

# Пайджест

## И В ПОЧКАХ ВОДА КАМЕНЬ ТОЧИТ

Боль от камней в почках не редкость. Каждый год около 350.000 американцев испытывают внезапные сильные боли из-за того, что у них в системе мочеиспускания образуется камень, размер которого достаточен для закупорки выходного пути жидких отходов организма. Камни в почках способны даже самых стойких людей заставить пасть на колени.

Примерно в 80 процентах случаев камнем является самый простой из мочевых путей и выйти наружу. Подобное событие приносит немедленное и долгожданное облегчение. В противном случае требуется медицинская помощь, чтобы содействовать их выходу и предотвратить необратимое поражение почек.

Благодаря недавним изобретениям сегодня лечение большинства случаев камней в почках происходит быстрее, проще, безопаснее и дешевле, чем тогда, когда обширное хирургическое вмешательство было единственным возможным выбором. Несмотря на кажущуюся простоту лечения, профилактика болезни остается самым эффективным выбором. А профилактика для тех, кто подвержен риску мочекаменной болезни, означает обильное питье жидкости — в количестве 230 граммов ежедневно во время бодрствования. Обильное питье особенно необходимо в теплые месяцы года, когда много жидкости выходит из организма с потом и через дыхание вместо отвода через почки.

Почечные камни — на профессиональном языке врачей они называются мочевыми конкрементами, или уrolитами — представляют собой сросшиеся массы кристалликов солей и минералов, образовавшихся в верхних мочевых путях. Известно, что они поражают род человеческий еще за 4800 лет до Рождества Христова. (Дата установлена по одной египетской мумии).

Представляется, что они являются в значительной степени болезнью цивилизации, поскольку большинство больных мира — это взрослые люди, живущие в богатых промышленно развитых странах. Отложение камней связывают с пищей, богатой животным белком и содержащей мало жидкости.

Типичный пациент с мочевыми камнями — это мужчина в возрасте от 20 до 50 лет. Хотя внутренние органы у мужчин и женщин похожи, образование камней у мужчин в три или четыре раза вероятнее, чем у женщин. До сих пор одна женщина из 20 и один мужчина из 7 в нашей стране смогут, если доживут до 70 лет, почувствовать боль от почечных камней.

По мере того как повышается социально-экономический статус женщины, повышается и риск образования у них мочевого камня. Раз камни появились, вероятно, они появятся и в другой раз. Если не предпринять эффективных профилактических действий, то в течение последующих 10 лет повторный приступ наступит приблизительно от 50 до 60 процентов пациентов. Во время точного следования профилактическим мерам способно предотвратить второй приступ болезни в более чем 96 процентах случаев.

Большинство мочевого камня содержит оксалат кальция, т.е. кальциевую соль щавелевой кислоты. Это привело к ошибочному мнению, что больные камнепочечниками должны избегать молочных продуктов.

При отказе от молочных продуктов возникает риск замены молочных продуктов такой пищей, которая богата оксалатами или веществами, образующими оксалаты. Оксалаты обнаружены в более чем в трех четвертях камней. Подобные продукты и напитки — орехи, темные листовые овощи, шоколад и фруктовые соки (в особенности клюквенный сок). Лица, принимающие витамин D, должны избегать доз витамина C более чем по 3 грамма в день.

И каждый больной должен пить больше жидкости, прежде всего чистой воды. Специалисты рекомендуют по меньшей мере восемь стаканов в день, что достаточно для удвоения обычного выделения мочи и сведения ее общего количества до более чем двух литров в день.

«НЬЮ-ЙОРК ТАЙМС».

### Они возвращаются

То, о чем так долго говорили в местах не столь отдаленных и что по времени всегда совпадало либо с очередным юбилеем Октября, либо с низвержением или восхождением нового генсека, свершилось. Амнистия. Правда, эта — посткоммунистическая — амнистия вряд ли может сравниться по своим масштабам с амнистией горбачевской, когда свыше 80 тысяч осужденных враз были освобождены из колоний. Последствия той амнистии, приуроченной к 70-летию Великого Октября, не заставили себя долго ждать: по оценкам экспертов службы исправительных дел и социальной реабилитации УВД Тюменской области, свыше трети амнистированных были осуждены вновь.

Сейчас, похоже, действуют с оглядкой на прошлый опыт. И хотя нынешняя демонстрация гуманизма касается по сути миллионы наших соотечественников, до конца года из колоний освободится немногим более 20 тысяч. Преимущественно старики и инвалиды. Остальные 480 тысяч — осужденные к исправительным работам, «химикам». Они и до амнистии не были за колонией проволокой.

По мнению сотрудников МВД России, было бы явным

# ТЕЛЕТЕРАРИДИТЕЛИ

**ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 6.30 Утренняя гимнастика.  
 8.45 Фирма гарантирует.  
 9.00 Новости.  
 9.20 «Посмотрите — послушайте».  
 9.40 Что? Где? Когда?  
 10.45 «Аншлаг, аншлаг».  
 Владимир Винокур.  
 12.00 Новости.  
 12.20 Под знаком пи.  
 13.00 — 13.35 Новое поколение выбирает.  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).

**ВТОРНИК, 15 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 6.30 Утренняя гимнастика.  
 8.45 Фирма гарантирует.  
 9.00 Новости.  
 9.20 «Империю». Художественный фильм. 1-я серия.  
 10.10 Футбольное обозрение.  
 10.40 Новости.  
 11.30 «Мелочи жизни». Художественный телесериал. 11-я серия. «Визитеры».  
 12.00 Новости (с сурдопереводами).  
 12.20 «Игорь Савович». Художественный фильм. 1-я серия. «Блистательный Игорь Савович».  
 13.25 «Царевна-лягушка».

**СРЕДА, 16 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 6.30 Утренняя гимнастика.  
 8.45 Фирма гарантирует.  
 9.00 Новости.  
 9.20 «Империю». Художественный фильм. 2-я серия.  
 10.10 Наш музыкальный клуб.  
 10.50 «Алпамыс-батыр». Мультфильм.  
 11.10 Концерт фольклорно-этнографического оркестра «Отар-сазы».  
 12.00 Новости (с сурдопереводами).  
 12.20 «Игорь Савович». Художественный фильм. 2-я серия. «30-летний мужчина».  
 13.30 Мультфильм.

**ЧЕТВЕРГ, 17 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 6.30 Утренняя гимнастика.  
 8.45 Фирма гарантирует.  
 9.00 Новости.  
 9.20 «Кидди-Видди». Художественный фильм. 3-я серия.  
 10.25 Театральные встречи.  
 11.05 «Айболит и Бармалей». Мультфильм.  
 11.20 «Агидель-92». Всероссийский конкурс на лучшее исполнение эстрадной песни в Уфе.  
 12.00 Новости (с сурдопереводами).

**ПЯТНИЦА, 18 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 6.30 Утренняя гимнастика.  
 8.45 Фирма гарантирует.  
 9.00 Новости.  
 9.20 «До шестнадцати и старше».  
 10.00 Клуб путешественников (с сурдопереводами).  
 10.50 «Петр Богомазов. Между стартом и финишем». Передача из Ростова-на-Дону.  
 11.30 Америка с М. Таратуты.  
 12.00 Новости (с сурдопереводами).  
 12.20 «Ай лав ю, Петрович». Художественный фильм.

**СУББОТА, 19 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 6.00 Новости.  
 7.20 Утренняя гимнастика.  
 7.30 Субботнее утро делового человека.  
 8.30 «Спорт-шанс: азартные игры».  
 9.00 «Марафон-15» — мультфильм.  
 9.25 «ЭКО»: Экологическое обозрение.  
 9.40 НЛО: необъявленный визит.  
 10.30 Автограф по субботам.  
 11.00 Дело.  
 11.10 Медицина для тебя.  
 11.50 «Киноправда». Художественный фильм «Клятва».

**ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 ДЕКАБРЯ**  
**КАНАЛ «ОСТАНКИНО»**  
 5.55 Программа передач.  
 7.00 Час силы духа.  
 8.00 Тираж «Спортлото».  
 8.15 «Чертонок с пушистым хвостом». Мультфильм.  
 8.30 «Золотые россыпи». Передача из Перми.  
 9.00 «Прикосновение кривле». Документальный фильм.  
 9.30 С утра пораньше. Премьера многосерийного мультфильма «Денвер — последний из динозавров» (Франция).  
 10.00 Пока все дома.  
 10.30 Утренняя звезда.  
 11.20 Мир на досуге.  
 12.00 «Приключения Черного Кравчики». Телевизионный художественный фильм. 23-я серия.  
 12.25 Новое поколение выбирает.

15.20 Программа передач.  
 15.25 Телемост.  
 16.10 Блокот.  
 16.15 «Пчела Майя». Многосерийный мультфильм.  
 17.05 Новая тема.  
 17.05 Технодом.  
 18.00 Новости.  
 18.20 Программа передач.  
 18.25 «Звездный час».  
 19.10 Футбольное обозрение.  
 19.45 Ю. Панч. «Дорога домой». «Что посеешь...»  
 20.40 Спокойной ночи, малыши!  
 20.55 Реклама.  
 21.00 Новости.  
 21.35 Программа передач.  
 21.40 «Мелочи жизни». Художественный фильм.

Мультфильм.  
 13.55 «Чужой». Художественный фильм. (Рижская киностудия).  
 15.25 Новости (с сурдопереводами).  
 15.20 Программа передач.  
 15.25 Деловой вестник.  
 15.40 Блокот.  
 15.45 Р. Шедрин. Музыка кобальта «Дама с собачкой».  
 16.10 «Пчела Майя». Многосерийный мультфильм.  
 17.05 «Наш музыкальный клуб».  
 17.45 Пресс-экспресс.  
 18.00 Новости.  
 18.20 Программа передач.  
 18.40 Межгосударственный канал «Останкино» представляет.  
 19.00 «Возвращение в Эдем». Художественный фильм. 1-я серия. (Австра-

13.55 «Родные степи». Художественный фильм.  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).  
 15.20 Программа передач.  
 15.25 Телемост.  
 16.10 Блокот. Фирма «Выбор».  
 16.15 «Пчела Майя». Многосерийный мультфильм.  
 17.05 «Эши баланы» — «Поющий цилиндрок». Детская программа из Казахстана.  
 17.50 Пресс-экспресс.  
 18.00 Новости.  
 18.20 К государственному празднику Казахстана — Дню Республики. Телеочерк «Казахстан сегодня».  
 18.40 Выступление президента Казахстана Н. А. Назарбаева.  
 19.00 Программа передач.

12.20 «Игорь Савович». Художественный фильм. 3-я серия. «Всадники не рождаются».  
 13.30 Мультфильм.  
 13.50 «Безымянная звезда». Художественный фильм. 1-я серия.  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).  
 15.20 Программа передач.  
 15.25 Телемост.  
 16.10 Блокот.  
 16.15 «Пчела Майя». Многосерийный мультфильм.  
 17.05 «До шестнадцати и старше».  
 17.45 Пресс-экспресс.  
 18.00 Новости.  
 18.20 Программа передач.  
 18.25 Хоккей. Международный турнир на приз газеты

13.55 «Безымянная звезда». Художественный фильм. 2-я серия.  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).  
 15.20 Программа передач.  
 15.25 Бридж.  
 15.50 Бизнес-класс.  
 16.05 Блокот.  
 16.10 «Пчела Майя». Многосерийный мультфильм.  
 16.35 Центр.  
 17.05 «Добро пожаловать, русская зима!» Концерт Академического оркестра русских народных инструментов телекомпании «Останкино».  
 17.45 Пресс-экспресс.  
 18.00 Новости.  
 18.20 Программа передач.  
 18.25 «Голоса Родины». Маршруты фестивалей немецкой культуры.

14.30 Студия «Политика» представляет программу США «Свобода выбора» с участием экономиста М. Фридмана. Передача 5 — «Созданные равными».  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).  
 15.20 «Дракуито-вампиренца». Многосерийный мультфильм (Франция). 6-я серия.  
 15.45 В мире животных.  
 16.35 АВБД ЛТД. Телесерия. 9-я серия.  
 17.05 Красный квадрат.  
 17.45 Хоккей. Международный турнир на приз газеты «Известия». Сборная Канады — сборная России. 2 и 3 периоды. Трансляция из Дворца спорта ЦСКА.  
 19.25 «Вернисе», Лумум-

13.15 Народные мелодии.  
 13.30 Премьера многосерийного мультфильма «Пиф и Геркулес».  
 13.40 Премьера многосерийного документального фильма «Подвиги одиссея команд Кусто».  
 14.30 «Служенье муз не терпит суеты».  
 15.00 Новости (с сурдопереводами).  
 15.15 Программа передач.  
 15.20 Диалог в прямом эфире.  
 16.00 Клуб путешественников.  
 16.50 Живое дерево ремесла.  
 17.00 Панорама.  
 17.40 Телеполюс.  
 17.55 Уолт Дисней представляет.  
 18.45 Новости.  
 19.00 Премьера рубрики «Обна-на-угол». Шоу.  
 19.50 «Анфиса». Фильм-

13.40 Крестьянский вопрос.  
 14.00 — 14.20 Вести.  
 16.00 Телебюро.  
 16.30 «Семья Смирновых: как жить дальше?». Телефильм (Австрия).  
 17.15 Там-там-новости.  
 17.30 Трансроссфир. «Европа — Азия».  
 18.20 «По-недельнику».  
 18.35 Ностальгические посылки.  
 19.05 Пигмаллон.  
 19.35 «Космическая загадка». Мультфильм.  
 19.45 Праздник каждый день.  
 19.55 Реклама.  
 20.00 Вести.

12.00 «Кукарача». Художественный фильм.  
 13.35 Торговый дом «Т. Ин. Ко».  
 13.40 Крестьянский вопрос.  
 14.00 — 14.20 Вести.  
 16.00 Телебюро.  
 16.30 Студия «Рост». «Музыкальный класс».  
 17.00 Там-там-новости.  
 17.15 «Там-там-новости Библия».  
 17.45 Брианский вестник.  
 18.00 «Тело — храм души». Шокал выживания.  
 18.30 Парламентский вестник.  
 18.45 «Прямой провод». К юбилею VII Съезда народных депутатов России.  
 19.35 «Аваркад». Мультфильм.  
 19.45 Праздник каждый

19.05 «Возвращение в Эдем». Художественный фильм. 2-я серия.  
 19.55 Концерт мастеров искусств Казахстана.  
 20.45 Спокойной ночи, малыши!  
 21.00 Новости.  
 21.35 Программа передач.  
 21.40 «Прикосновение». Художественный фильм.  
 23.00 «Телевизионное знакомство». Урмак Отт беседует с Михаилом Горбачевым.  
 0.00 Новости.  
 0.20 Программа передач.  
 0.25 «Возможно все».  
 0.55 — 1.45 «Империю». Художественный фильм. 2-я серия.  
 8.00 Вести.  
 8.25 Времени деловых людей.

8.55 — 9.25 «Германия университетская».  
 12.00 «Санта-Барбара».  
 12.50 Трансроссфир. «Туманган».  
 13.35 Торговый дом «Т. Ин. Ко».  
 13.40 Крестьянский вопрос.  
 14.00 — 14.20 Вести.  
 16.00 Бизнес: новые имена.  
 16.15 «Балобон». Программа для дошкольников (Франция).  
 16.40 Досуг. «ТВ-ателье».  
 16.55 Там-там-новости.  
 17.10 «Будьте здоровы».  
 18.10 Христианская программа.  
 18.45 «Снег — судьба моя». Документальный фильм. 3-я серия.  
 19.35 «Помощники». Му-

19.45 Праздник каждый день.  
 19.55 Реклама.  
 20.00 Вести.  
 20.20 Реклама.  
 20.25 «Санта-Барбара».  
 21.15 «Фитиль-видео».  
 21.50 Программа «ЭКС». Экран криминальных сообщений.  
 22.00 Телевизионное бюро расследований.  
 22.55 Реклама.  
 23.00 Вести. Астрологический прогноз.  
 23.25 Спортивная карусель.  
 23.40 На сессии ВС Российской Федерации.  
 0.10 — 1.10 Тихий дом. Продолжение.

11.00 Лучшие нутри НБА.  
 12.00 «Санта-Барбара».  
 12.50 Параллели.  
 13.05 Кипрас Мажейка. Репортаж из НАТО.  
 13.35 Торговый дом «Т. Ин. Ко».  
 13.40 Крестьянский вопрос.  
 14.00 — 14.20 Вести.  
 16.00 Телебюро.  
 16.30 Студия «Рост». «Театр зверей». Часть 1-я.  
 16.50 Там-там-новости.  
 17.05 «Семья Смирновых: как жить дальше?». Телефильм (Австрия).  
 17.15 «Брианский фермер».  
 18.45 Уолт Дисней по пятницам. «Звездная болезнь Дональда».  
 19.35 «Труднолюбивая старушка». Мультфильм.

12.00 «Новые сказки Шехерезады». Художественный фильм. 1-я серия.  
 13.05 Искусство отражения. «Есть мир, который мы не знаем». Художник Ю. Миронов.  
 13.40 Крестьянский вопрос. «СЕВ».  
 14.00 Вести.  
 14.20 Телеконкурс юрстов «Amica veritas».  
 15.20 Пилигрим. Российское бюро путешествий.  
 16.20 «Бурда моден» представляет.  
 16.35 Непознанная Вселенная.  
 17.05 Футбол без границ.  
 18.00 Золотая шпора.  
 18.30 Парламентский вестник.  
 18.45 Устами младенца.



### СПИЧКИ ПРОТИВ ДОЖДЯ

Инженеры английской фирмы «Брайнт и Мэй» изобрели экологические спички.  
 Они нашли продукт, заменяющий серу, и теперь в спичечной головке отсутствуют такие загрязняющие атмосферу вещества, как окис цинка и двуокиси свинца. И все это безвредно и «чел», который прежде связывал воедино составные компоненты головки, — придумали новый клей на растительного крахмала и отходов желатина. И все это потому, объясняет журнал «Англия», что при горении обычной спички выделяется сера, являющаяся причиной появления кислотных дождей. И довольно часто: ежедневно в Британии загорается 100 миллионов спичек.

### ПОХИЩЕН ДВАЖДЫ

Контракт с москвичом выглядел очень заманчиво для устьканинатора, и на его подписание К. вылетел в самом прекрасном расположении духа.  
 Его настроение резко изменилось, когда прямо из Домодедова он был доставлен на самую настоящую «машину».  
 Двое суток бандиты усидели «прессовали» К., убеждая его подписать такой договор, где заранее предусматривались весьма крупные платежи на счет рэжеров.

К. сумел вылезти из рук и попросил разрешения позвонить домой, чтобы срочно в Москву прилетел его главный бухгалтер с печатью.  
 «Между строк» тонко давая знать, что именно помощь ему срочно нужна.  
 Его позвал в Усть-Кангаторск. И вместе с бухгалтером фирмы в Москву первым же рейсом вылетела трое вооруженных устьканинаторских омоновцев. Увидев родного главу, К. бросился прямо к нему. Мажейка в отдалении босоник равнялся к приближению. Основатель меньше всего хотел начинать перестрелку. Они просто схватили в охапку бухгалтера и сплассовали товарища в бросалась обратно в самолет.

### ФОКУС НЕ УДАЛСЯ

Оригинальный способ прослыть шедрым придумал египетский актер Шериф Салахдин.  
 Ведомство, занятое приемом пожертвований в пользу жертв недавнего землетрясения, сошло «несерьезным» и отклонило предложение артиста внести две тысячи египетских фунтов (около 600 долларов). Дело в том, что этот великий Ш. Салахдин просил выдать 30 своего друга, задохлавшего ему такую сумму.

### ТРЕХГОЛОВЫЙ МИШКА

Во время выставки изобразительного искусства, проходившей в парижском «Гранд-палас», перед этим музеем был выставлен самый большой плюшевый мишка в мире. Его высота — семь метров. Мишка непростой — с восьми лапами и тремя головами. По словам организаторов выставки, эти мишки привлекают внимание к уходящему количеству медведей в Пиренеях.

### ИЗ ФИЛЬМА УЖАСОВ

Они действовали хладнокровно и обдуманно, как опытные уголовники, готовя преступление заранее. Обзаведясь пистолетом, ножом, веревками.  
 Когда все было готово, группа в составе 16-летних Дорухина, Зайцева и 15-летней Архиповой пришла на квартиру к подруге Архиповой Ирине. Пока малышка расплакалась с хозяйкой, девочка собирала вещи, шарла в ящики и шкафы.  
 Ирине нанесли пять ножевых ран, но она осталась жива. Местная полиция через три дня выявила преступников. Суд не был снисходительным к юным наездникам. Все они получили от 6 до 9 лет лишения свободы.  
 По сообщениям российских агентств.