

12 марта Понедельник

05.00	Телеканал «Доброе утро»
09.00	Новости
09.05	Контрольная закупка
09.40	Женский журнал
09.50	Жить здорово!
10.55	Модный приговор
12.00	Новости
12.20	Криминальные хроники
12.55	Право на защиту
14.00	Другие новости
14.20	Понять. Простить
15.00	Новости (с субтитрами)
15.15	Т/с «Обручальное кольцо»
17.00	Т/с «Сердце Марии»

05.00	Утро России
05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35	Вести-Урал. Утро
09.05	С новым домом!
10.00	О самом главном
11.00	Вести
11.30	Вести-Урал
11.50	Т/с «Хозяйка моей судьбы»
12.55	Т/с «Тайны следствия»
14.00	Вести
14.30	Вести-Урал
14.50	Вести. Дежурная часть
15.05	Т/с «Ефросинья. Продолжение»

05.55	НТВ утром
08.30	Т/с «Литейный, 4»
09.30	Обзор. Чрезвычайное происшествие
10.00	Сегодня
10.20	Внимание, розыск!
10.55	До суда
12.00	Суд присяжных
13.00	Сегодня
13.30	Т/с «Хвост»
15.30	Обзор. Чрезвычайное происшествие
16.00	Сегодня
16.25	Прокурорская проверка

05.00	События. Итоги недели
05.55	Патрульный участок. На дорогах
06.25	Погода на «ОТВ»
06.30	УтроТВ
09.00	События. Каждый час
09.10	Все о загородной жизни
09.30	Действующие лица
09.55	Погода на «ОТВ»
10.00	События. Каждый час
10.20	Прокуратура. На страже закона
10.40	Территория ГУФСИН
10.55	Погода на «ОТВ»
11.00	События. Каждый час
11.10	Национальное измерение
11.40	Кому отличный ремонт?
12.00	События. Каждый час
12.30	События. Акцент. Культура
12.45	События. Обзор прессы
12.55	Погода на «ОТВ»
13.00	События. Каждый час
13.10	Политклуб
13.45	События. Обзор прессы
13.55	Погода на «ОТВ»
14.00	События. Каждый час
14.05	Д/ф «Самые жуткие катастрофы» 1 ф.
15.00	События. Каждый час
15.05	Прямая линия. Образовательные
15.40	Мультфильмы

07.00	Евроноос
10.00	Наблюдатель
11.15	Т/с «Перри Мэйсон»
12.10	Высшая ценность - человек. Борис Аванева
12.40	Линия жизни. Ольга Свиблова
13.35	Д/с «Красота книг»
14.05	Спектакль «Бумажное сердце»
15.40	Новости культуры
15.50	Мультфильм
16.05	Д/с «Дневник большой кошки»
17.05	К 80-летию Ежи Гофмана. Монолог в 4-х частях
17.35	Знаменитые ансамбли

06.15	Новости. Итоги дня
06.45	Служба спасения «Сова»
06.50	Мебель как она есть
06.55	Бизнес сегодня
07.00	Утренний экспресс
09.00	Новости «4 канала»
09.30	Стенд
09.45	Служба спасения «Сова»
09.50	Бизнес сегодня
09.55	Мебель как она есть
10.00	Д/ф «Казнь»
10.50	Т/с «Женская логика»
13.00	Утренний экспресс
15.00	Музыка «4 канала»
16.30	Мультфильмы
17.40	О личном и наличном

РОССИЯ 24

06.30	Вести
06.35	Интервью
06.50	Космонавтика
07.00	Вести
07.10	Наука 2.0
07.25	Спорт
07.30	Новости Екатеринбург
08.00	Вести
08.15	Путешествие
08.30	Служба вакансий Урала
08.50	УТМС. Наши новости
09.00	Вести
09.15	Страховое время
09.25	Спорт
09.30	Вести
09.35	Пульс с Александром Малых
10.00	Вести
10.10	Экономика
10.15	Репортаж
10.30	Вести
10.35	Репортаж
10.40	Экономика
10.50	Репортаж
11.00	Вести
11.10	Экономика
11.15	Вести
11.20	Спорт
11.30	Вести
11.35	Агробизнес
11.50	Телеком
12.00	Вести
12.10	Экономика
12.15	Вести. Космос
12.20	Спорт
12.30	Вести
12.35	Биржевые вести
13.00	Вести
13.10	Экономика
13.15	Вести-Урал
13.20	Спорт
13.30	Вести
13.35	Вести.Net
14.00	Вести
14.10	Экономика
14.20	Спорт
14.30	Вести
14.35	Экономика
14.45	Вести. Транспорт
15.00	Вести
15.10	Экономика
15.20	Спорт
15.30	Вести
15.35	Репортаж
15.40	Телеком
15.50	Вести
16.00	Экономика
16.10	Спорт
16.20	Вести
16.30	Репортаж
16.35	Экономика
16.40	Экономика
16.50	Региональные вести

06.00	Мультфильмы
08.00	Тысяча мелочей
08.30	Соседи
09.00	Дорожные войны
09.30	Драма «ПРИЯТЕЛЬ ПОКОЙНИКА»
11.30	С.У.П.
12.30	Смешно до боли
13.00	КВН. Играют все
14.00	Соседи
14.30	Д/с «3а секунду до катастрофы»
15.30	Улетное видео
16.00	Дорожные войны
16.30	Вне закона

06.00	М/с «Соник Икс»
07.00	М/с «Чародейки»
07.30	М/с «Скуби и Скрэппи»
08.00	Дашей молодежь!
08.30	Т/с «Светфор»
09.00	6 кадров
09.30	Т/с «Детка»
10.30	История российского шоу-бизнеса
11.30	6 кадров
12.30	М/с «Скуби Ду, где ты?»
13.00	М/с «Алладин»
13.30	М/с «Ясон и герои Олимпа»
14.00	М/с «Новаторы»

06.00	Настроение
08.30	Врачи
09.15	Детектив «ТИХОЕ СЛЕДСТВО»
10.35	Мелодрама «ЕЩЕ ОДИН ШАНС»
11.30	События
11.45	Мелодрама «ЕЩЕ ОДИН ШАНС»
14.30	События
14.45	Деловая Москва
15.10	Петровка, 38
15.25	Т/с «Параллельно любви»

06.00	Hit chart
06.30	Live in Tele club
07.00	Стерео утро
10.00	American idol
11.00	Звезды на ладони
11.30	Телепорт
12.00	News блок weekly
12.30	Тайн.Net
13.30	Комедия «СТИЛЬНЫЕ ШТУЧКИ»
15.30	Слушай красивые
16.00	Свидание вслепую
16.30	Бешеные предки

06.00	Мультфильмы
07.20	Приключения «ЭЛЬДОРАДО»
09.15	Приключения «ЭЛЬДОРАДО»
11.00	Д/ф «Святые. Послание Богородицы»
12.00	Д/ф «Городские легенды. Манежная площадь. Приманка для денег»
12.30	Д/ф «Загадки истории. Инопланетяне и аномалии»
13.25	Трагикомедия «ВРЕДНЫЙ ФРЕД»

05.00	М/с «Тасманский дьявол»
06.00	Новости 24
06.30	Звонный ужин
07.30	Час суда
09.30	Новости 24
10.00	Приключения «V ЦЕНТУРИЯ. В ПОИСКАХ ЗАЧАРОВАННЫХ СОКОРОВИЩ»
12.00	Экстренный вызов
12.30	Новости 24
13.00	Звонный ужин
14.00	Не ври мне!

07.00	Банковский счет
07.30	Репортёрский вестник
08.00	Строительный полиграф
08.30	Здоровья вам!
08.50	Астропрогноз
09.00	Клуб охотников и рыболовов
09.25	Астропрогноз
09.30	Все включено
10.10	Моя рыбалка
10.40	Спорт
11.00	Вести-спорт
11.10	Вести-спорт. Местное время
11.15	Х/ф «СТРЕЛОК»
12.55	Вопрос времени
13.25	Вести.ли
13.40	Вести-спорт
13.55	Футбол.ли
14.55	Биатлон. Чемпионат мира
17.35	Вести-спорт
17.50	Футбол.ли
18.55	Футбол. Первенство России

06.30	Одна за всех
06.55	Погода
07.00	Кухня
07.25	Погода
07.30	Т/с «Моя прекрасная няня»
08.00	Т/с «Татьянин день»
09.00	По делам несовершеннолетних
10.00	Дела семейные
11.00	Драма «ЗНАХАРЬ»
13.30	Мелодрама «СВОЯ ПРАВДА»
17.30	Д/с «Женщины не прощают»
18.00	Д/с «Быть с ним»
19.00	Главные новости Екатеринбург

07.00	М/с «Жизнь и приключения робота-подростка»
07.25	М/с «Покемоны: галактические битвы»
07.55	М/с «Рога и копыта: возвращение»
08.30	Школа ремонта
09.30	Т/с «Универ»
10.40	М/с «Губка Боб Квадратные Штаны»
11.40	М/с «Приключения Джими Нейтрона, мальчика-гения»
12.30	М/с «Бен 10: инопланетная сила»
13.00	Т/с «Барвиха»

06.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00	Сейчас
06.10, 20.00, 20.50	Т/с «След»
07.00	Утро на «5»
09.25	Д/с «Криминальные хроники»
10.30, 12.30	Драма «Честный Заказ»

00.00, 10.30	«Мысли о прекрасном» / «Православное Подмосковье»
00.30	«Плод веры»
01.00, 06.00, 09.45, 21.45	«Первосвященитель»
01.15	«Путь к Богу» (Снежинск) / «Песнопения для души»
01.30, 09.00	«Христианское слово» (Вильнюс)
01.45, 09.15	«Преображение» (Челябинск)
01.50, 09.20	«Свет Православия» (Пенза)
02.00, 12.45	«Вестник Православия» (Санкт-Петербург)
02.15, 07.45, 12.30	«Живое слово»
02.30	Скорая социальная помощь
02.45, 12.15	«Отчий дом» (Екатеринбург)
03.00, 13.00, 23.00	«Исследуйте Писания»
03.30, 13.30	«Уроки Православия»
04.00, 15.15	«Слово митрополита» (Волгоград)
04.15	«Размышления о вечном» (Оренбург)
04.30	«Преображение» (Одесса)
05.00	«Церковь и мир» с митрополитом Иларионом
05.30	«Благовест» (Ставрополь)
05.45	«Церковь и мир» (Астрахань) / «Православный Север» (Архангельск)
06.15, 11.45, 18.45	У книжной полки

07.00	«Хэзерле иртзи»
09.30	«Доброе утро!»
10.30	«Монтеркристо». Телесериал
11.30	«Билгезлек». Телесериал
12.30	«Оныта альмыш». Ретро-концерт
13.00	«Жырлык элел!»
14.00	«Дело было на Кубани». Телесериал
15.00	«Семь дней». Информационно-аналитическая программа
16.00	Новости Татарстана
16.20	«Не от мира сего...»
16.40	«Хонэр»
17.00	«Хочу мультфильм!»
17.15	«Кучтэнэз»
17.30	«Тамчы-шоу»
18.00	«Жырлык элел!», «Бибез»
18.10	«Черепашки ниндзя». Мультсериал



ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Всё своё ношу с собой

Как не подхватить чесотку или избавиться от зуда

Ольга БЕЛКИНА

Зуд – симптом многих заболеваний и не только кожных. Есть даже такой диагноз «зуд кожи», который может быть как неврогенного, психогенного характера, так и сопровождать онкологические заболевания, проявляться при глистах, паразитах... Переносит все его проявления в зависимости от типа нервной системы.



Дерматолог Светлана Глухих: «Зуд кожи может быть симптомом как простой сухости кожи, так и опасных заболеваний.»

О неприятном симптоме и заболеваниях, которые он может сопровождать, рассказывает врач-дерматовенеролог высшей категории Областной клинической больницы №1, кандидат медицинских наук **Светлана ГЛУХИХ**:

«Мы чаще всего сталкиваемся с зудом как проявлением аллергии или симптомом паразитарных заболеваний, к которым относится и чесотка – очень заразная болезнь. Пути передачи много: от больного к здоровому при непосредственном контакте (совместное проживание, общая постель, половые и бытовые контакты), часто чесотку «подцепляют» в гостиницах, банях, тренажерных залах через предметы, которые были в руках больного (игрушки, деньги, книги, полотенца). К группам риска относятся люди, чья профессия связана с командировками, с большим количеством контактов (продавцы, работники гостиниц, медсестры).

В местах, которые непосредственно контактировали с зараженным предметом или органом (чаще всего – руки, зона спины, живот) появляются характерные признаки. Сначала это зуд, усиливающийся в вечернее или ночное время. Потом – высыпания в виде пузырьков, узелков, единичных пар. Со временем их становится все больше, потому что чесоточный клещ очень подвижен, он делает чесоточные ходы, откладывает личинки и яйца, которые и выходят на кожу.

Сейчас появился новый вид заболевания – «чесотка чистоплотных людей», когда видимых проявлений болезни очень мало. У меня был случай: у пациентки было одноединственное высыпание между пальцами. Заражение произошло через постельное белье в поезде.

Иногда случаются наслоения на чесоточные проявления, и определить, что главное заболевание – чесотка, не всегда просто. Нередко всё усугубляется аллергическими проявлениями. Есть и вероятность развития экземы, если неправильно лечить чесотку, она может осложниться гнойничками: человек расчесывает пузырьки, они превращаются во входные ворота инфекции, и образуются гнойные корки, фурункулы.

Инкубационный период болезни зависит от полученной дозы, способа заражения и длительности контакта. В среднем – две-три недели. Но бывает, что и уже через несколько дней клиника заболевания видна.

Прививки от чесотки не существует, но защититься от нее все-таки можно. Старайтесь не браться в общественных местах за те места, что до вас уже трогали тысячи рук. В идеале, отправляясь в сауну, фитнес-центр, командировку – имейте все свое: полотенце, мочалку, тапочки. Будьте осторожны в примерочных. Плюс элементарные меры личной гигиены и профилактики. Чаще мойте руки. Работайте в перчатках. Если есть подозрение, что вы подцепили чесотку, встаньте под душ – это своеобразное механическое удаление чесоточного клеща. Зачастую очень эффективное. Но смывать надо деликатно и часто, не нарушая естественной защиты кожи.

Зуд некоторых участков тела может быть и следствием повышенной чувствительности кожи, ее сухости в зимне-весенний период. В отличие от чесотки, при этом не будет никаких специфических высыпаний. Под словами одежды кожа мало дышит, снижаются внутренние процессы, и оттого возникают ощущения стянутости, дискомфорта. Здесь поможет контрастный душ, мягкий гель для душа (для чувствительной кожи), молочко после душа, крем для тела.

Со всеми беспокоящими вопросами по состоянию кожи обращайтесь к дерматологам в районных поликлиниках. Но, если проблема не разрешилась, записывайтесь на прием в областную больницу...»

Анекдот

Как определить, не надо ли тебе худеть? Если мужчина может отнести тебя на руках в постель – ты в форме... Если нет – поменяй это количество на нормального мужчину.