

ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ

Спорт

Валуев и Ляхович дали показательный бой

Эти два экс-чемпиона мира в субботу в Нюрнберге сойдутся в бою за право встретиться с чемпионом мира по версии WBA Русланом Чагаевым из Узбекистана. "Я хочу вернуть мой титул. Поэтому я выиграю у Ляховича, хотя это и трудный соперник", - цитирует РИА "Новости" Валуева, который владел поясом WBA с конца 2005 года около полутора лет.

Первым свою тренировку провел белорусский боксер, который ранее владел титулом чемпиона мира по версии WBO. "Я гораздо быстрее и мобильнее Валуева, - отметил он по окончании занятий. - За счет этого в ринге у меня будет преимущество.



Мое прозвище - "Белый Волк", а волки - хорошие охотники. В субботу я выйду на охоту против "Русского Великана".

Для 34-летнего Николая Валуева бой 16 декабря станет 50-м в карьере. "Русский Великан" выиграл 47 из 49 проведенных боев, уступил по очкам Чагаеву, а еще один его поединок был признан несостоявшимся. Валуев вошел в мировую историю как первый российский чемпион мира в супертяжелом весе, а также как самый высокий и самый тяжелый чемпион мира.

31-летний белорус Сергей Ляхович на профессиональном ринге провел 25 боев, выиграв в 23-х из них при двух поражениях. Чемпионским титулом он владел около полугода, но проиграл в ноябре 2006 года американцу Шэннону Бриггзу. С тех пор Ляхович на ринг не выходил.

В киевском "Динамо" появился полузащитник из Кыргызстана

В составе знаменитого киевского футбольного клуба "Динамо" появился новый игрок - полузащитник Ахледдин Исраилов из Кыргызстана. Об этом сообщает интернет-сайт "Добрососедство".

По его данным, 13-летнего футболиста из Кыргызстана киевские тренеры заметили на тур-

нире в Москве. Своей серьезной игрой он произвел хорошее впечатление на украинцев. Клуб уже оформляет документы на юного спортсмена. Вскоре в "Динамо" может появиться еще один наш соотечественник - ровесник Ахледдина Исраилова Марсель Исламкулов. 24.kg



Любимый спорт Америки

Опрос компании Harris Interactive показал, что наиболее популярным видом спорта в США остается американский футбол, который называют "любимым" 30% жителей страны. В первую тройку также входят бейсбол (15%) и автогонки (10%).

Популярность хоккея оценивается в 5%, профессиональных баскетбола и гольфа (оба - мужчины) - в 4%. Футбол (европейский), скачки и боулинг имеют по 2% поклонников, теннис и бокс - по 1%.

Этот опрос был впервые проведен в 1985 году. Все это время американский футбол первенствовал, причем его популярность выросла (с 24% в 1985 году до 30%). Аналогичная тенденция прослеживается в отношении хоккея

(соответственно, с 2% до 5%) и автогонок (с 5% до 10%). Бейсбол, в свою очередь, постепенно теряет популярность (соответственно, с 23% до 15%). Популярность футбола (соккера) колеблется примерно на одном и том же уровне - 2 - 4%.

Любовь к тем или иным видам спорта зависит от демографических, половых, имущественных и пр. характеристик жителей США. Так, к примеру, американский футбол более всего популярен среди мужчин среднего достатка (\$50-75 тыс. в год), возраста 25-29-ти и старше 65-ти лет. В свою очередь, этот вид спорта явно недолюбивают люди с высоким уровнем образования и выходцы из Латинской Америки.



Бейсбол наиболее почитаем среди возрастной категории 30-39-ти лет, симпатизирующих Демократической партии. Бейсбол, в целом, не любят представители старшего поколения и республиканцы (любопытно, что нынешний глава США - республиканец Джордж Буш - является страстным любителем бейсбола и даже владел профессиональным клубом высшей лиги).

Швейцарский лыжный курорт за 1 франк



Предприниматель из Беркшира, который работает в сфере активного зимнего отдыха, совершил удачную покупку. Правда, теперь ему придется вложить в возрождение захиревшей базы отдыха около 20 млн. фунтов.

За такие копейки не купишь и чашки горячего шоколада в альпийском кафе, но британский предприниматель смог всего за 1 швейцарский франк (меньше 50 пенсов) стать счастливым обладателем лыжного курорта.

Бруно Приор, увлеченный лыжник, получит в свое распоряжение 12-мильный участок склона и 4 подъемника, не говоря уж обо всем остальном оборудовании, которое необходимо для того, чтобы поддерживать в надлежащем состоянии его трассы, спускающиеся к швейцарской деревушке Эрнен. Свою заснеженную вотчину Приор сможет обозревать с террасы собственного ресторана.

Конечно, здесь есть подвох. Компании Приора Summerlease пришлось дать обязательство инвестировать в курорт не менее 20 млн. фунтов, чтобы отполировать его до блеска, а заодно спасти деревушку, которая уже не первый год находится в упадке. Предстоит большая работа, и Приору, возможно, придется больше времени проводить в офисе, чем на склоне.

Поскольку горнолыжная зона находится в довольно высокогорном районе - на высоте 1750 метров, у этого курорта есть будущее. Он говорит: "Это риск, но любое капиталовложение такого рода означает риск. Думаю, повеселимся мы как следует".

Инопресса

Наши пловцы примут участие в открытом кубке Японии

Пловцы из Кыргызстана примут участие в открытом кубке Японии на короткой воде, который пройдет в городе Токио 23-24 февраля. Об этом ИА "24.kg" сообщил генеральный секретарь федерации данного вида спорта КР Андрей Вавилов.

По его словам, на турнире Кыргызстан будут представлять мастера спорта международной категории Юрий Захаров и Василий Данилов. Напомним, что они уже являются обладателями олимпийских лицензий.



Медицина

Нужны ли зимою темные очки?

Человек зимою и в темных очках - дело привычное и это не элемент имиджа. Хотя мода все же велит носить очки. Но нужны ли они постоянно? Ни в коем случае! Если при ярком солнце, летом или зимой в горах глаза однозначно нуждаются в защите, то носить очки в пасмурную погоду или когда идет снег - верный шанс ухудшить зрение. Ибо без солнца можно попросту ослепнуть. Так как в темноте происходит дегенерация палочек в сетчатке глаза, отвечающих за светочувствительность.



Даже Терминатор зимою не снимает очки

Елена ЩУКИНА
внештатный корреспондент

Если глаза не видят солнца круглый год, то мы лишаем организм необходимой "солнечной подпитки", что может привести к ослаблению зрительных функций, не менее серьезному, чем многочасовая работа на компьютере.

Сейчас в продаже масса очков, в основном, конечно, китайского производства. Со стеклами предпочтительнее, чем с пластмассой. А вот какие именно предпочесть по цвету и форме?

- **ТЕМНЫЕ ОЧКИ** не должны быть слишком плотными и слишком светлыми. Идеальными для нашей сетчатки являются фильтры нейтральной серой гаммы, которые не искажают цвета, а лишь приглушают их. Очень хороши дымчатые очки с неравномерной плотностью: сверху - темнее, внизу - светлее. Они дают возможность защищаться от солнца и в то же время хорошо видеть все вокруг.

- **ЖЕЛТЫЕ И ОРАНЖЕВЫЕ ОЧКИ** (их на рынке предостаточно) крайне вредны для центральной нервной системы. Желтый свет излишне возбуждает сетчатку, вызывая так называемый оптический стресс. Носящий желтые или оранжевые очки становится раздражительным, легко возбудимым, подчас агрессивным.

- **ЗЕЛЕННЫЙ ЦВЕТ**, как известно, хорошо успокаивает нервы. Зеленые солнцезащитные фильтры имеют еще и лечебный эффект - они понижают глазное давление. Зеленые очки подойдут людям, страдающим глаукомой.

- **БЛЮ-БЛОКЕРЫ** - это очки с фильтрами, которые сильно срезают голубую часть спектра. Блю-блокеры имеют желтовато-оранжевый оттенок и хороши в пасмурную погоду, когда надо повысить контрастность. Однако эти очки опасны при вождении авто, так как увеличивают возможность ночного ослепления. Их не стоит носить все лето, как солнцезащитный вариант. Почему? Голубая часть спектра - самая полезная для глаз. Мы адаптированы с рождения к голубому цвету неба, и лишать глаза роскошного ультрамарина не стоит.

- **Нервным, возбудимым людям** лучше носить голубые или серо-голубые солнечные очки, они успокаивают, снимают стресс. Голубые фильтры, доказано экспериментально, понижают артериальное давление, уменьшают напряженность мышц шеи.

- На очках многих западных фирм мы встречаем надпись о том, что они полностью поглощают ультрафиолет. Это обстоятельство значительно удорожает вещь, заставляя покупателя думать, что в его руках - суперзащитные очки. Так ли это? Попробуем разобраться.

Ультрафиолет - это лучи, под которыми мы загорим. Он в основном проникает в организм через кожу и поглощается роговицей и хрусталиком глаза, не достигая сетчатки. В разумных дозах ультрафиолет глазам не только полезен, но и крайне необходим, и бояться его не следует.

А вот дефицит ультрафиолета по-настоящему опасен, так как в этом случае нарушается синтез важнейших витаминов в организме человека. Другое дело - передозировка ультрафиолетовых лучей. Если вы путешествуете в горах или решили позагорать в солярии, где лампы выделяют огромные дозы ультрафиолетовых лучей, вам придется раскошелиться на дорогие солнечные очки.

Но не стоит также забывать, что полностью защищают от ультрафиолета обычные оконные стекла и стекла любых очков, которые мы носим при близорукости или дальнозоркости.