собак, SOSівці організували рейд у Бородянку.

Зайти на територію КП Притулок для тварин виявилось не так просто. Охоронець не впускав нікого за височенну огорожу через дивні причини: то санітарний день, то не дозволено, то начальство поїхало. Правда, після прямого дзвінка Ірени Кільчицької до захисників тварин швидко вийшла заступник директора Ганна Гореніна. Вона переконувала, що «собак тут вже не вбивають».

«Я не хочу сказати, що у нас тут курорт. Але тут тварин і лікують, і оперують», — заявила Гореніна. З іншого боку заступник директора плуталася навіть з кількістю собак, які тут утримуються, називала спочатку цифру 320, потім — 210.

Головна захисниця тварин по-своєму витлумачила забудькуватість керівництва. За її словами, чотирилапих друзів тут не лише мордують, а й підпільно знищують, тому їй не повідомляють точних даних. «10 років це місце є концтабором для бездомних тварин. Є й документи, у яких чорним по білому написано, що тільки у 2007 році тут було вбито та передано на утилізацію 1777 собак», — скаржиться Тарнавська.

Тарас Смурний, директор скандального КП, який також вийшов до журналістів, назвав акт передачі мертвих душ зі своїм підписом несправжнім. «Ми дійсно застосуємо до невиліковних собак евтаназію, але інших після відлову стерилізуємо і під наглядом волонтерів випускаємо назад», — сказав він.

Від такого догляду місцевим шарикам та бобикам не легше. У тісних вольєрах собаки туляться один до одного, щоб зігрітися. Адже липка від багаторічного бруду підлога з бетону та заліза не дуже сприяє іншому дозвіллю. У гнилих дерев’яних коритах кисне бура юшка, що називається кормом.

Водночас на утримання притулку київський бюджет щорічно виділяє приблизно 10 млн грн., не виключено, що переважна

частина грошей йде на зарплати п’ятьом десяткам людей, які працюють у київському офісі притулку. У самій Бородянці 15 хвилин нарахувала лише п’ятьох працівників разом з керівництвом. Побачити хоча б одного кінолога або ветеринара нам так і не вдалося.

До речі, подивитися на тварин приїхала й Міс Україна 2008 Ірина Журавська. «Я шокована побаченням, і обов’язково постараюся виправити ситуацію», — пообіцяла вона. До боротьби красуня залучить свого впливового дядька — заступника мера Києва Віталія Журавського. Оскільки Журавський відповідає за столичну освіту, то незабаром у школах будуть проводити спецуроки, а в актових залах показувати фільми про гуманну поведінку з братами нашими меншими. Окрім того, влада пообіцяла змінити керівництво бородянського притулку та провести 8 жовтня конкурс на заміщення посади директора.

НАНОТЕХНОЛОГІЇ В УКРАЇНІ

Українська компанія АМАКО створила новий спосіб обробки насіння з використанням сучасних нанотехнологій.

За словами керівника Департаменту агротехнологій компанії АМАКО Олександра Бовсуновського, новий засіб для обробки насіння допоможе зменшити кількість активно діючої речовини, як за обробки насіння, так і за інших агротехнологічних процесів.

«Це значить, що, по-перше, сама процедура обробки буде займати набагато менше часу й стане дешевшою, а по-друге, вона забезпечить більш стабільний врожай для виробника й якіснішу сільськогосподарську продукцію для споживача», — додав Бовсуновський.

Відомо, що новий засіб є ефективним для обробки насіння буряка, огірків, гарбуза, соняшника, кукурудзи, пшениці, ячменю й інших культур, а також для багатьох лікарських рослин.

Найближчим часом українська компанія АМАКО, що має представництва в Україні з 1992 року і є частиною великої міжнародної мережі компаній, планує запатентувати свою розробку.

Початок на ст. 1

УКРАЇНА ПРИЄДНАЛАСЯ ДО КОНВЕНЦІЇ ООН

13 грудня 2006 року Генеральна асамблея ООН консенсусом схвалила Конвенцію про права інвалідів.

Конвенція є першим всеосяжним міжнародно-правовим документом, направленим на захист прав осіб з різними видами стійких фізичних, психічних, розумових або сенсорних порушень. Вона містить 50 статей, спрямованих на захист і заохочення прав інвалідів, ліквідацію дискримінації щодо них, забезпечення їх права на роботу, медичне обслуговування, освіту і повну участь у житті суспільства, а також доступ до правосуддя, особисту недоторканність, свободу від експлуатації і зловживань, свободу пересування.

Згідно з Конвенцією, держави повинні прийняти і виконувати закони та інші заходи, спрямовані на поліпшення правового захисту інвалідів.



28 серпня цього року голова УЕА "Зелений світ" Ю. Самойленко звернувся до Генеральної прокуратури України щодо знищення вікових дерев у Пущі-Водиці, яка є рекреаційною зоною столиці України. До листа додавалися фотоілюстрації рубок реліктового київського лісу. Паралельно пішов аналогічний лист до Президента України.

Відповіді довго не очікували. Прокуратура міста Києва 11 вересня відрепортувала, що у курортній зоні

ОБЕРЕЖНО! ВЕДУТЬСЯ САНІТАРНІ РУБКИ!

столиці просто відбувалися законні, узгоджені усіма природоохоронними службами санітарні рубки. Роботи проводилися на підставі лісорубного квитка, отож, комар носа на підточить.

Ми марно сподівалися, що додані фотоілюстрації розкриють очі прокурорам на зрізані здорові вікові дерева, від яких "санітарно вичистили" чималеньку земельну ділянку, яка, вочевидь, і стала причиною "санітарної" турботи Святошинського лісопаркового господарства.

Готується черговий лист до Генпрокуратури з



проханням пояснити причину санітарних рубок усіх поголовно дерев у межах однієї земельної ділянки.

Власкор



СОВКОВІ ХІМІКАТИ НА ВОЛИНІ

На Волині ліквідують 318 тон отрутохімікатів з басейну Західного Бугу, що накопичені тут з часів Радянського Союзу. Утилізація пестицидів, обстеження ґрунтів та води біля складів, де вони зберігалися, фітотерапія навколо приміщень передбачені проектом Програми "Добросусідство: Польща-Білорусь-Україна INTERREG IIIA/TACIS СВС" "Покращання навколишнього природного середовища в басейні річки Західний Буг" на 2008-2009 роки. Загальна вартість цього важливого для регіону проекту становить 940 тисяч євро. Днями на рахунок офісу Проекту надійшов перший внесок фінансування з Європейського Союзу — майже 350 тисяч євро.

Крім того, у цьому році з обласного бюджету на знищення отрутохімікатів в межах виконання заходів проекту виділено 370 тис. грн. (за курсом Європейського банку 49 тис. євро). Відповідно до Закону України "Про закупівлю товарів, робіт і послуг" за результатами проведених відкритих торгів виконавцем робіт визначено ТОВ "Елга" Шосткинського району Сумської області. З переможцем торгів укладено договір на утилізацію 124 тонн отрутохімікатів з Володимир-Волинського, Любомльського та частково Турійського районів, загальною вартістю 1 млн 762 тис. грн.

На території Волинської області в басейні водозабору річки Західний Буг розміщено 8 складів із забороненими і непридатними до використання отрутохімікатами, накопиченими з часів Радянсько-

го Союзу в кількості 318 тонн. На сьогодні вони є джерелом забруднення території водозабору і відповідно вод річки. Це підтверджено попереднім обстеженням спеціалізованих організацій. У випадку виникнення критичних природних чи техногенних ситуацій (повінь, селі, пожежі) зростає ризик виникнення екологічної катастрофи.

Реалізація проекту призведе до покращання екології транскордонних територій, сприятиме розвитку зеленого туризму, риболовства та дозволить розширити транскордонну інфраструктуру системи охорони навколишнього середовища. Крім практичної роботи з очищення території проектом Програми "Добросусідство: Польща-Білорусь-Україна INTERREG IIIA/TACIS СВС" "Покращання навколишнього природного середовища в басейні річки Західний Буг" на 2008-2009 роки передбачено проведення україно-польських конференцій, семінарів та робочих зустрічей з питань екології в транскордонному регіоні на території Польщі та України.



ПАЛАВ ЯЛТИНСЬКИЙ ЗАПОВІДНИК

28 гектарів лісової підстилки, чагарників та дерев на території Ялтинського гірсько-лісового заповідника знищено вогнем внаслідок пожежі цієї ночі. Повідомлення про пожежу, що виникла 31 серпня на території заповідника, було прийнято о 00.15. Горіла лісова підстилка у 33 кварталі Оползневського лісництва. Сильний поривчастий вітер сприяв швидкому поширенню вогню на

значну територію. Під загрозою загорання опинилися об'єкти санаторно-курортного комплексу, житлові будинки та знаменитий Сімеїзський аквапарк.

Пожежникам вдалося швидко зосередити особовий склад та техніку на вирішальному напрямі і не допустити поширення вогню на будівлі, аквапарк та курортні установи, ніхто із жителів селища та відпочиваючих не постраждав. Рано вранці гасіння лісової пожежі розпочав вертоліт МНС Мі-8. Він дуже допоміг у боротьбі з вогнем у місцях, куди через крутість схилів не змогли піднятися пожежна техніка та особовий склад. Усього на гасінні лісової пожежі було задіяно понад 20 одиниць техніки та понад 120 осіб. Попередня причина пожежі — необережне поводження з вогнем.

ДАЛИ ПО ШАПЦІ?

Завдяки прокуратурі області, на Дніпропетровщині відшкодовано у сфері охорони атмосферного повітря понад 3 млн грн. Зокрема, прокурором м. Кривий Ріг кримінальну справу порушено відносно посадових осіб ВАТ "АрселорМіттал Кривий Ріг". На цьому підприємстві виявлені наднормативні викиди забруднюючих речовин в атмосферне повітря, оскільки у січні-липі тут не виконали реконструкцію системи газоочищення із введенням в експлуатацію нового джерела. До господарського суду прокурор Кривого Рогу пред'явив позови про відшкодування акціонерним товариством "АрселорМіттал Кривий Ріг" збитків на загальну суму 557 тис. грн. Загалом, за результатами перевірок, проведених у сфері охорони атмосферного повітря органами прокуратури за сім місяців в області порушено шість кримінальних справ. З метою усунення порушень законодавства керівникам підприємств внесено 108 приписів та подань, 92 особи притягнуті до різних видів відповідальності. За пред'явленими позовами відшкодовано 3 млн. 173 тис. грн. коштів.

Забруднення атмосферного повітря для Дніпропетровської області є найбільшою екологічною проблемою, оскільки в регіоні розміщено понад 700 металургійних, коксохімічних та інших підприємств, які щороку викидають в атмосферне повітря понад 1 млн. тон шкідливих речовин.



ЗАГАДКИ ЧОРНОЇ ВДОВИ

Вчені Жаклін Зевенберген і Тодд Блекледж з університету Акрона (США) під час дослідження установили, що павуки своєю чорною вдовою змінюють структуру павутини в залежності від наявності їжі — за її відсутності чорні вдови плетуть більш небезпечні пуги.

Для наукового експерименту дослідники відібрали кількох павуків однакового розміру. Половину з них вони впродовж тижня регулярно годували, а другу половину ні. А потім порівняли павутину, яку чорні вдови сплели за цей час.

Виявилось, що павуки, які були голодними, сплели павутину у вигляді пологих. За словами фахівців, така форма не тільки краще передає вібрації жертви, яка спіймалася, але і є більш зручною для швидкого пересування павука. Крім того, павутина голодних павуків мала спеціально натягнуті стрічки з липких ниток, прикріплені до землі.

Ситі ж чорні вдови плели павутину зі спіральним візерунком з неліпкої павутини без клейких стрічок. За словами Тодда Блекледжа, такий варіант павутини більш підходить для захисту від хижаків, а не для того, щоб запасатися їжею.

Варто зазначити, що подібні зміни формування павутини в залежності від ситуації з їжею характерні тільки для чорних вдів, які є отруйними павуками, і живуть у Північній Америці. Жіночі особини крупніше чоловічих і досягають 37 міліметрів завдовжки. Чорна вдова — найбільш отруйний павук на нашій планеті — його отрута в 15 разів токсичніша отрути гримучої змії.

БОБРИ ЕВОЛЮЦІОНУВАЛИ ЯК БУДІВЕЛЬНИКИ

Канадський палеобіолог Наталія Рібчинська, дослідивши доісторичних бобрів, які жили близько 5 мільйонів років тому, прийшла до висновку, що вони були не такими майстерними гризунами і будівельниками, як сучасні бобри.

Робота Рібчинської опублікована в журналі *Paleobiology*.

Оскільки бобри активно впливають на формування екосистем, Рібчинська спробувала з'ясувати яку дію доісторичні бобри з сімейства *Dipoides* мали на природний ландшафт.

Для досліджень вона взяла рештки стародавніх тварин, а також погризені ними гілки і стовбури дерев, які чудово збереглися, пролежавши кілька мільйонів років у торф'яному болоті на крайній півночі Канади.

Одночасно Рібчинська провела низку спостережень за сучасними бобрами в одному із зоопарків. Дослідник ретельно виміряла і порівняла сліди від зу-

бів, залишені сучасними і доісторичні бобрами на деревині.

Удалося встановити, що *Dipoides* були менші за сучасних бобрів приблизно на одну третину, були повільніші і не дуже добре уміли гризти дерева. В зв'язку з цим їм було досить важко будувати греблі або хатини.

Це припущення частково підтверджує той факт, що в торф'яному болоті, де були знайдені викопні рештки *Dipoides* не було виявлено жодних слідів подібного будівництва. Дослідник прийшла висновку, що доісторичні бобри зимували не в хатинах, а в невеликих норах. Наталія Рібчинська вважає, що саме недостатнє вміння гризти дерева стало причиною їх вимирання.

ДИКИМ СОБАКАМ АФРИКИ ЗАГРОЖУЄ ЗНИКНЕННЯ

В Африці дикі собаки — на першому місці серед великих тварин, яким загрожує повне зникнення.

Щороку чисельність диких собак неухильно скорочується на 10%. Приміром, у Намібії живе 4-5% усієї популяції диких собак в Африці — близько 200-250 дорослих особин. А всього в Африці залишилося не більше 3-5 тисяч диких собак.

Учені кажуть, що цій дивній тварині залишається все менше місця на планеті. Заповідні землі на заході Намібії — споконвічне місце перебування диких собак — усе частіше використовують під пасовиська. А зустрічі людини й тварини закінчуються для останніх погано.

Дикий або гіеновидний собака — це хижий ссавець родини собачих. Ця тварина завдовжки близько 1 м, її хвіст сягає 40 см, а заввишки вона до 78 см. Важити дикий собака може від 18 до 36 кг.



ВОРОНИ ЗДАТНІ МИСЛИТИ

Новозеландські вчені виявили у ворон здатності до логічного мислення, чого раніше не вдавалося помітити в жодної тварини.

Науковий експеримент вчені провели з новокаледонськими воронами (*Corvus moneduloides*). Спочатку науковці брали горизонтальну плексигласову прозору трубку з відкритими кінцями та двома отворами в нижній частині. При цьому один з отворів закривався, до іншого приєднувалася свого роду пастка, а між отворами вчені розташовували їжу.

Що характерно, труба була такого радіуса, що ворона не могла дотягтися до їжі. Однак біля труби вчені клали певний предмет, котрий ворони могли використовувати для пересування їжі.

За слованидослідників, деякі ворони здогадалися, що їжу потрібно штовхати до того краю труби, де немає пастки. І це при тому, що зовнішній вигляд апарату змінювався кілька разів, аби відкинути можливість того, що птахи роб-

лять правильні висновки, відштовхуючись від помилкових передумов.

Після першого досліду вчені провели й другу серію випробувань: перед воронами стояв стіл з двома лунками, в яких знаходилась їжа. Але в одній з них перед їжею був великий квадратний отвір і для того, щоб добути їжу, птахи повинні були вибирати лунку без отвору.

Обидві серії випробувань ворони пройшли успішно. А ось подібні експерименти на людиноподібних приматах показали, що перше випробування не становить для них проблеми, в той час як друге вони не пройшли. Вчені заявляють, що це вказує на наявність у ворон зародження логічного мислення.

ПОКИНУТИХ ДИТИНЧАТ УСИНОВИЛА КІШКА

В Амстердамі в зоопарку Артис звичайна кішка стала матір'ю для народжених 30 червня й полишених матір'ю дитинчат червоної панди, повідомляє BBC News.

Працівники зоопарку повідомляють, що 30 червня цього року червона панда на прізвисько Гледіс народила двох панденят. Однак відразу після народження мати відмовилася від немовлят, тому довелося поселити їх в інкубатор.

На той час в одного з працівників зоопарку окотилася кішка, тож фахівці вирішили підкласти їй новонароджених панденят. Спроба виявилася успішною: кішка прийняла їх як своїх.

Але через тиждень після народження одне з дитинчат померло, друге натомість почуває себе чудово.

Відомо, що червоні панди, які є далекими родичами звичайних панд, перебувають на межі вимирання через інтенсивне полювання та знищення їхнього ареалу людяно.

Насьогодні близько 300 червоних панд утримуються в 85 зоопарках світу, а ще стільки ж народилося в неволі за останні два десятиліття.

ТВАРИНИ ОБМІНЮЮТЬСЯ ФЕРОМОНАМИ СТРАХУ

Швейцарські вчені опублікували наукову статтю, згідно з якою ссавці здатні відчувати хімічні сигнали тривоги, які подають їхні побратими у випадку небезпеки.

За словами вченого Жюльєна Брехбуля, детектором феромонів є так звані ганглії Грюнберга — невеликі щільне скупчення круглих клітин, розташованих недалеко від кінчика носа. Їх відкрили ще в 1973 році, проте про функції дізналися лише зараз.

Учені вирішили провести експеримент на мишах, щоб визначити призначення цих клітин. У дослідженні брали участь дві групи лабораторних мишей — нормальні й без грюнбергієвських клітин.

Виявилось, що тоді, коли поруч перебувала перелякана миша, тварини з першої групи різко змінювали свою поведінку, припиняли гуляти по клітці й ховалися в куток. А от миші, позбавлені ганглії Грюнберга, ніяк не змінювалися, оскільки, судячи з усього, не одержали хімічного сигналу тривоги.

Фахівці зазначають, що такі феромони мають не тільки тварини, але й багато видів рослин.

2008 РІК МАЄ СТАТИ НАЙХОЛОДНІШИМ

Метеорологи Великобританії, на основі температурних показників планети, з'ясували, що 2008 рік має стати найхолоднішим за останні вісім років.

Фахівці зазначають, що середня світова температура на планеті за неповні 8 місяців 2008 року на 0,1 градуса нижча всіх попередніх негативних рекордів.

Експерти вважають, що причиною є стрімке збільшення зони океанічного ефекту Ла-Нінья, у результаті якого метеорологи фіксують циклічні охолодження досить великої частини Тихого океану вздовж лінії екватора.

Однак дослідники підкреслюють, що, незважаючи на те, що 2008 рік буде найхолоднішим за останні роки, він одночасно є десятим найтеплішим роком з 1850 року. І температура на планеті продовжує рости.

Раніше європейські вчені з'ясували, що температурний ріст у 2008 році стимулює ще одні природні цикли — Атлантичні багатогодачні коливання, які гальмуватимуть ріст температури не тільки в 2008 році, але й у наступні 10 років. Однак потім температурні показники знову поповзуть догори.



ВІЯВИЛЕНО В АНТАРКТИЦІ ЗАХИСНИЙ ПОЯС

Група кліматологів виявила, що Антарктика захищена від забруднення повітря спеціальним атмосферним бар'єром.

Кліматологам і раніше було відомо, що повітряні потоки південної та північної півкулі практично не змішуються, бо вони розділені тропічною зоною запобігання, що оточує Землю в районі екватора.

Однак нове дослідження показало, що Антарктика має ще один захисний пояс 50 км завширшки, що розташований південніше зони запобігання. Вчені також помітили, що повітря південніше бар'єра містить у чотири рази менше продуктів горіння, ніж повітря північніше.

Науковці вважають, що причиною появи подібного бар'єра може бути вертикальний рух повітряних мас, викликаний теплими водами західної частини Тихого океану.

ЗА ДВІ ТИСЯЧІ РОКІВ ПЛАНЕТУ ЧЕКАЄ ГЛОБАЛЬНА КАТАСТРОФА

Академічний радник Інституту земного магнетизму, іоносфери й поширення радіохвиль РАН Юрій Зайцев заявив про

те, що нашу планету чекає глобальна катастрофа, і відбудеться вона приблизно через дві тисячі років.

За словами фахівця, катастрофа, викликана змінами магнітного поля Землі, може відбутися раніше, ніж вважалося.

“Магнітні полюси Землі поступово дрейфують до екватора. Напруженість поля повільно, але неухильно знижується. Вважалося, що приблизно через дві тисячі років вона впаде до нуля, тобто настане на певний час безмагнітна епоха, яка буде сприйнята живими організмами як катастрофа”, — заявив Зайцев.

Але за його словами, жити на Землі стане неможливо ще до епохи повного зникнення магнітного поля. Причиною тому будуть сонячні спалахи, що супроводжуються сильними потоками заряджених часток, які згодом знищать антирадіаційний захист планети.

Зміна магнітного поля планети призведе, у першу чергу, до збоїв у роботі мобільних телефонів, супутників й енергозалежних систем. А радіація буде впливати на геном живих організмів, у результаті чого на Землі зросте кількість мутацій.

Необхідно зазначити, що захисту від даної загрози людство ще не винайшло. “Поки всі проекти — на рівні фантастики. Залишається тільки сподіватися, що безмагнітна епоха настане, все-таки, не дуже скоро”, — підсумував Зайцев.

НА ПЛАНЕТІ ГИНУТЬ ПТАХИ

22 вересня альянс організацій із захисту природи BirdLife International доповів про становище птахів у світі. Виявилось, що за останні півстоліття на планеті значно зменшилися популяції найпоширеніших видів птахів.

Відповідно до доповіді, чисельність 56 з 124 розповсюджених у країнах Європи видів птахів значно скоротилася в 20 країнах за 26 років. Особливо серйозна ситуація спостерігається з виринською курілкою, чисельність якої за останні десятиліття впала на 82%, з вечірніми американськими дубоносами, чисельність яких скоротилася на 78%, і коричневоголовими синицями — на 73%.

У Великобританії також спостерігається значне зниження чисельності зозуль і солов'їв, а також частково в континентальній Європі скоротилася популяція звичайних горлиць і просянок.

Що стосується Азії, то тут занепокоєння експертів викликають грифи, а на Близькому Сході — сови.

ГЛОБАЛЬНЕ ПОТЕПЛІННЯ ДОПОМОЖЕ ВРЯТУВАТИ АКУЛ-НЯНЬОК

Австралійські акули-няньки або, як їх ще називають, сірі акули зможуть відновити свою популяцію завдяки глобальному потеплінню, вважають австралійські учені.

Акули-няньки перебувають під загрозою зникнення, а підвищення температури води, на думку професора університету Аделаїди Корі Бредшоу, дасть змогу акулам об'єднатися, що в

результаті призведе до зростання їхньої кількості їх.

Біля берегів Австралії мешкають дві популяції акул-няньок — біля східного і західного узбережжя. Це дві частини популяції, які розділилися понад 100 тисяч років тому. І тепер холодні води біля берегів австралійських штатів Південна Австралія і Вікторія перешкоджають їхній міграції.

“Ми вже спостерігали за потеплінням на південному сході, швидше за все, в найближчі 50-70 років слід очікувати подальшого потепління води, тому ці дві популяції зможуть вдало пройти через води південного узбережжя і об'єднатися”, — заявив Бредшоу.

Довжина тіла сірих акул становить від 2,5 до чотирьох метрів, а вага — від 150 до 170 кілограмів. Забарвлення однотонне, жовтувато-коричневе. Сірі акули вважаються повільними і малоактивними, харчуються в основному воєсьминогами, крабами, креветками, дрібною рибою. Для людини акула-нянька, як правило, не становить загрози.

УРАГАНИ СИЛЬНІШАЮТЬ

Вчені з Університету штату Флорида одержали нові результати досліджень, які підтверджують, що в посиленні ураганів винне глобальне потепління.

Кліматологи проаналізували дані про швидкість вітрів у циклонах і встановили, що з 1981 року середня потужність ураганів значно зросла, що спровокувало збільшення кількості штормів, пориви вітру в які можуть досягати швидкості 210 кілометрів на годину (категорія чотири і п'ять).

Фахівці вважають, що така ситуація виникла через підвищення температури океанічної води, що у свою чергу залежить від підвищення температури на планеті.

Як показують розрахунки кліматологів, збільшення температури усього на один градус за Цельсієм викликає збільшення частоти виникнення ураганів категорії чотири і п'ять на 31%. Це означає, що щорічно над Атлантикою будуть формуватися 17 небезпечних штормів замість 13.

При цьому комп'ютерне моделювання показує, що до 2100 року температура на планеті збільшиться ще на два градуси.

Нагадаємо, що нещодавно у південних штатах США вирував ураган Густав, який має четверту категорію небезпеки. Він досяг атлантичного узбережжя США 1 вересня, а раніше пройшов територію держав Карибського басейну — Республіки Гаїті, Домініканської Республіки, Ямайки і Куби — і забрав життя близько 100 людей. У США, за останніми даними, через ураган Густав загинули вісім чоловік.

Крім того, зараз південному сходу США загрожує шторм Ханна, що може перерости в ураган Аїк четвертого ступеня небезпеки, що рухається на захід, однак метеорологи наразі не можуть точно розрахувати траєкторію його руху і сказати з повною впевненістю, чи загрожує він узбережжю США і нафтовим родовищам у Мексиканській затоці.



В УКРАЇНІ ЛИШЕ 23% ЗДОРОВИХ ШКОЛЯРІВ

Українські медики провели оцінку здоров'я школярів різного віку і з'ясували, що лише 23% дітей можна віднести до групи абсолютного здорових. Тоді як 29% учнів мають функціональні відхилення, а в 47% є хронічні захворювання.

Зі слів доктора медичних наук, професора Віктора Неділька, серед українських школярів широко поширені хронічні процеси в носоглотці — хронічний тонзиліт, аденоїди, викривлення носової перегородки, а також захворювання органів травлення, порушення постави і деформація хребта, відхилення в діяльності нервової і ендокринної систем, патологія зору.

При цьому захворювання носоглотки і зубів займають перші місця серед виявленої патології, досягаючи 80% і 60% відповідно. Тим часом саме ці захворювання негативно впливають на весь організм дитини, говорить експерт. Адже постійна інтоксикація нерідко викликає захворювання інших органів і систем, перш за все, серцево-судинної системи.

Для того щоб учень витримав навчальне навантаження і не хворів, медики рекомендують дотримуватися режиму дня, приймати вітаміни і правильно харчуватися. А також радять школярам менше дивитися телевізор і грати на комп'ютері.



ЗА ПІВСТОЛІТТЯ БРИТАНІЯ СТАНЕ НАЙНАСЕЛЕНІШОЮ КРАЇНОЮ ЄС

Європейська комісія провела дослідження, яке показало, що приблизно через півстоліття Великобританія випередить Німеччину й стане найбільш густонаселеною країною Євросоюзу, пише газета The Times.

Нові дані Єврокомісії показують, що через 50 років чисельність населення Об'єднаного Королівства виросте з 60,9 мільйона до 77 мільйонів, у такий спосіб зробивши Британію найбільш густонаселеною країною Євросоюзу. Ріст населення,

на думку експертів, відбудеться в основному за рахунок імміграції.

Також у ході дослідження було встановлено, що населення Кіпру через 50 років збільшиться на 60%, Ірландії й Люксембургу — більш ніж на 50%.

При цьому населення Німеччини знизиться з 82 до 70 мільйонів людей. Зниження чисельності населення буде зафіксовано також у Латвії — на 26%, Литві — на 24%, Румунії — на 21% і Польщі — на 18%.

Що стосується літнього населення в Європі, то через півстоліття, за прогнозами експертів, їхня чисельність потроїться й складе 61 мільйон чоловік. При цьому на одного пенсіонера буде припадати дві працюючі людини, у той час як зараз цей показник становить чотири до одного.



АВСТРАЛІЇ КАТАСТРОФІЧНО БРАКУЄ ЧОЛОВІКІВ

Австралійські вчені провели перепис населення на Зеленому континенті і з'ясували, що в Австралії спостерігається безпрецедентний брак чоловіків.

За статистичними даними, на Зеленому континенті проживає на 100 тисяч більше жінок, ніж чоловіків. Причому, найгірша ситуація спостерігається на узбережжі, куди жіноча половина населення відправилася в пошуках роботи, у свою чергу чоловіки виїхали за кордон.

Фахівці зазначають, що подібна ситуація виникла через те, що багато австралійців у віці 20-30 років відправилися подорожувати або шукати роботу за межами країни. Також, за словами демографів, кількість самотніх жінок у великих австралійських містах зростає, у той час як за межами мегаполісів залишається велика кількість чоловіків молодого віку.

Наприклад, у місті Гленден, розташованому в штаті Квінсленд, на 23 чоловіка припадає лише одна представниця слабкої статі.

Австралійські вчені навіть склали своєрідну любовну карту, на якій показали розподіл вільних чоловіків і жінок по всій країні.

ЯПОНЦІ НАЙДОВГОЛІТНІШІ

Кількість японців, що переступили сторічний вік, досягла рекордної відмітки. Тепер їх в країні 36 276 чоловік — це на 4 тисячі більше, ніж минулого року. Ці дані опублікувало японське міністерство охорони здоров'я та соціального захисту.

В Японії люди живуть довше, ніж в більшості країн світу, але при цьому багато політиків висловлюють побоювання, що така кількість довгожителів дуже

дорого обходиться економіці.

Пенсійна система і служби соціального забезпечення вже зараз насилу витримують витрати на утримання пенсіонерів.

Згідно з останніми даними, майже 20 тисяч японців відсвяткують цього року сторічний ювілей. Кожний з них одержить лист від прем'єр-міністра і пам'ятний срібний кубок.

За прогнозами ООН, до 2050 року в Японії буде вже майже мільйон жителів у віці більше ста років.

На даний час жінки складають 86% у цій групі населення.

Японське міністерство, яке опублікувало ці дані напередодні Дня пошани літніх людей, яке святкується 15 вересня, зазначає, що японські довгожителі ніколи не вели активнішого життя, ніж зараз.

Найстаріший чоловік в країні — це 112-річний Томодзі Танабе з південної префектури Міяцзакі. Він встає дуже рано, читає газету, вдень випиває стакан гарячого молока, а увечері робить записи в своєму щоденнику.

А ось Мацу Ямасаки, якій 103 роки, досі працює в сімейній зеленій аптеці в Токіо, живе одна і вирішує головоломки для тренування розуму.

Така дивовижна схильність до довгожителів пояснюється геронтологами поєднанням цілої низки чинників, зокрема здоровим харчуванням, прекрасною охороною здоров'я і хорошим ставленням до людей похилого віку з боку суспільства.

БАГАТОЖЕНСТВО ВПЛИНУЛО НА ГЕНОФОНД ЛЮДСТВА

Американські біологи виявили цікавий факт — поширення в давнину багатоженства спричинило те, що генофонд людства по жіночій лінії має різноманітніші гени, ніж по чоловічій.

Як правило, у світі народжується однакова кількість хлопчиків і дівчаток. Але в тому випадку, якщо один чоловік одружується з кількома жінками, він таким чином відбирає їх в інших чоловіків, не залишаючи їм шансів передати свої гени. У такому випадку, за словами вчених, народжені діти одержують гени від одного батька, а не від багатьох, як було б при моногамії.

Генетичний матеріал, що передається по батьківській лінії, стає все одноманітнішим порівняно з переданим по жіночій лінії. Тому фахівці вирішили перевірити, як вплинула на гени людства полігамія.

Фахівці проаналізували ДНК 90 людей різного етнічного походження, і оцінили генетичну розмаїтість чоловічих (Y) і жіночих (X) хромосом. З'ясувалося, що в усіх етнічних групах генетична розмаїтість Y-хромосом менша, а X-хромосом — більша, як мало б бути при постійній моногамії. Таке, за словами вчених, можливе лише при тривалому існуванні багатоженства в наших предків.

“Вважається, що люди іноді схильні до полігамних стосунків. Але ми походимо від приматів, які були повністю полігамними. В еволюційному розумінні ми стали моногамними нещодавно”, — говорить доктор Майкл Хамер з університету Арізони.



ВЧЕНІ НАВЧИЛИСЯ ВИРОЩУВАТИ ВОЛОССЯ

Фахівці британської компанії Intercytex розробили радикально новий метод боротьби з облісінням, що дозволяє вирощувати волосся.

Фахівці говорять, що майже кожен третій чоловік після 50 років страждає облісінням, дехто лисіє після хіміотерапії. Лікувати облісіння на даний час можна за допомогою препаратів, що підсилюють кровопостачання шкіри голови, а також пересадкою волоссяних фолікул.

Але досі вченим не вдавалося створити нове волосся — після шести місяців досліджень у 11 лисих пацієнтів з 19 виявили новий волоссяний покрив. Це вдалося зробити завдяки так званим сплячим клітинам з волоссяними фолікулами, які хірургічним шляхом видаляли зі шкіри голови пацієнта, потім у лабораторії клонували і знову повертали в області залисин.

“Новий метод — це революція в трихології. Наші пацієнти можуть залишити нам свої клітини, а потім повернутися й одержати імплантацію наступних 10 тисяч волоссяних насинин”, — розповідає науковий співробітник фірми Intercytex Пол Кемп.

Професор Бредфордського Університету Вел Рендал вважає результати досліджень чудовими: “Це велике досягнення. Учені ще на крок наблизилися до вирощування заміників органів. У цьому випадку залишилося тільки змусити це волосся правильно рости”.

КУРІННЯ МАРІХУАНИ РУЙНУЄ МОЗОК

За даними дослідників з Австралії, куріння маріхуани впродовж тривалого періоду часу може вплинути на частину мозку, які відповідають за пам'ять, емоції і агресію. Курці маріхуани також продемонстрували нижчі показники по тестах на словесну пам'ять і показали велику схильність до прояву слабких симптомів психічних розладів, таких як шизофренія і манія.

Вчені використовували магнітно-резонансну томографію для сканування мозку людей, які вкурювали більше п'яти “косяків” на день впродовж десяти років, і порівняли їх із знімками мозку людей, що не вживали наркотики.

У людей, котрі регулярно курили маріхуану, гіпокамп — ділянка мозку,

що відповідає за емоції і пам'ять, — в середньому виявився на 12% меншим, а мигдалина мозочка, яка грає роль в регуляції страху і агресії, — на 7% меншою.

Для проведення дослідження учені отримали знімки мозку 15 курців і 16 осіб, які не вживали наркотики. Вчені під керівництвом Мурата Іосела з університету Мельбурну і їх колеги з університету Вуллонгонга стверджують, що для підтвердження результатів їм необхідно оглянути більше число людей.

“Хоча рідкісне куріння може й не спричиняти серйозних нейротоксичних ефектів, ці результати дають підставу вважати, що щоденне куріння у великих кількостях може викликати токсичну дію на тканини головного мозку людини”, — повідомили учені в журналі Archives of General Psychiatry.

ГЕНИ РОЗКАЖУТЬ ПРО НАРОДЖЕННЯ ЛЮДИНИ

Група швейцарських вчених разом з американськими колегами розробила новий метод аналізу ДНК, який з високою точністю дозволяє визначити місце народження людини, повідомляється на сайті журналу Nature.

Дослідники під керівництвом Джона Новембра під час наукового експерименту вивчили генетичні дані більше 3 тисяч європейців, і спробували пов'язати з місцем народження цих людей.

У результаті вчені отримали дані, які показали, що, незважаючи на низький рівень генетичної диференціації серед європейців, тісне співвідношення між генетичними розходженнями і географічною дистанцією існує.

Автори дослідження зазначають, що новий метод аналізу ДНК допоможе визначити місце народження людини з точністю до декількох сотень кілометрів.



ЖЕРТВАМИ ВІЛ ВСЕ ЧАСТІШЕ СТАЮТЬ НАРКОМАНИ

Наркомани — потенційні жертви ВІЛ. Відповідно до доповіді, опублікованій в британському медичному журналі Lancet, в усьому світі продовжує збільшуватися число ВІЛ-інфікованих людей серед наркоманів.

За словами експертів з Університету Нового Південного Уельсу в Австралії, зараз в усьому світі близько 3 мільйонів чоловік, що вводять собі наркотики, можливо, вже є носіями ВІЛ, що передається в основному через використані шприци.

Фахівці заявляють, що, наприклад, найвищий рівень наркоманів з ВІЛ за-

фіксований в Естонії — 72,1%, а найнижчий в Австралії та Новій Зеландії — 1,5%.

В Україні число наркоманів з ВІЛ становить 41,8%.

“Широке поширення ВІЛ серед людей, що вводять наркотики, є серйозною медичною проблемою в глобальних масштабах”, — заявляють автори доповіді, додаючи, що потрібно розробляти нові проекти із запобігання ВІЛ/СНІДу.

Необхідно зазначити, що вперше за майже півтора десятиліття смертність від ВІЛ/СНІДу в світі набагато знизилася, але вірус і далі забирає життя мільйонів людей на планеті. Для прикладу, зараз на планеті проживає 33 мільйона людей, які живуть із ВІЛ/СНІДом.



РЕГУЛЯРНИЙ БІГ СПОВІЛЬНЮЄ СТАРІННЯ

Американські вчені зі Стенфордського університету завершили двадцятилітні дослідження, які показали, що регулярний біг сповільнює процес старіння в людей похилого віку.

У ході досліджень фахівці спостерігали за 500 людьми похилого віку, серед яких були ті, хто займався бігом, і ті, хто таким видом спорту не захоплювався. На початку експерименту всім учасникам було по 50 років і більше.

Протягом 19 років, поки тривав дослід, 34% тих людей, які не бігали, померли, у той час як серед тих, хто займався бігом, цей показник склав усього 15%.

Виявилось, що завдяки регулярному бігу в людей похилого віку знизився ризик смерті не тільки від серцево-судинних захворювань, але й також від раку, неврологічних захворювань, різних інфекцій та інших недуг. До того ж, аматори регулярного бігу не страждали від артрозоартриту і їм не потрібно було лікувати колінні суглоби.

Автор дослідження професор Джеймс Фрайс із каліфорнійського університету в Стенфорді сказав: “Ціль нашого експерименту — пропаганда фізичних вправ. Якщо Ви хочете знайти засіб зміцнювати здоров'я в ході старіння, то це саме аеробіка”.

За словами вченого, фізичні вправи допомагають літнім залишатися мобільними й незалежними, зберігають здорове серце, підтримують у нормі вагу й захищають від стресу, а також сприяють гарному сну.

Раніше американські спеціалісти з клініки Майо виявили гени, які здатні прискорювати й зупиняти процес старіння клітин.

СІМ НАЙВІДОМІШИХ МІФІВ ЗДОРОВОГО СПОСІБУ ЖИТТЯ

Британське видання The Telegraph визначило шість найпоширеніших міфів про здоровий спосіб життя.

Міф 1

Люди повинні випивати вісім склянок води на день. Це виводить із організму токсини. Проте, за словами колумніста The Telegraph доктора Ле Фану, це твердження неправдиве: насправді людині необхідно лише від 750 до 1000 мл (літр) води на день.

Міф 2

Споживаючи певну їжу, можна вберегти від раку. Але головним чинником, який впливає на вірогідність захворювання, пише The Telegraph, є вік: чим старішою стає людина, тим вразливіша вона для захворювання. Хоча медики не заперечують, що правильне харчування і фізичні вправи можуть суттєво поліпшити здоров'я людини.

Міф 3

Алкоголь і антибіотики не можна змішувати. На думку колумніста видання, це просто непорозуміння, і алкоголь не зменшує дієвості антибіотиків.

Міф 4

Якщо людина хоче схуднути, вона мусить виключити з раціону вуглеводи. Як повідомляє Food Standards Agency крохмалюста їжа стає загрозою для стрункої фігури лише тоді, коли до неї додавати масло, маргарин або крем.

Міф 5

Гоління збільшує темпи росту волосся. Але як пише The Telegraph, поширювати ці чутки вигідно лише виробникам засобів з видалення волосся. Насправді гоління ніяк не впливає на якість і швидкість росту волосся.

Міф 6

Погане харчування і недотримання правил гігієни спричиняють вугрову висипку. Усі лікарі підтверджують, що головною причиною акне є підвищене вироблення гормонів, тому для лікування акне в першу чергу виписують ліки, а вже потім рекомендують поліпшити харчування. Проте, це не значить, що здорове харчування і косметичні засоби не допоможуть упоратися з проблемами шкіри.

Міф 7

Очищення організму від токсинів — це пряма дорога до здоров'я. Але, як заявляють автори книжки Trick or Treatment: Alternative Medicine on Trial, людському організмові потрібні просто фізичні впра-

ви і багато води, щоб привести себе до ладу. Решта процедур з очищення організму від токсинів, що їх пропонують клініки на заході, є зайвим ганянням часу і марнуванням грошей.

Нещодавно вчені з університету Індії розвіяли міф про те, що мобільні телефони заважають нормальній роботі медичного устаткування, а зір людини слабшає, якщо читати при тьмяному світлі.



ЗДОРОВЕ СТАТЄВЕ ЖИТТЯ – ЦЕ ПАНАЦЕЯ ВІД БАГАТЬОХ ПРОБЛЕМ І ХВОРОБ

Як показали останні дослідження, здорове статеве життя — це панацея від багатьох проблем і хвороб. Про це повідомляє The Sun.

Науково доведено, що секс...

Допомагає схуднути. Забудьте про тренування, що виснажують, в спортзалі! Секс примушує працювати всі м'язи вашого тіла, оскільки це краща вправа на серцево-судинну систему. Крім того, одна година любовних ігор допомагає спалити 300 калорій.

Бороться зі стресом. Приводячи своє тіло в горизонтальне положення, ви несвідомо знімаєте з себе тягар турбот минулого дня. До того ж, підвищення рівня гормону окситоцину викликає відчуття спокою і розслаблення.

Підвищує впевненість в собі. Як показали дослідження Норвезького Університету спорту, жінки атлети, що займалися сексом напередодні змагань, показували кращі результати. Таким чином, переконані вчені, спортсменки просто відчували себе впевненішими.

Приховує ваш вік. Кращий засіб проти зморшок — секс. Інтимні ласки допомагають вам виглядати і відчувати себе молодшими за свої роки: завдяки підвищеному виробленню естрогену та інших гормонів ваше волосся виблискує, а шкіра просто світиться.

Позбавляє від болю. Болить голова, спина? Забудьте про знеболюючі, краще витратьте декілька хвилин на любовні втіхи. Ендорфіни, що виробляються під час статевого акту, полегшують всі види болю.

Відмінний антидепресант. Задоволення, отримане під час сексу, допомагає вийти з депресії і забути про тривоги і страхи.

Зміцнює імунітет. Займаючись сексом щонайменше 2 рази на тиждень, ви менше ризикуєте підхопити грип або застуду. Річ у тому, що секс підвищує рівень IgA - імунної системи першої лінії захисту організму.

Продовжує життя. Дослідники Університету Брістоль, дійшли до висновку, що чоловіки і жінки, що займаються сексуальними втіхами 3 рази на тиждень, набагато рідше страждають від серцевих нападів. А на думку американського експерта з питань сексу Джулії Коул, секс знижує небезпеку розвитку ракових пухлин.

СНІДАНОК З ЯЄЦЬ СПРІЯЄ ШВИДКОМУ СХУДНЕННЮ

Команда американських учених дійшла висновку, що сполучення низькокалорійної дієти з курячими яйцями на сніданок може вдвічі пришвидшити схуднення.

Учені зробили дослідження, у якому взяли участь 152 добровольці — чоловіки і жінки віком від 25 до 60 років з надлишковою вагою або ожирінням різного ступеня.

Усіх учасників експерименту фахівці поділили на чотири групи. Дві з них посадили на дієту зі зниженим вмістом калорій (при цьому одна група їла на сніданок два яйця, а друга — таку саму за енергетичними параметрами порцію пончиків). Інші дві групи на дієту не сідали, а на сніданок їли або яйця, або пончики.

Після восьми тижнів експерименту вчені завважили, що група, яка сполучала низькокалорійну дієту з яєчним сніданком, втратила на 65% більше ваги, ніж друга група, яка сиділа на дієті, але харчувалася пончиками. При цьому вчені не виявили значних розбіжностей між іншими двома групами, учасники яких не сідали на дієту.

У результаті вчені зробили висновок, що споживання яєць на сніданок плюс низькокалорійна дієта сприяє ефективному схудненню.

Раніше американські вчені дійшли висновку, що вживання семи й більше яєць на тиждень збільшує ризик передчасної смерті на 23%.

Смакотинка



ПЕЧИНОЧНИЙ ТОРТ

Склад: На 6 персон. 0,5 кг свинячої чи яловичої печінки, 2 яйця, 3 ст. ложки пшеничного борошна вищого сорту, 0,5 чайн.

ложки питної соди, трошки молока, перець і сіль за смаком, 2 голівки ріпчастої цибулі, 2 моркви середніх розмірів, майонез, свіжа зелень, 50 г олії.

Приготування: Сиру печінку прокрутіть в м'ясорубці, попередньо ретельно очистивши від прожилок і сухожилів. У готовий фарш додайте 2 яйця, покладіть 3 ст. ложки пшеничного борошна, трошки питної соди, усе ретельно перемішайте. Молоко варто додати в останню чергу, щоб вийшло тісто за консистенцією як на млинці. Печіночні млинці випікайте на добре розігрітій сковороді з обох боків. Моркву і ріпчасту цибулю очистіть, дрібно поріжте чи натріть на великій тертці, тушкуйте на олії до золотавого кольору і потім змішайте з майоне-

зом. Печіночні млинці змажте майонезом з цибулею і морквою, складіть один на одного, зверху змажте майонезом і посипте подрібненою свіжою зеленню. В ідеалі печіночний торт перед подачею на стіл повинний постояти в холодильнику 12 годин, щоб добре просочитися. Перед подачею розріжте на шматочки.

Час приготування: 1 год. 20 хв.

