

КЛУБ ПІДПРИЄМЦЯ І СПОЖИВАЧА

ПОРАДИ
КОНСУЛТАЦІЇ
ДОСВІД



Парфуми для себе і не тільки

Аромат - це, свого роду, візитна картка людини. Він допомагає підкреслити нашу індивідуальність. Він викликає в пам'яті події і образи... Парфуми повинні приносити задоволення і радість, тому вибір нових парфумів - справа майже інтимна, і краще, коли ви робите це особисто.

Різні життєві ситуації передбачають використання відповідних пахощів:

В ДІЛОВІЙ ОБСТАНОВЦІ доречні м'які, неконцентровані й неагресивні аромати. Краще, якщо це туалетна вода, а запах можна поновлювати на протязі дня.

ДЛЯ ВИХОДУ В СВІТ пасують витончені, складні парфуми - солодкі квіткові можуть поєднуватися зі свіжістю цитрусів, п'янкими і насиченими ароматами Сходу.

НА ПОБАЧЕННЯ краще поблизкитись туалетною водою з «еротичними» компонентами. Чуттєву емоційну атмосферу створює пряні деревинні запахи, амбра або ніжні аромати квітів з мускусними нотками.

ДЛЯ ПОДОРОЖЕЙ, коли вимушено знаходитесь в невеликому приміщенні (купе поїзда, машина, салон літака) підійдуть свіжі квіткові та рослинні запахи.

МОЛОДІ краще обирати легкі, чисті, ненав'язливі й ніжні аромати.

ВЛІТКУ доречні свіжі, цитрусові, квіткові аромати.

В ХОЛОДНУ ПОРУ РОКУ - теплі, насичені, чуттєві.

Останній штрих: «Щоби якнайкраще надішитись парфумами, потрібно... розсіяти їх у повітрі перед собою і піти вперед. Парфуми - це як кохання, тут не можна бути скупим. Потрібно віддатись їм цілком і повністю...»

ВМІСТ НІТРАТІВ У ПИТНІЙ ВОДІ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

Про шкідливість нітратів, про те, що дуже часто причиною отруєння стають овочі і фрукти (особливо небезпечними є кавуни та дині), мабуть, чули всі. Але не менш небезпечною є питна вода, яка містить підвищений рівень нітратів, адже воду вживають кожного дня і всі, без винятку, люди.

Вода - найцінніший природний ресурс. Вона відіграє визначальну роль у процесах обміну речовин, що становлять основу життя. Водою населення забезпечується від централізованих та децентралізованих джерел (колодязі, каптажі, артезіанські колодязі). Якість води у колодязі визначається згідно Державних санітарних норм та правил «Гігієнічні вимоги до води питної, призначеної для споживання людиною» (ДСанПІН 2.2.4-171-10) затверджених наказом МОЗ України 12.05.2010 року №400 та залежить від його місця розташування, стану прилеглої території, наявності поряд джерел забруднення, санітарно-технічного стану самого колодязя та здійснення заходів щодо належного його утримання.

Не відповідність проб води вимогам ДСанПІН 2.2.4-171-10 за вмістом нітратів може свідчити про забруднення води органічними речовинами.

Нітрати - це солі азотної кислоти. Вони потрапляють у воду із побутовими та сільськогосподарськими стоками (з полів, які обробляються добривами, тваринницьких та птахохімічних дворових вбиральень тощо). Найбільша концентрація нітратів спостерігається у поверхневих джерелах, ґрунтових водах та дворових колодязях. Вплив нітратів на організм людини полягає у тому, що надходячи до травного каналу з водою, вони під впливом кишкової мікрофлори відновлюються в нітрити. Останні потрапляють у кров і блокують гемоглобін шляхом утворення метгемоглобіну, що не здатний вступати в зворотну реакцію з киснем і переносити його. Отже, що більше гемоглобіну перетворилося на метгемоглобін, то менша киснева ємкість крові.

Особливо небезпечним це є для дітей. Цьому сприяє цілий ряд факторів: - незрілість захисної системи організму (особливого ферменту - метгемоглобінредуктази, який відновлює гемоглобін); - наявність особливого дитячого гемоглобіну, який значно легше перетворюється на метгемоглобін;

- низька кислотність шлункового соку;

- споживання більшої кількості рідини на кг маси тіла тощо.

Однак у немовлят та дітей, особливо першого року життя, спостерігається дефіцит ферментів, які перетворюють метгемоглобін, що призводить до його накопичення. Саме тому, що менша дитина, то тяжче перебігає хвороба. У разі накопичення метгемоглобіну знижується насичення артеріальної крові киснем, виникає кисневе голодування. Якщо кількість метгемоглобіну перевищує 50% від загальної кількості гемоглобіну, організм може загинути від гіпоксії центральної нервової системи.

Якщо нітрати надходять в організм дорослих у надмірних, але не дуже високих дозах, концентрація метгемоглобіну збільшується незначно. Це майже не позначається на стані здоров'я, проте у хворих на анемію або серцево-судинні захворювання можуть посилюватися прояви гіпоксії.

Рівень метгемоглобіну вище 50% може бути смертельним. У менших концентраціях це проявлятиметься млявістю, втомлюваністю, розвитком вегето-судинної дистонії, серцево-судинних порушень, зниженням працездатності і адаптаційних резервів організму, ціанозом, а у дітей, крім цього, порушенням фізичного розвитку, зниженням уваги та концентрації під час навчання. Нітрати здатні викликати хронічну інтоксикацію. Отримані незаперечні факти про імунодепресивну дію нітратів, яка проявляється значним зниженням стійкості організму до дії канцерогенних та мутагенних агентів.

Дослідження, які проводились в Іспанії, Китаї та Тайвані свідчать про те, що тривале вживання питної води з підвищеним вмістом нітратів значно збільшує ризик розвитку раку шлунку, також доведена роль хронічної нітратної інтоксикації у формуванні виразки шлунка. Нітрати пригнічують функцію цитоподільної залози, що є особливо небезпечним у регіонах із йододефіцитом. Крім того, нітратна інтоксикація у вагітних жінок може спричинити викидні і мертвородження, а у чоловіків негативно впливає на функцію сім'яників, тобто може бути однією з причин безпліддя.

Що ж ми можемо зробити, щоб захистити себе і своїх діточок?

Якщо ви вживаєте воду з колодязя чи джерела - перевірте її на рівень нітратів. Це можна зробити в багатьох хімічних лабораторіях.

Допустима концентрація нітратів у питній воді складає 50 мг/л. Дуже важливим є розташування і обладнання джерела та/



або колодязя (вище по рельєфу та на достатній відстані від джерел забруднення (вбиральні, хліву, сільськогосподарських угідь, на яких застосовуються органічні та азотні добрива), наявність герметичного відмощення, кришки, регулярність чистки тощо. Необхідно двічі на рік, у весняно-осінній період, проводити профілактичну дезинфекцію води у колодязі.. Зазвичай, чим глибшим є рівень джерела води - тим вона чистіша.

Також, важливо знати, що нітрати - це термостійкі сполуки, тобто вони не знищуються при кип'ятінні. Крім того, концентрація нітратів у воді зростає з часом (за рахунок активності нітрифікуючих бактерій), тому вживайте питну воду свіжою, а відкриті пляшки зберігайте у холоді.

Особливою групою ризику є немовлята, які перебувають на штучному вигодовуванні. Тому варто ще раз нагадати мамам: грудне вигодовування - найкраще для Вашої дитини! Але якщо воно виявилось неможливим - ніколи не використовуйте для приготування суміші неперевірену колодязну воду!

Вода не є необхідною для життя - вода і є життя, вважав французький письменник Антуан де Сент-Екзюпері. І з цим важко не погодитись: щоденне вживання чистої питної води є необхідною передумовою здорового життя.

Пийте чисту воду і будьте здорові!

Є.ФАДЕЄВА,
завідувач Вовчанською міжрайонною філією ДУ «Харківський лабораторний центр Держсанепідслужби України»

Усі інтернет-ресурси, пов'язані з торгівлею в Інтернеті, можна розділити на дві основні групи: сайти, що дозволяють відвідувачам тільки купувати товари; сайти, на яких можна як купувати, так і продавати товари.

До першої групи відносяться так звані інтернет-магазини або онлайн-магазини. Це спеціальні сайти, які належать якимсь торговим підприємствам і представлені у вигляді чітко структурованого електронного каталогу товарів. Використовуючи меню інтернет-магазину, відвідувач може знайти відповідний йому товар, подивитися його фотографії, відеоогляди, ознайомитися з детальними характеристиками, дізнатися про ціну, поставити питання про товар, оцінити відгуки людей, що вже купили товар, упізнати умови доставки, способи оплати та інші дані.

Само собою, через інтернет-магазин можна купити товар. Процес придбання в такому магазині дещо відрізняється від покупок в звичайних торгових точках, але суть від цього не міняється. Щоб щось купити через інтернет-магазин, треба діяти за наступною схемою:

- вибрати відповідний товар в каталозі магазину;
- вибрати з варіантів, пропонує магазин, найбільш відповідні способи доставки і оплати товару (про це читайте нижче);
- на сайті магазину зробити замовлення, заповнивши заявку, в якій вказати товар, спосіб доставки і оплати, якому ви віддаєте перевагу, свою адресу і контактні дані;
- дочекатися дзвінка менеджера, в телефонному режимі підтвердити своє замовлення, при необхідності уточнити інформацію про місце і час отримання товару, спосіб оплати та ін.;
- дочекатися доставки і, власне, отримати і оплатити товар.

Друга група - це ресурси, на яких можна не лише щось купити, але і продати. До цієї групи відносяться: інтернет-аукціони; сайти оголошень.

Інтернет-аукціон - це сайт, на якому здійснюється продаж і купівля товарів за принципом аукціону. Тобто, товар дістається покупцеві, що запропонував за нього найвищу ціну.

- Порядок використання інтернет-аукціонів приблизно наступний:
- знайти відповідний інтернет-аукціон (за допомогою пошукової системи Яндекс, Гугл або ін.);
 - зареєструватися на ньому, заповнивши анкету. Зазвичай в ній необхідно вказати інформацію про себе, свої контактні дані, адресу проживання і так далі. Ця інформація перевіряється адміністрацією сайту. Кожному зареєстрованому користувачеві надається логін і пароль;
 - увійти на сайт, використовуючи отримані при реєстрації логін і пароль;

ЯК КУПУВАТИ І ПРОДАВАТИ В ІНТЕРНЕТІ

страції логін і пароль;

- якщо необхідно щось купити - знайти товар в каталозі сайту і взяти участь в торгах, перебіваючи ціну конкуруючих покупців (як в справжньому аукціоні). По кожному товару торги ведуться певний час. По його витіканню товар дістанеться людині, що запропонувала найвищу ціну;
- якщо треба продати товар - додати інформацію про нього на аукціон. При цьому необхідно зробити опис товару, його фотографії, встановити початкову вартість, терміни проведення торгів і так далі. У разі вдалого аукціону - передати товар і отримати гроші. Якщо товар не купили, можна виставити його на продаж повторно, змінивши умови.

Інтернет-аукціон, як правило, виступають посередниками між покупцями і продавцями не лише в процесі торгів, а також в питаннях доставки товару і передачі грошей. Це певною мірою є додатковою гарантією безпеки угод. У кожного аукціону є свої правила. Дотримуватися їх обов'язково, інакше порушника можуть оштрафувати або заблокувати без можливості повторної реєстрації. За свої послуги аукціон отримує певний відсоток від кожної угоди.

Сайти оголошень - це сайти, на яких користувач може безкоштовно (іноді - на платній основі), розмішувати інформацію про товари, що продаються їм, або про бажання купити якийсь товар. Розміщення інформації на сайтах оголошень аналогічно дачі оголошень в звичайній газеті або їх розклеюванню по місту.

На жаль, на багатьох таких сайтах зміст оголошень і «надійність» людей, що дають їх, контролюється слабо. Питання доставки товарів і їх оплати вирішуються виключно сторонами без участі сайту. Тому сайти оголошень - не найнебезпечніше місце, де можна щось купити або продати через інтернет. Треба бути уважним, щоб не стати жертвою шахраїв. Проте, сайти оголошень користуються величезною популярністю, оскільки є найпростішим і доступним способом пошуку покупців, а також вигідного придбання товарів.

Способи отримання придбаного товару. Напев-

но, кожен користувач Інтернету прекрасно розуміє, що через глобальну мережу можна передавати тільки якусь інформацію. Передача яких-небудь матеріальних предметів у такий спосіб неможлива. Яким же чином здійснюється передача товарів, що придбалися через інтернет?

Тут все просто. **Передача товарів може здійснюватися:**

- через пошту або кур'єрську службу (у тому числі і безпосередньо до дверей квартири замовника);
- шляхом самостійного отримання придбаного товару покупцем в представництві продавця (якщо це торговельна організація) або безпосередньо при зустрічі з особою (якщо ця приватна особа), що продає.
- Вартість доставки зазвичай не включається у вартість товару і обговорюється сторонами окремо.
- Риски, пов'язані з покупками через інтернет.** При купівлі або продажі товарів через інтернет існує ризик стати жертвою шахраїв. Щоб мінімізувати цю вірогідність слід дотримуватися деяких рекомендацій:
 - украй бажано купувати товар тільки на сайтах, що позитивно зарекомендували себе (перед купівлею пошукать в Інтернеті відгуки людей, що вже скористалися їх послугами);
 - важливим показником надійності сайту є момент оплати товару. Купувати щось краще тільки там, де оплата проводиться при отриманні товару. У разі передоплати є можливість викинути гроші на вітер, залишившись без речі, що придбалася;
 - обов'язково звертайте увагу на наявність на сайті механізму повернення товару, а також надання на нього гарантії (особливо актуально для побутової техніки, електроніки та інших подібних речей);
 - на сайті має бути інформація про його власника (назва підприємства, його адреса, контактні телефони і так далі). Перед купівлею не зайвим буде переконатися хоч би в частковій достовірності цієї інформації, подзвонивши по вказаному на сайті телефону.
- Тим, хто ніколи нічого не придбав і не продав через інтернет, увесь цей процес може здатися чимось складним і непрактичним. Але насправді це не так. Спробуйте - і ви в цьому переконаєтесь.

О.УВАРОВ,
завідуючий лабораторією комп'ютеризації, Вовчанський технікум ХНТУСГ

