ОКНО В ПРИРОДУ

СОВЕТ СПЕЦИАЛИСТА

ОПАСНОСТЬ В ПОХОДЕ

Лето – самое благодатное время для туризма. Но оно же и самое тревожное для медиков. По сравнению с зимним периодом, летом существенно увеличивается количество обращений к врачам за помощью.

В основном люди видят предупреждения только о том, что надо опасаться клещей. Но ведь есть и другие насекомые, укусы которых не менее опасны, а иногда и смертельны, хотя в средствах массовой информации об этом медики ничего не пишут.

К летальному исходу может привести встреча с осами. На природе их привлекают к людям газированные напитки, мучные изделия с вареньем, повидлом, джемами, любые продукты, содержащие сахар. Прилетевшая одна оса не опасна, если ее не пытаются отогнать. Насытившись, она улетает. Но что делают люди? Как правило, пытаются отогнать осу. В такой ситуации она становится агрессивной и жалит. Особенно опасны укусы в голову и шею. Если осу раздавили на теле во время укуса, то на ее запах слетаются другие осы и кусают в то место, где она была раздавлена. Многочисленные укусы вызывают у человека сильный болевой шок. Если своевременно не обратиться к врачу, то вероятен смертельный исход. Найдя осиное гнездо, не пытайтесь полакомиться медом. Это слишком опасное действие. Но, увы, некоторых туристов не останавливает никакая опасность. Осиные семьи имеют гнездо на дереве или в земле. В том и другом случае при беспокойстве на обидчиков бросается вся семья и почти мгновенно. От укусов можно уберечься, если успеть полностью укрыться толстой одеждой или с головой нырнуть в воду.

Не менее опасен овод. Он бывает нескольких видов, размером с муху и достаточно крупным – с пчелу. Овод откладывает яички на коже. Если в этих местах есть расчесы (например, от комаров), то личинки начинают там развиваться. Но обычно овод сначала кусает, а потом снова подлетает к этому же месту и откладывает яички в ранку. Особенно опасны они на голове, так как начинается нарыв. Наибольшая активность оводов наблюдается в жаркую и тихую погоду. В такой ситуации человек почти не реагирует на их полеты и севшего на голову овода принимает за муху. Дескать, посидит и улетит. Но если на голове уже есть расчесы, то овод не кусает, а сразу откладывает в тело яички. Их может оказаться очень много. Поэтому никогда на природе не снимайте головной убор!

Очень опасен укус шершня. Яд у него высокотоксичный, разрушает ткани и вызывает сильнейшую опухоль, которая держится несколько дней. Если шершень укусил в руку (а так обычно и бывает, когда берутся за ветку, а на ней снизу в листьях незаметно держится шершень и оказывается зажатым в кулак), то наступает временный (но довольно продолжительный) паралич мышц. О том, что укусил именно шершень, свидетельствует резкая боль. Ее можно сравнить с ощущением, словно в тело мгновенно втыкается раскаленный гвоздь. Особенность шершня в том, что он кусает несколько раз подряд. Его яд привлекает других шершней. Попытка отбиться от них приводит к смертельному исходу – человек погибает от болевого шока, не выдерживает сердце.

В жаркую погоду хочется искупаться. Тут тоже надо проявить внимательность. Во многих водоемах живет клоп зеленоватого вида. Он в форме небольшого жучка с серебристо-светлым брюшком. Называется водяной клоп – плавт. Укус плавта – очень болезненный. А поскольку при купании у человека открыто почти все тело, то укусить он может куда угодно. Обычное место нахождения клопа плавта – водные растения. Купаясь, старайтесь не приближаться к ним.

Можно пострадать и от водяного скорпиона. Это насекомое – тоже хищник. Водяной скорпион терпеливо сидит в засаде в водных растениях и ловит пиявок и личинок водных насекомых. Укус водяного скорпиона для человека очень болезненный. Особенно опасны укусы плавта и водяного скорпиона вдали от берега – на глубине, превышающей ваш рост, поскольку реакция на неожиданный и болезненный укус проявляется в виде судороги мышц. В некоторых случаях без посторонней помощи человек не может добраться до берега. Особенно, когда одновременно кусают сразу несколько водных насекомых.

Отправляясь на лоно природы, не забывайте взять с собой аптечку. В ней всегда должны быть средства для оказания первой помощи при укусах насекомыми. Если средства из аптечки не помогли, немедленно обращайтесь к врачу. И в любом случае обязательно это надо сделать при множественных укусах от ос, шершней или оводов.

Оксана СМИРНОВА

НАЛОГИ

КАМПАНИЯ ЗАВЕРШИЛАСЬ. КАМПАНИЯ ПРОДОЛЖАЕТСЯ

Межрайонная ИФНС России № 5 по Орловской области информирует, 30 апреля 2015 года истек срок представления налоговых деклараций по ф. 3-НДФЛ для лиц, у которых возникла такая обязанность в соответствии с ст.218 Налогового кодекса Российской Федерации.

Несвоевременное представление декларации является нарушением налогового законодательства, за которое предусмотрена ответственность – штраф от 5% до 30% от суммы неуплаченного налога, но не менее 1 000 рублей. А исчисленная по декларации за 2014 год сумма НДФЛ должна быть уплачена налогоплательщиками самостоятельно не позднее 15 июля 2015 года.

Обращаем внимание, что граждане, претендующие на получение налоговых вычетов (жильё, лечение, обучение) могут обращаться в налоговые органы и после 30 апреля, подавая декларации за предшествующие три года – 2014, 2013, 2012.

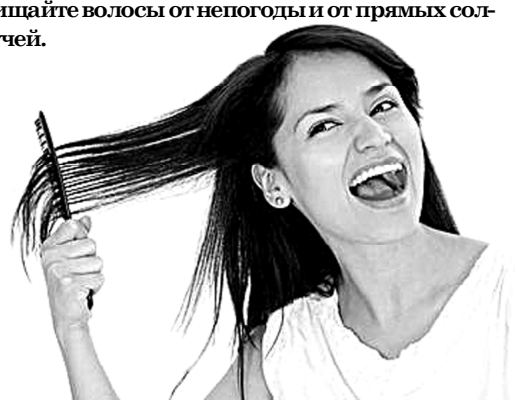
Ольга ПОЛУНИНА, и.о. начальника межрайонной ИФНС России № 5 по Орловской области

Администрация Краснозоренского района искренне соболезнует секретарю-машинистке Семеновой Марине Аркадьевне в связи с постигшим ее горем—смертью **матери.**

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

БУДЬТЕ КРАСИВЫ!

Бережно относитесь к волосам и защищайте их от вредных факторов. Носите шапку в холодное время года. Защищайте волосы от непогоды и от прямых солнечных лучей.



Старайтесь по минимуму использовать такие травмирующие процедуры, как химическая завивка, термобигуди, плойка, выпрямитель, утюжок для волос. В исключительных случаях, когда вы прибегаете к термопроцедурам, предварительно используйте специальное средство, защищающее волосы (например, пенки и спреи для укладки волос с термозащитой). Специалисты также рекомендуют не пользоваться феном, а если же вы не можете исключить фен, то используйте сушку холодным воздухом (современные фены оснащены таким режимом).

Правильно мойте волосы. Вода должна быть теплая, даже слегка прохладная. Используйте шампунь и кондиционер-ополаскиватель, которые подходят вашим волосам. Причем шампунь из-за его химической структуры рекомендуют сначала выдавить на ладонь, добавить немного воды и перемешать, а потом уже наносить на волосы. Специалисты утверждают, что шампуня недостаточно, нужно обязательно пользоваться ополаскивателем, чтобы волосы были гладкими и легко расчесывались. Кстати, периодически для красоты и здоровья волос вместо ополаскивателя или после него попробуйте использовать минеральную воду: ополосните и не смывайте. Также полезно ополаскивать волосы настоем коры дуба (темные волосы) или настоем ромашки (светлые) и не смывать. Старайтесь не расчесывать волосы сразу же после мытья – это может их травмировать.

Внимательно выбирайте аксессуары для волос. В идеале, расчески должны быть натуральными (например, из дерева). Расчесывать начинайте с кончиков. Обратите внимание, что резинки для волос не должны быть слишком узкими – волосам должно быть комфортно. Регулярно подравнивайте кончики волос (один раз в несколько месяцев) – это необходимая процедура при уходе за волосами.

Питайтесь правильно и регулярно. Для здоровья волос особенно полезны зерновые культуры, бобовые, кисломолочные продукты, свежие фрукты и овощи, рыба, соки. Постарайтесь свести к минимуму сладости, мучное, острое и жареное. Откажитесь от курения и алкоголя. Старайтесь ежедневно выпивать достаточное количество чистой воды (чай, кофе и соки не считаются!). Пройдите курс поливитаминов – врач поможет подобрать подходящие.

Внимательно подходите к выбору процедуры для волос. Старайтесь баловать свои волосы специальными масками, рецепты которых вы сможете найти в Интернете, исходя из особенностей ваших волос. Либо обратитесь к опытному парикмахеру. Например, есть прекрасное средство от сухих и секущихся кончиков: перед мытьем волос смочите кончики оливковым маслом, выдержите 10 минут, далее вымойте голову как обычно. Если пользоваться этим средством регулярно в течение определенного времени, эффект вас порадует. А несколько капель эфирного масла розмарина, добавленные в шампунь, укрепляют волосы и благотворно влияют на кожу головы. Специалисты советуют периодически делать массаж головы – это не только приятно, но и очень полезно. Будьте красивыми!

Алина КАЛАКУЦКАЯ

Красная Заря

ГАЗЕТА КРАСНОЗОРЕНСКОГО РАЙОНА ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

УЧРЕДИТЕЛИ:
Автономное учреждение Орловской области «Редакция газеты «Красная Заря», администрация Краснозоренского района Орловской области

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Орловской области

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ТУ57-00140 от 26 октября 2010 года

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР С.С. БАКУЛИНА

ТЕЛЕФОНЫ:
редактор, компьютерный отдел— **2-13-46**
корреспонденты — **2-11-63**
бухгалтерия— **2-15-64**

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:
303650, Орловская область, п. Красная Заря, ул.Ленина, 12.

E-mail: kzrsmi@smi.orel.ru

Письма читателей используются по усмотрению редакции и авторам не возвращаются. Мнение авторов публикуемых материалов не обязательно совпадает с мнением редакции. Авторы несут ответственность за точность и достоверность цифр, фактов, цитат, любых других данных. Объявления, поздравления, реклама печатаются на платной основе

Отпечатано в АО «Типография «Труд». 302028, г.Орел, ул.Ленина, 1.

Выходит по пятницам
Подписной индекс 53219
Подписано в печать 18. 06. 2015 года
по графику—в 14 часов
фактически—в 14 часов
Объем 2 п. л.
Офсетная печать
Тираж 1502
Заказ №1688