

13 февраля Понедельник

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (Телеканал «Доброе утро», Новости, Контрольная закупка, Жить здорово!, Право на защиту, Женский журнал, etc.)

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (Утро России, С новым домом!, О самом главном, Вести, Вести-Урал, etc.)

Table with 2 columns: Time (05.55-18.00) and Program Name (НТВ утром, Т/с «Морские дьяволы», Обзор. Чрезвычайное происшествие, etc.)

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (События. Итоги недели, Патрульный участок. На дорогах, Погода на «ОТВ», etc.)

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (События. Итоги недели, Патрульный участок. На дорогах, Погода на «ОТВ», etc.)

Table with 2 columns: Time (07.00-18.00) and Program Name (Евроночь, Наблюдатель, Драма «ВЫСТРЕЛ», etc.)

Table with 2 columns: Time (06.25-18.00) and Program Name (Служба спасения «Сова», Бизнес сегодня, Утренний экспресс, etc.)

РОССИЯ 24

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (Вести регион, Вести. Коротко о главном, Интервью, Вести регион, etc.)

перец. Мультфильмы, Тисяча мелочей, Соседи, Дорожные войны, Драма «ВОЛКОДАВ», etc.

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (М/с «Клуб Винкс - школа волшебниц», М/с «Соник Икс», М/с «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ», etc.)

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Настроение, Выборы Президента Российской Федерации, Врачи, М/ф «Волшебные очки», etc.)

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Музыка, Музыка, Музыка, Музыка, Музыка, Музыка, etc.)

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Мультфильмы, Необыкновенные животные, Ребяткам о зверятах, Т/с «Зена - королева воинов», etc.)

Table with 2 columns: Time (05.00-18.00) and Program Name (М/с «Тасманский дьявол», Новости 24, Звонкий ужин, Час суда, etc.)

РОССИЯ 2

Table with 2 columns: Time (07.00-18.00) and Program Name (Банковский счет, Риэлторский вестник, Строительный полиграф, etc.)

Ч1 СТУДИЯ. Д/с «Такая красивая любовь», Погода, Кухня, Погода, Т/с «Моя прекрасная няня», etc.

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Необъяснимо, но факт, М/с «Эй, Арнольд!», М/с «Покемоны: галактические битвы», etc.)

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Открытая студия, «Детективы», Момент истины, Приключения «СМОТРИ В ОБА!»), etc.

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Мысли о прекрасном / «Православное Подмосковье», «Плод веры», etc.)

Table with 2 columns: Time (06.00-18.00) and Program Name (Трудности любви, Свободен, Каш/Траш, Канникулы в Мексике. Жизнь после шоу, etc.)

Table with 2 columns: Time (06.15-18.00) and Program Name (Д/ф «Грандиозные проекты» 1 с., Д/ф «Великий обман. Армия, которой не было», etc.)



ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Мерзнут руки и нос? Учите правила выживания в мороз

Лидия АРКАДЬЕВА

Медики свидетельствуют, достаточной для обморожения может стать температура ниже -10...-20 градусов. При этой температуре происходит сосудистые изменения, спазмируются мелкие кровеносные сосуды. При температуре ниже -30 уже гибнут клетки, происходит общее переохлаждение организма.

Но даже при температуре окружающей среды около нуля можно получить обморожение кожи из-за сильного ветра, высокой влажности, длительного пребывания на улице без активного движения.

За прошлую морозную неделю только в Екатеринбурге медики «скорой помощи» госпитализировали девять пострадавших, среди которых был и годовалый ребенок. Пребывание на улице в сильный мороз для малыша закончилось обморожением кончиков пальцев. Сейчас он получает лечение в отделении термической травмы детской клинической больницы №9.

Обморожения у детей – не редкость. Среди самых частых – «железное» обморожение. Дети любят проверять, припадает ли язык к ручке двери или качели. В этом случае нужно полить теплой, но не горячей водой на прилипающий к железу язык. Если раны избежать не удалось, нужно обратиться к врачу. В мороз не стоит качать ребенка на качелях, не разрешать соприкасаться с металлическими «лазилками»...

«Горячительное» скорей остудит...

Часто способствует обморожению сильное алкогольное опьянение (80 процентов всех случаев). Доза, что алкоголь, которым многие так любят согреться, оказывает совершенно противоположное воздействие на организм – нарушается теплорегуляция. В крайних случаях обморожение в алкогольном опьянении приводит к гангрене и ампутациям конечностей. В период сильных холодов медики рекомендуют не курить на морозе, как следует есть перед выходом на улицу (желательно белковая пища, мясо), а на руки надевать варежки вместо перчаток.

Берегите конечности

Самыми частыми по обморожению случаями являются обморожения ног и рук. В группе риска те, у кого проблемы с кровообращением, пониженное кровяное давление, вегетососудистая дистония, атеросклероз сосудов. Кстати, обмороженные щеки не розовые, а наоборот, бледные. После согревания появляются красные пятна с отчетливостью.

Надевайте не стесняющую движений многослойную одежду и двойные рукавицы. Одежда должна быть плотной, легкой и, по возможности, многослойной (это необходимо для создания воздушной прослойки, удерживающей тепло). Обувь не должна сжимать ногу!

Помощь при переохлаждении

Если заметны и ощутимы озноб, посинение кожи, губ, снижение температуры тела, боль в пальцах рук и ног, зевота, срочно зайдите в теплое помещение. Лучше всего поможет горячий чай. В тяжелых случаях переохлаждения (сонливость, вялость, нарушение координации движений, потеря сознания) вызывайте «скорую». Если есть симптомы обморожения (сильное обширное покраснение, бледность или синюшность кожи, онемение пальцев рук или ног), тем более, если образовались пузыри, не бойтесь без врача, который припишет антисептические компрессы.

Нельзя:

растирать обмороженные участки снегом (кристаллики повреждают кожу), обрабатывать глубокие обморожения маслом или помещать под горячую воду (при легкой степени – возможна только теплая).

ЗДОРОВЬЕ ИЗ МОСКВЫ

Уважаемые жители Екатеринбурга! Приглашаем вас с 14 по 19 февраля на акцию «Здоровье из Москвы», во время которой вас будет возможность приобрести качественный товар для укрепления вашего здоровья.

НОВИНКА! Физioterapevтический аппарат для ультразвуковой терапии, фототерапии и фонофореза «ИМПУЛЬС»

Микрокомпьютерный медицинский прибор с жидкокристаллическим дисплеем, соединивший последние достижения электронной техники и традиционной восточной медицины «МЕРИДИАН»

Медицинский прибор, предназначенный для диагностики состояния организма по биологически активным зонам и его дальнейшей коррективы «БИОКОРРЕКТОР», а также широко известные приборы «ЭЛОФИТ», «МОБИЛЬНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» И «МАГУС», рекомендованные при болезнях сердца, сосудов, суставов и псориазе

На акции натуральные не лекарственные препараты СВЕТОК, ВИЗИМАКС, ОСТРОГЛАЗ, ПРОСТАВЭЛ, ПРОИНТЕЛЕКТИН.

Товары для здоровья, приобретенные на акции – это отличный шанс помочь своим глазам, сердцу, сосудам и суставам вовремя! Для вас: удивительные подарки, полезные для здоровья.

В аптеке постоянно присутствует специалист из Москвы. г.Екатеринбург, аптека «Живика», ул. Свердлова, д. 66 А, тел. 353-48-13

Не является лекарственным средством. О возможных противопоказаниях проконсультируйтесь со специалистом.