



© MirZdoroviya.Su " MirZdo
MirZdoroviya.Su

MirZdoroviya.Su

Đ;Đ¾Ñ•Ñ,Đ°Đ² Đ½Đ° 3 Đ°Đ°Đ;Ñ•ÑfĐ»Ñ;

L-Đ>Đ,Đ-Đ,Đ½ â€“ 888 Đ¼Đ³
ĐšĐ°Đ»ÑœÑ†Đ,Đ¹ â€“ 180 Đ¼Đ³
ĐœĐ°Đ³Đ½Đ,Đ¹ â€“ 90 Đ¼Đ³
ĐšĐ°Đ»Đ,Đ¹ â€“ 45 Đ¼Đ³
ĐœĐ¾Ñ•Ñ,Đ¾Ñ€ â€“ 15 Đ¼Đ³
Đ!Đ,Đ½Đ° â€“ 6 Đ¼Đ³
Đ-ĐµĐ»ĐµĐ-Đ¾ â€“ 3 Đ¼Đ³
ĐœĐµĐ'Ñœ â€“ 3 Đ¼Đ³
Đ;ĐµĐ»ĐµĐ½ â€“ 30 Đ¼Đ°Đ³

Đ;ĐŸĐžĐ;ĐžĐ' ĐŸĐ Đ~ĐœĐ•Đ•Đ•Đ~Đ~:

Đ'Đ•Ñ€Đ¾Ñ•Đ»Ñ•Đ¼ Đ;Đ¾ 1 Đ°Đ°Đ;Ñ•ÑfĐ»Đµ 2-3 Ñ€Đ°Đ•Đ° Đ² Đ'ĐµĐ½Ñœ Đ'Đ¾ Đ;Ñ€Đ,ĐµĐ¼Đ°
Đ;Đ,Ñ%Đ. ĐŸÑ€Đ¾Đ'Đ¾Đ»Đ¶Đ,Ñ,ĐµĐ»ÑœĐ½Đ¾Ñ•Ñ,Ñœ Đ;Ñ€Đ,ĐµĐ¼Đ° - 30-40 Đ'Đ½ĐµĐ¹ Ñ•
Đ;Đ¾Đ²Ñ,Đ¾Ñ€Đ½Ñ•Đ¼ Đ;Ñ€Đ,ĐµĐ¼Đ¾Đ¼ Đ;Ñ€Đ, Đ½ĐµĐ¾Đ±Ñ...Đ¾Đ'Đ,Đ¼Đ¾Ñ•Ñ,Đ,
Ñ†ĐµÑ€ĐµĐ. 20 Đ'Đ½ĐµĐ¹.

ĐŸĐ ĐžĐœĐ'Đ'ĐžĐŸĐžĐšĐ•Đ—Đ•Đ•Đ~Đ~:

Đ~Đ½Đ'Đ,Đ²Đ,Đ'ÑfĐ°Đ»ÑœĐ½Đ°Ñ• Đ½ĐµĐ;ĐµÑ€ĐµĐ½Đ¾Ñ•Đ,Đ¼Đ¾Ñ•Ñ,Ñœ
Đ°Đ¾Đ¼Đ¼Đ;Đ¾Đ½ĐµĐ½Ñ,Đ¾Đ², Đ±ĐµÑ€ĐµĐ¼ĐµĐ½Đ½Đ¾Ñ•Ñ,Ñœ, Đ°Đ¾Ñ€Đ¼Đ»ĐµĐ½Đ,Đµ
Đ³Ñ€ÑfĐ'ÑœÑž. ĐŸĐµÑ€ĐµĐ' Đ;Ñ€Đ,ĐµĐ¼Đ¾Đ¼ Ñ€ĐµĐ°Đ¾Đ¼ĐµĐ½Đ'ÑfĐµÑ,Ñ•Ñ•
Đ;Ñ€Đ¾Đ°Đ¾Đ½Ñ•ÑfĐ»ÑœÑ,Đ,Ñ€Đ¾Đ²Đ°Ñ,ÑœÑ•Ñ• Ñ• Đ²Ñ€Đ°Ñ†Đ¾Đ¼.

Đ ĐµĐ°Đ¾Đ¼ĐµĐ½Đ'Đ°Ñ†Đ,Đ, Ñ•Đ;ĐµÑ†Đ,Đ°Đ»Đ,Ñ•Ñ,Đ¾Đ²:Đ'Đ»Ñ• Đ'Đ¾Ñ•Ñ,Đ,Đ¶ĐµĐ½Đ,Ñ•
Đ½Đ°Đ,Đ±Đ¾Đ»ÑœÑ'ĐµĐ³Đ¾ Ñ•Ñ,Ñ,ĐµĐ°Ñ,Đ° Ñ,Ñ€ĐµĐ±ÑfĐµÑ,Ñ•Ñ• Đ±Đ¾Đ»ĐµĐµ
Đ'Đ»Đ,Ñ,ĐµĐ»ÑœĐ½Ñ•Đ¹ Đ°ÑfÑ€Ñ• Đ;Ñ€Đ,ĐµĐ¼Đ°.

Â

[Đ~Đ½Ñ,Đ¾Ñ€Đ¼Đ°Ñ†Đ,Ñ• Đ¾ Đ;Ñ€Đ¾Đ'Đ°Đ²Ñ†Đµ](#)

ĐœĐ½ĐµĐ½Đ,Ñ• Đ;Đ¾Đ°ÑfĐ;Đ°Ñ,ĐµĐ»ĐµĐ¹: Đ•Ñ%Đµ Đ½ĐµÑ, Đ¼Đ½ĐµĐ½Đ,Đ¹ Đ¾Đ± Ñ•Ñ,Đ¾Đ¼
Ñ,Đ¾Đ²Đ°Ñ€Đµ.
ĐŸĐ¾Đ¶Đ°Đ»ÑfĐ¹Ñ•Ñ,Đ°, Đ²Đ¾Đ¹Đ'Đ,Ñ,Đµ, Ñ†Ñ,Đ¾Đ±Ñ< Đ¾Ñ•Ñ,Đ°Đ²Đ,Ñ,Ñœ Ñ•Đ²Đ¾Đµ
Đ¼Đ½ĐµĐ½Đ,Đµ.