

Очень часто, разговаривая по телефону, слушая лекцию или находясь на совещании, мы машинально рисуем, то есть "царапаем" что-то ручкой по бумаге. Но все эти кружочки, квадратики, цветочки и нелепые рожицы имеют смысл. Психологи утверждают, что они многое могут поведать о характере автора и его настроении в данный момент.

МНЕНИЕ ПСИХОЛОГА

СОЛНЦЕ — НЕ ЗНАЧИТ СОЛНЕЧНО

СПИРАЛИ, КРУГИ, ВОЛНИСТЫЕ ЛИНИИ

Чужие проблемы вас не слишком заботят или вообще не интересуют. Сейчас все внимание сосредоточено на собственной персоне. Если заметили, что начинаете рисовать спиральки, имейте в виду: сейчас вам необходимо следить за собой, чтобы не вспылить и не нанести собеседнику оскорбление.

ЦВЕТОЧКИ, СОЛНЦЕ, ГИРЛЯНДЫ

Но это не значит, что у вас на душе так же радостно. Больше всего вы мечтаете о дружбе и нежности, а слова, которые вертятся на языке, невольно переносите на бумагу: "Обратите на меня внимание!" Если ваша рука начинает выводить цветочки, поспешите навестить друзей.

СЕТКИ

Скорее всего, вы попали в неловкое положение. Каждая решительная, жирная линия — это атака, которую вы не решаетесь предпринять. Если под конец вы обведете свой рисунок — это значит, что с проблемой покончено,



по крайней мере, внешне. Вы склонны проглатывать обиду, а это таит в себе опасность: в душе накапливается разочарование.

УЗОРЫ

Острые углы и плавные овалы соединяются в мотив, повторяющийся до бесконечности. Такой узор говорит о том, что вам скучно, надоел телефонный разговор и вообще весь ваш образ жизни. Разружьте однообразие, которое действует на вас угнетающе.

КРЕСТЫ

Они встречаются доволь-

но часто. Женщины придают им вид украшений, у мужчин они более строгих очертаний. В обоих случаях кресты выражают чувство вины, возникшее скорее всего в ходе телефонного разговора. Что-то вас тяготит: или вы себя укоряете сами, или вас упрекнул собеседник.

ЧЕЛОВЕЧКИ

Пусть их веселый вид не вводит вас в заблуждение. Это изображение — признак беспомощности или желания уклониться от какой-то обязанности. Люди обычно рисуют человечков в тот момент, когда им следовало бы

сказать решительное "нет", но они не могут заставить себя произнести это слово. Так что человека надо воспринимать как предупреждение и сказать себе: "Не сдавайся! Откажись, иначе потом будешь сокрушаться из-за собственной слабости!"

КВАДРАТЫ, ТРЕУГОЛЬНИКИ И ДРУГИЕ ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ ФИГУРЫ

Ясно одно: вас легко не проведешь. У вас четкие цели и убеждения, вы почти никогда не испытываете страха перед своими противниками и конкурентами. Чем более угловаты геометрические формы, тем более вы агрессивны, хотя внешне это и не всегда заметно. Постарайтесь смотреть на вещи проще.

ПЧЕЛИНЫЕ СОТЫ

Они говорят о стремлении к спокойствию, гармонии, упорядоченной жизни. Они могут означать и желание создать семейное гнездо. Вероятно, ваша проблема — в нежелании признать перед самим собой существование такой мечты.

ШАХМАТНЫЕ ПОЛЯ

По-видимому, вы оказались в весьма неприятном или, по крайней мере, затруднительном положении. Вы мечтаете о ясном и надежном пути, который выведет вас из него. В данный момент не следует что-либо скрывать или замалчивать. Если такие изображения появляются часто, то вы, вероятно, страдаете от скрытых комплексов.

По материалам центральной медицинской прессы.

КОРОТКО

ТИШЕ ЕДЕШЬ — ЗДОРОВЕЕ БУДЕШЬ

Опасность получить инфаркт во время тяжелой физической работы в несколько раз выше по сравнению с работой в обычном режиме.

Так утверждают английские медики. Они всем советуют избегать физических перенапряжений, заменяя их работой без авралов и нормальной физкультурой. Не надо стараться сделать что-то сверх своих сил и привычных возможностей, например, резко побежать за уходящим автобусом или начать перетаскивать тяжелые вещи в квартире в одиночку. Причем самое страшное, что очень трудно определить степень своего переутомления, поэтому лучше не рисковать. Но самое интересное, что сексуальная активность по сравнению с другими видами физических нагрузок не представляет большого риска.

А НАДО ЛИ СЖИГАТЬ?

Популярные сейчас сжигатели жира резко изменяют структуру жировой ткани, что может привести к гормональному сдвигу.

Известно, что жировая ткань вырабатывает особый гормон, который оказывает влияние на рост, формирование половых признаков и другие важные процессы в организме. Если сжигатель жира повлияет на этот гормон, то в организме может произойти серьезный дисбаланс. Особенно это опасно в период полового созревания. Так что сбрасывать лишние килограммы лучше традиционными методами.

Раньше это растение называли живокостью или костоломом. Хотя какой он костолом, скорее костоправ. Целительную силу окопника знали еще древние греки. Знаменитый врач Парацельс применял его при лечении ран, язв, заболеваниях костей.

Русские лекари тоже знали о ранозаживляющих свойствах окопника и советовали делать компрессы из него при переломах, вывихах, растяжениях, разрывах связок. Мазь из окопника продается в аптеках. Она быстро заживляет раны, снимает боль, предотвращает развитие воспалительных процессов, отеков, а также накопление жидко-

ЛЕКАРСТВО ПОД НОГАМИ

ОКОПНИК

сти в суставной сумке поврежденного сустава.

Мазь наносится на ночь в виде компресса, сверху большой участок надо обернуть салфеткой. Не успеете оглянуться, а от травмы следа не останется, ведь сила окопника уникальна. Химический состав этого растения удивителен: биологически активные компоненты, дубильные вещества, витамин В12, крахмал, органические кислоты, алкалоиды. Фармацевты называют окопник самым заживляющим из всех известных средств для наружного использования.

В фармакологии окоп-

ник существует и в виде геля. Он снимает болезненные ощущения в мышцах. Попробуйте перед началом физической нагрузки и после нее нанести гель на мышцы рук, ног, спины и разотрите до полного впитывания. Тогда к концу дня вам не придется испытывать такое неприятное состояние, когда не чувствуешь ни рук, ни ног.

Если вам знаком "прострел" в спине, то окопник тоже поможет, но пользоваться им нужно не только в острый период, а и для профилактики перед физической нагрузкой.

Светлана КУЗНИК.

Недавно узнала новый способ борьбы с герпесом. Это первый способ из десятков, испробованных мною, который действительно помог и за короткий срок.

РЕЦЕПТ ИЗ КОНВЕРТА

ЛИХОРАДКА НА ГУБАХ

Описание рецепта долгое, но делается лекарство быстрее, чем за минуту. Возьмите половину листа немелованной бумаги (серой, желтой, в общем, самой дешевой и низкокачественной), сверните ее конусом. Поставьте конус основанием на чистую тарелку и поднесите спичку к вершине конуса. Когда он сгорит наполовину, опрокиньте конус с тарелки в раковину (да, всю процедуру надо делать над раковиной или ванной для обеспечения пожарной безопасности). На холодной поверхности тарелки вы увидите желтовато-

золотистое пятно — это сконденсированная живичная смола. Ее надо очень быстро снять пальцем и смазать пораженный участок. После этого желательно не выходить "на люди" — смазанные участки приобретают темный цвет. Но потом наступит удивительный эффект. На следующий день на моих губах не было никаких поражений, только темное пятно от смолы, но его можно отмыть детским мылом.

Анна Ф. Г. Орел.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА

СВЕКЛА — ПОЛЕЗНО И ДЕШЕВО

Родиной свеклы считается Средиземноморье, но на Руси этот овощ стал известен еще в десятом веке, поэтому его смело можно считать нашим национальным продуктом.

В продаже уже появилась свекла нового урожая, поэтому самое время заготовить удивительный корнеплод на долгую зиму. И в этом есть смысл, потому что свекла обладает исключительной лечебной ценностью, а по стоимости она доступна даже малообеспеченным людям.

В свекле содержатся белки, жиры, сахара, витамины С, Р, группы В, каротин, минеральные соли йода, калия, железа, кальция, микроэлемент кобальт, клетчатка. Красящее вещество бетаин способствует укреплению капилляров, снижает уровень холестерина в крови, кобальт используется организмом для синтеза витамина В12 и участвует в образовании эритроцитов, пектиновые вещества нейтрализуют токсические продукты и связывают соли тяжелых металлов, а по содержанию йода свекла превосходит многие овощи.

Все народные рецепты в этой подборке приготавливаются из свеклы.

При гипертонии. Смешать в одинаковых пропорциях сок свеклы, сок моркови, мед и лимон — по вкусу. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за час до еды.

При хронических ларингитах и охриплости голоса. Полоскать горло соком вареной свеклы 3 раза в день в течение месяца.

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки (но не в момент обострения) пить по четверти стакана свежего свекольного сока 3 раза в день минут за 20 до еды. В год 2 — 3 курса по 10 дней. Но сок надо предварительно выдержать в холодильнике или холодном месте 2 часа, чтобы улетучились раздражающие вещества, способные вызвать тошноту и рвоту.

При легочных болезнях в качестве отхаркивающего средства. В стакан свекольного сока добавить по 5 столовых ложек сахара и водки и 1 столовую ложку очищенного глицерина (продается в аптеках). Смесь принимать по 1 чайной ложке три раза в день.

При анемии. Сделать смесь из одинакового количества соков свеклы, моркови и редьки. Настаивать смесь в темной бутылке часа 3. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой длительное время. Бутылку можно закатать в тесто и выдержать в духовке 3 часа, но настаивать быстрее и проще.

При хронических запорах. Съесть ежедневно по одной вареной свекле. Если нет противопоказаний, можно есть вареную свеклу и в больших количествах.

При ангине. Натрите на мелкой терке 1 стакан сырой свеклы, добавьте 1 столовую ложку столового уксуса. Смесь настаивайте в темном месте 10 часов. Процедите, отожмите и этим раствором полощите горло несколько раз в день.

При головной боли. Кусочки ваты, смоченные соком свежей свеклы, надо вкладывать в уши.

При насморке. Смешайте 2 чайные ложки свекольного сока и 1 чайную ложку меда. Закапывайте в каждую ноздрю по 3 капли 2 раза в день. Процедура очень неприятная, поэтому маленьким детям лучше закапывать без меда и крайне осторожно.

При дерматитах. Промытые в кипяченой воде свекольные листья в качестве компресса прикладывайте к воспаленным участкам кожи.

При туберкулезе и малокровии. Съесть ежедневно салат из вареной свеклы и очищенного свежего яблока. Добавить петрушку, сахар, раствор лимонной кислоты и сметану по вкусу.

При недостатке витаминов. Промыть ботву молодой свеклы, проварить ее черешки 2 минуты в подсоленной воде. Все мелко нарезать и при желании добавить сметану и зелень.

При зубной боли. Рекомендуют приложить к больному зубу кусочек сырой свеклы. Боль стихает, но это не избавляет от посещения стоматолога.

● Прежде чем использовать народное средство посоветуйтесь с врачом.

Полосу подготовила Ирина ПОЧИТАЛИНА.