

О чём говорят:

Клинтон / Трамп

Сирия

Володин

Коррупция

Украина

Выборы-2016

AppsFlyer

Maximize App Installs from Facebook

GET THE GUIDE

AppsFlyer

How To Maximize App Installs from Facebook

GET THE GUIDE



Чтобы "ласточку" не украли. Секреты профессиональных автогонщиков



АВИЛОН. Экстремальные условия. Mercedes-Benz A-Класс 1447 983n.



Архив "Собеседника": Тайны биографии Вячеслава Володина



Россияне смогут увидеть Египет уже в следующем году

ВАЖНОЕ

ЗДОРОВЬЕ

04:01, 27 мая 2015

Коварство любимого лета: кому и чем грозит лучший сезон года

Как грядет закон о нововведениях оформления документов



1. Михаил Осокин: Зачем Путин спонсирует и "крышует" Коминтерн?

2. Куда и на что сходить в театр: главные московские премьеры

3. Правда и мифы о раке желудка и других органов

4. Иван Краско: Толку от моего лечения нет, деньги на ветер...

5. Отар Кушанашвили: Декаданс братьев Самойловых



Простудное заболевание можно подхватить не только зимой, но и летом

Фото: Global Look Press

«Собеседник» узнал у медицинских специалистов, какие заболевания могут обостряться летом и как этого избежать.

поделиться →

0

0

0

0

0

0

0

0

поделиться →

0

0

0

0

0

0

0

0

Лето — самое ожидаемое время года, однако для отдельных категорий людей оно может обернуться страданиями из-за усиления их хронических заболеваний или возникновения новых, сезонных. Почему это происходит и как предостеречь себя, читайте в нашем материале.

Кардиологические заболевания

Большинство сердечников относятся к наступлению лета, откровенно говоря, плохо — это время года, как правило, характеризуется жаркой погодой, а они могут ее очень тяжело переносить.

— Жара приводит к потере жидкости и сгущению крови, что может повышать риск инфарктов и инсультов в очень жаркие месяцы, — объясняет врач-кардиолог, заведующий отделением реабилитации клиники кардиологии Первого Московского государственного медицинского университета им. Сеченова Артем Долецкий. — Плюс на фоне жары, если долго нет дождя, воздух становится более грязным, менее свежим, и людям в принципе становится тяжелее дышать. Соответственно, те, у кого есть хроническая сердечная недостаточность, могут хуже переносить лето.

Людям данной категории специалист советует следить за питьевым режимом, дабы не допустить обезвоживания, внимательно планировать нагрузки и не заниматься самолечением:

— Если нужны какие-то физические нагрузки, при сердечной недостаточности, ишемической

ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ

кума, а друинов показал жене олимпийский Сочи

[13:52] Глеб Матвейчук поплатился за участие в "Точь-в-точь"

[13:43] Греф сообщил о рекордной прибыли Сбербанка в 322 млрд рублей

[13:37] Автомобилисты увидят полисы ОСАГО в розовом цвете

[13:20] Проигравший \$25 млн Кобзона бизнесмен получил 6 лет колонии

[13:04] Кокорин и Мамаев не будут играть за сборную с Коста-Рикой

[13:04] Бьются за копейку. Как и почему протестуют российские ученые

[12:48] Власти Китая приготовились к приближающемуся

Яндекс.Директ

Квартал REDSIDE от застройщика!

redside.ru



Проектная декларация на рекламируемое

Владельцы Mercedes выбирают!

autoretail.ru



Супер-цены на «Мерседес»

sales.mercedes-zs.ru





ИНТЕРВЬЮ



Анна Невская: Нагиев подошёл первым!



Анна Кузнецова: Вы заблуждаетесь насчет желания иностранцев усыновлять инвалидов



Софико Шеварднадзе: Шнуров лучше, чем о нем думают!

ТОЛЬКО В "СОБЕСЕДНИКЕ"



"Строить под расселение аварийного жилья просто некогда": куда уйдут 33 млрд

Российским регионам пообещали 33 млрд рублей на расселение аварийного жилья. Sobesednik.ru выясняет, куда пойдут деньги



20 тайных госдач. Правда о крупной стройке для Управделами президента

В разгар кризиса в «Архангельском» строят 20 новых госдач, узнал Sobesednik.ru



Дочь президента поселилась у кремлевской базы отдыха

Как узнал Sobesednik.ru, у оздоровительного комплекса Управделами президента есть замечательный сосед — вернее, соседка

болезни сердца их не нужно планировать на то время, когда на улице жарко. При малейших сомнениях в стабильности своего состояния — быстро реагировать: обращаться к врачу.



Артём Долецкий

Фото: кадр YouTube

Также кардиолог обращает внимание на то, что у гипертоников давление летом по сравнению с холодным временем года может снижаться из-за того, что в жару организм теряет жидкость вследствие усиленного потоотделения. Однако паниковать не стоит, тем более что это может привести к нестабильности давления:

— С одной стороны, это для гипертоников неплохо, а с другой стороны, они начинают этого пугаться и отменяют какие-то препараты, начинают что-то уменьшать, потом на этом фоне давление может повышаться, опять приходится что-то возвращать. То есть это может быть причиной нестабильности давления, но изначально в том, что оно немного снизилось, ничего плохого нет.

Нефрологические заболевания

В летний сезон возможно обострение таких нефрологических заболеваний, как пиелонефрит и волчанка. Связано это с началом купания в водоемах и повышенной активностью солнца.

— При пиелонефрите главное — не купаться в холодной воде. Если купаться в теплой воде, то никакого обострения не будет, — объясняет врач-нефролог Первого МГМУ им. Сеченова Татьяна Янушкевич. — Если купаться в горных речках или озерах, то может быть переохлаждение, и, как следствие, обострение пиелонефрита.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:



Стало известно, как грейпфрут влияет на почки

Этот фрукт способен предотвратить развитие поликистоза — наследственной болезни почек. Такими свойствами цитрусовые обладают благодаря веществу, которое придает им горький вкус, — нарингенину »

Людям, имеющим заболевания почек, врач советует купаться исключительно в теплом море с температурой воды не ниже 23 градусов.

Некоторые болезни, по словам Татьяны Янушкевич, могут обостряться от инсоляции, то есть от повышенного действия солнца, в том числе и волчанка.

— Волчаночный нефрит характеризуется поражением почек при системной красной волчанке, и, соответственно, инсоляция может обострить и это поражение почек тоже.

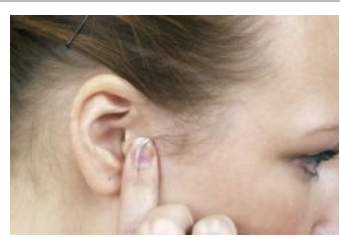
Для того чтобы предотвратить усугубление болезни, людям, страдающим ей, стоит ограничить время своего пребывания на солнце.

— Для предупреждения обострений вследствие инсоляции не стоит загорать, когда активное солнце. А при волчанке не то что лучше не загорать — это вообще противопоказано, — говорит врач-нефролог.

Отоларингологические заболевания

Несмотря на то, что со вспышками заболеваний органов слуха и верхних дыхательных путей ассоциируется холодное время года, ряд возможных заболеваний в этой области может обостряться и летом. Самые распространенные связаны с ушами.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:



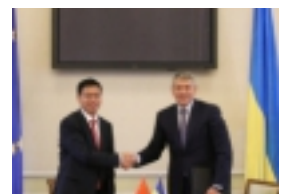
Когда в ушах свистит... отит

К лечению отита следует относиться серьезно, иначе может развиваться хроническое воспаление среднего уха. »

— Это отиты, острый катаральный и наружный — то, что люди привозят с курортов, хотя даже может быть и после купания в водоемах Подмосковья. Первые по обращаемости заболевания, — рассказывает кандидат медицинских наук, врач-отоларинголог высшей категории Владимир Зайцев.

Также, по словам специалиста, усиливается проблема серных пробок — скопления ушной серы в наружном слуховом проходе:

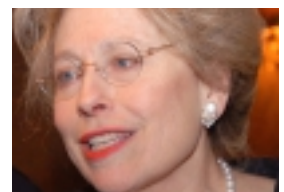
INFOX



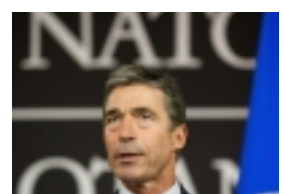
Китайцы помогли избавиться от газовой зависимости



Немецкий журналист в Крыму до и после



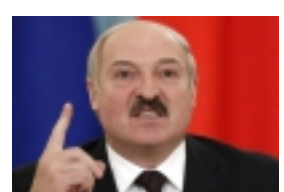
\$82 000 за срочное заседание



Экс-глава НАТО в России давно

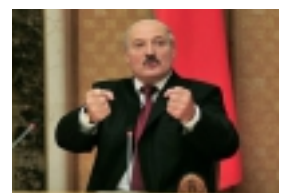


Эксперты призывали бежать в обмене долларом

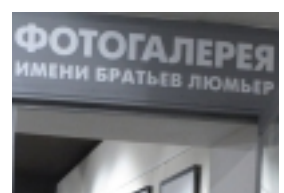


Лукашенко о ударе РФ: Это

INFOX



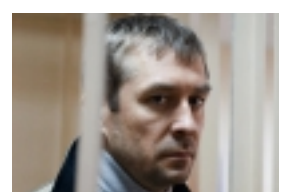
Белоруссия за российские те



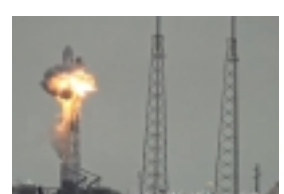
Скандальные закрыли выстав



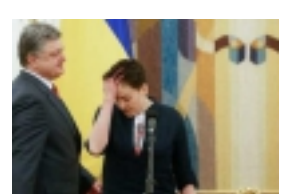
Чуркин: уловки продолжаться



Захарченко не сделалку со сле

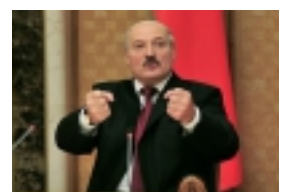


Специалисты причину взры

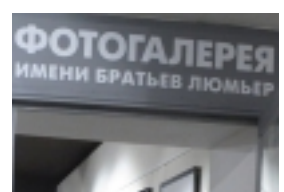


Савченко в США Порошенко

INFOX



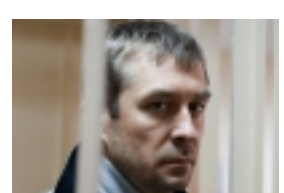
Белоруссия за российские те



Скандальные закрыли выстав



Чуркин: уловки продолжаться



Захарченко не сделалку со сле

Специалисты причину взры



СТРАСТИ ВО ВЛАСТИ



Эльфийская песнь Конституции. Чего ждать от Яровой и Поклонской в ГД

Sobesednik.ru рассмотрел сценарий, при котором Яровая и Поклонская «поделят» комитет по конституционному законодательству



Новые выборы со старым результатом: что ждть от VII Госдумы

Корреспонденты Sobesednik.ru, побывавшие на нескольких участках, узнали как проходили выборы в столице и Подмосковье



"Это было так давно". Депутат забыл о суициде после победы "Едра"

Sobesednik.ru узнал у депутата Владимир Ахрамейко, почему он передумал кончать с собой после победы на выборах от ЕР

КОЛУМНИСТЫ



Быков Дмитрий
Не в том проблема, что нет Сноуденов. А что нет Стоунов



Осокин Михаил
По следам чествования путинского тренера



Пикуленко Александр
Ложное ощущение полного контроля?

ГАЛЕРЕЯ

— Серные пробки могут подолгу сидеть в ухе, и люди о них не подозревают, а во время плавания они разбухают от воды, увеличиваются в размерах — ухо закладывает, и потом оно начинает болеть.

Еще в самое теплое время года происходят вспышки ангины — так называемой летней, которая может быть любой формы, объясняет специалист:

— Летом сильный контраст температур: на улице +35, потом человек заходит в помещение, где работают кондиционеры. Или бывает достаточно выпить что-то холодное из холодильника.

На фоне контраста температур обостряется и такое заболевание, как гайморит:

— Это происходит, опять же, из-за того, что на улице жарко, а, например, сядя в автомобиль, человек направляет на себя кондиционер, или в помещении, когда он дует на лицо. Второй вариант гайморита возникает при купании — вода попадает в область носа, оттуда в гайморову пазуху, и впоследствии появляется гайморит.



Владимир Зайцев

Фото: личный сайт врача

Учитывая риск осложнений данных заболеваний, Владимир Зайцев советует иметь с собой на отдыхе необходимые лекарства, предварительно проконсультировавшись с врачом и предупредив, к каким заболеваниям у курортника есть предрасположенность:

— Если все хорошо, человек лекарства не принимает, а если чувствует, что заболевает, начинает лечиться.

Также отоларинголог рекомендует избегать контакта с водой недостаточной температуры — плавать в теплом бассейне, а не в прохладном море. Вода должна быть комфортной температуры — 25 градусов.

Эндокринологические заболевания

Первое, на что нужно обращать внимание летом в группе заболеваний, связанных с нарушениями в эндокринной системе, — это сахарный диабет.



Что делать, если образовались спайки? Консультация для женщин

Хронический эндометрит и другие заболевания органов малого таза, как и гинекологические операции, могут спровоцировать спайки и стать причиной бесплодия.

Спросите, как обезопасить себя, Элину Климович, акушера-гинеколога с 18-летним стажем...

Задать вопрос специалисту...

SlickJump®

Есть противопоказания. Посоветуйтесь с врачом.

— Особое внимание нужно уделить людям, которые получают постоянную инсулинотерапию. Им нужно очень внимательно отслеживать, сколько они съели сладкого и сколько они вкололи инсулина, — объясняет врач-эндокринолог Денис Бурчаков. — Поскольку у нас летом сильно меняется режим питания, потому что есть сезонные фрукты-овощи, кроме того, мы часто ездим в другие страны, где совсем по-другому кормят, нужно быть более внимательными к этим вещам.

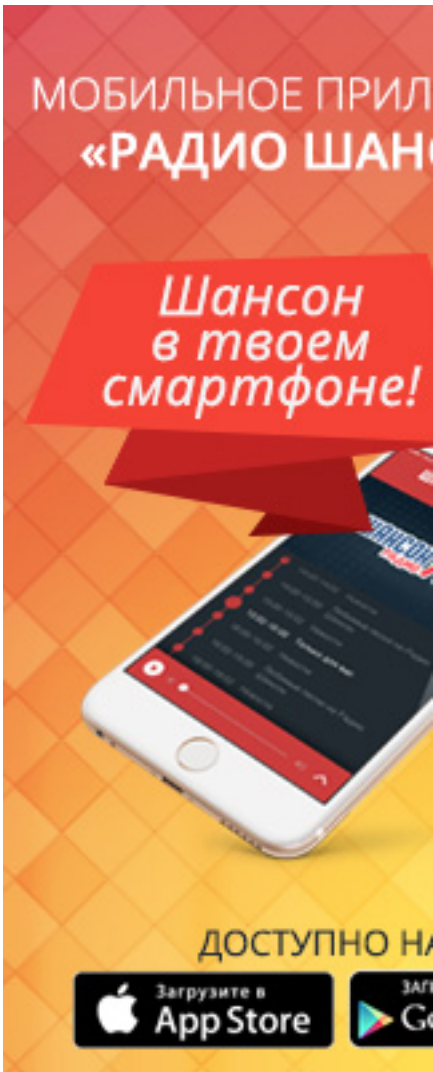
Контролировать свое состояние необходимо и тем людям, у которых есть онкологическая настороженность и были ранее онкологические процессы в органах эндокринной системы, в том числе в щитовидной железе, так как солнце и ультрафиолетовое излучение повышают риск развития онкологических процессов.

Людям, у которых есть проблемы с щитовидной железой, если они постоянно получают заместительную терапию гормонами щитовидной железы, эндокринолог рекомендует не менять дозу этих лекарств по личному усмотрению:

— У многих людей есть идея, что летом нужно менять дозу, потому что больше солнца и так далее — бывают самые разнообразные идеи по этому поводу. Это неправда, потому что независимо от того, какая на улице погода, какая температура воздуха и прочее, менять дозу гормонов щитовидной железы самостоятельно без указания врача нельзя и без необходимости делать это



Савченко в СИЗО
Порошенко





Поражение российской сборной на Кубке мира по хоккею в Канаде

НА ПОСОШОК

Патриарх призвал монахов отказаться от дорогих побрякушек



Книг Соловьева и Лимонова в Украине не ждут



Португальский военный кораблик лишил туристов пляжей Пхукета

FacebookВконтактеОК

Собеседник.RU10K likes

Like Page

Be the first of your friends to like this

ПРЕСС-РЕЛИЗЫ

Дом, в котором есть все

Корпоративные смартфоны "улетают" из прилавков магазинов

Siegenia: Фабрика Окон получила награду в номинации "Прорыв года"

"Неостатис" анонсировал статистику по ВЭД и ЖД за 2015 год

Кризис – время экономить!

по гормональному анализу не нужно.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:



Число больных диабетом россиян достигло рекордных значений

В России заболевание уже охватило 11 млн человек, из которых официально диагностировано только 3,9 млн случаев»

Также специалист коснулся и эндокринной гинекологии и рассказал «Собеседнику» о том, к каким последствиям может привести чрезмерное нервное напряжение на фоне сложных экзаменов:

— Очень частая история, когда летом из-за ЕГЭ, вступительных экзаменов в институты и так далее молодые девушки испытывают большой стресс, и у них возникают проблемы с менструальным циклом. Поэтому очень важно, чтобы они запланировали себе некий отдых или отпуск во второй половине лета, чтобы по-настоящему отдохнуть.



Денис Бурчаков

Фото: личная страница в Facebook

Однако самые печальные последствия для молодых девушек может принести сочетание стресса и диеты.

— Те же самые девушки могут решить, что им нужно похудеть, например, к тому же появлению в университете. А если совместить изоляционный стресс и похудение, особенно резкое похудение в конце лета, с высокой долей вероятности у девушки могут возникнуть нарушения менструального цикла, а это не очень хорошо и для здоровья эндокринной системы, и вообще для женской репродуктивной системы, — резюмирует эндокринолог.

Гастроэнтерологические заболевания

Заболевания желудочно-кишечного тракта летом могут обостряться в первую очередь из-за смены типа пищи. Это связано с тем, что люди начинают активно выезжать на отдых в разные страны:

— Меняется пища, меняется вода, меняются какие-то пищевые пристрастия, — говорит кандидат медицинских наук, врач-гастроэнтеролог Ирина Бережная.

Самыми распространенными летом инфекциями являются норовирусные и ротавирусные инфекции, а также сальмонеллез. Риск увеличивается еще и из-за нарушения режима питания:

— Люди меняют пищевые пристрастия — летом едят не вовремя, если жарко — есть не хочется, пьют мало жидкости.



Ирина Бережная

Фото: кадр YouTube

Максимум, что можно сделать, по мнению специалиста, — это понимать, с какими хроническими заболеваниями вы живете, следить за своим питанием и при любом варианте заболевания обращаться к врачу, а не заниматься самолечением, потому что симптомы очень разных заболеваний могут быть похожими.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:

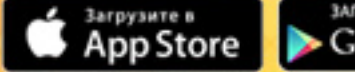
Как обмануть желудок: созданы капсулы, помогающие не переедать

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ
«РАДИО ШАНСОН»

Шансон
в твоём
смартфоне!



ДОСТУПНО НА



Яндекс.Директ



Кухни на заказ в Москве. Акция

Кухня за 7 дней! Доставка в Москве. Доставка бесплатно!

Акции Консультация Дизайн бесплатно Установка бесплатно
kuhniproff.ru Адрес в Москве



Кухни на заказ от производителя

Недорогие кухни на заказ до 50%! Бесплатная доставка!

Кухни из массива Кухни из пластика Шкафы-купе
mscmebel.ru Адрес в Москве



Ваша резиденция у Кремля!

Резиденции у Кремля на курсах? Компенсация на курсах!

Balchug Viewpoint Варианты отделки Расположение
balchug-residence.ru Адрес и телефон



Недорого купить кухню и мебель на заказ

Красивая кухня на заказ в подарок техники на сроки! Скидки
kuchni.rioka.ru Адрес в Москве



Ученые находят все новые способы борьбы с лишним весом. Хорошей новостью для заинтересованных людей стало создание «таблеток сытости» >>

Гинекологические заболевания

Относительно гинекологических заболеваний сезонности в обострении нет — времена года на заболеваемость не сказываются, по словам доктора медицинских наук, врача-гинеколога, профессора Леонида Кузьмичева.

— Гинекология никак не связана с сезонностью, — говорит специалист. — При соблюдении правил проблем не будет. А если человек купается в водоеме, где запрещено купаться, то, скорее, будут другие инфекции. Гинекология — это последнее, что среагирует на это.

Детские болезни

О том, какие болезни детей могут обостряться летом, «Собеседнику» рассказывает врач-ординатор, педиатр Наталья Ботвинникова: в первую очередь это аллергические заболевания.

— С мая по август длится пора цветения. У детей, которые страдают поллинозами — реагируют на цветение каких-либо аллергенов, чаще всего возникает обострение со стороны этих проблем. И, к сожалению, помимо поллиноза бывают такие тяжелые состояния, как бронхиальная астма.



Наталья Ботвинникова

Фото: архив редакции

Однако дети-астматики, можно сказать, заранее подготовлены к периоду обострения:

— Такие детки находятся под наблюдением аллерголога, который в течение осенне-зимнего периода готовит их как раз к сезону цветения, — объясняет специалист. — Они соблюдают специальные режим и диету, им назначаются специальные препараты терапии, которые именно помогают облегчить симптомы и, соответственно, подготовить организм непосредственно к сезону цветения. Используется и современная терапия — аллерген-специфическая, которая сейчас широко распространена и применяется в детской практике с 5–6-летнего возраста.

А вот вирусные заболевания у детей летом проявляются реже, чем осенью и зимой, однако могут возникать на фоне переохлаждений:

— Это может быть ангина или осложнения состояния у детей, которые склонны к заболеваниям уха, горла, носа. Под дождем промокли, перекупались — переохладились.

Еще одной проблемой являются всевозможные укусы комаров и других насекомых. Некоторые дети, по словам доктора, реагируют нормально, а у других возникают острые аллергические состояния: отек, покраснения на месте укуса.

Также летом в связи с тем, что это время года наиболее активное, повышается травматизация детей.

5 главных угроз самого ожидаемого времени года

Жара — ухудшение состояния имеющих заболевания сердечно-сосудистой системы, обострение красной системной волчанки.

Контраст температур — на фоне этого возникают вспышки гайморита и ангины.

Вода — купание в водоемах с недостаточной температурой может усугубить заболевания лор-органов, пиелонефрит, ангину у детей.

Пища — смена и нарушение режима питания приводят к обострению заболеваний желудочно-кишечного тракта; опасно для больных сахарным диабетом.

Укусы насекомых — контакт с кровососущими насекомыми может обернуться реакцией кожи вплоть до отеков.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:



Как правильно спасаться от комариных укусов и не усугубить здоровье жертвы

В наших суровых широтах жизнь комариная слишком коротка, поэтому они не устраивают массовых эпидемий малярии, лихорадки Денге или малоприятной болезни чикунгуны >>

Блок питания Chieftec 600W Retail GPE-600S [Eco] ATX v.2.3, КПД > 85% А PFC 2x PCIe
Блок питания Chieftec 700W Retail GPE-700S [Eco] ATX v.2.3, КПД > 85% А PFC 2x PCIe
Монитор 21.5 Samsung S22B (391HSX) gl.W 1920x1080 4s

САЙТ НА БИТРИКС 6900 Р.
ВЫБОР ЧИТАТЕЛЕЙ
Адаптивный бизнес сайт или лендинг. Подходит под любой б...



Рай для любителей кроссовок

Реклама

Relap



Беременная Собчак унизила Валерию



Иван Краско: Толку от моего лечения нет, деньги на ветер...



Рай для любителей кроссовок

Реклама

Relap



Беременная Собчак унизила Валерию



Иван Краско: Толку от моего лечения нет, деньги на ветер...



Верный способ "убить" автомат



Начни карьеру в крупной компании



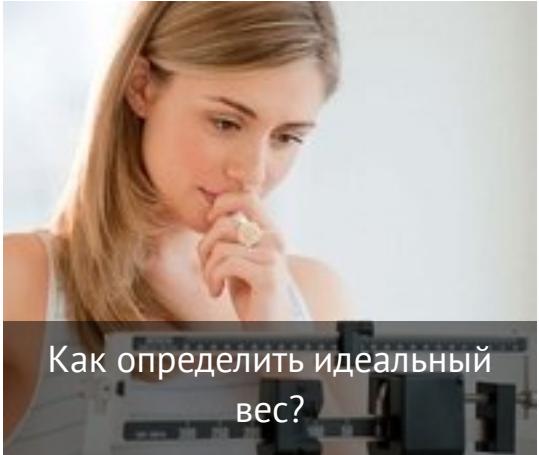
7 поз Камасутры для тех, кто давно и глубоко в браке

Яндекс.Директ

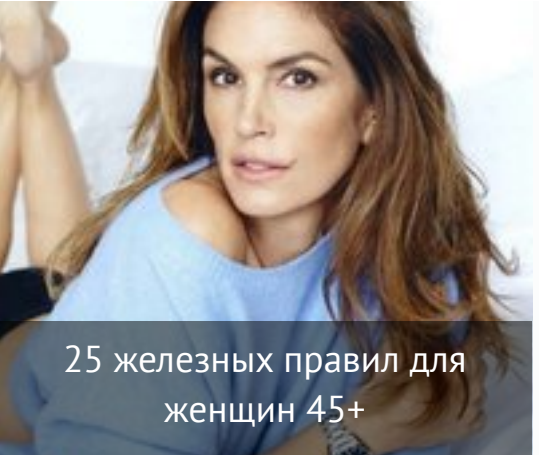
Алло!Пицца. Доставка пиццы!
Горячая вкусная **пицца** будет у вас через 30-35 минут! Закажите прямо сейчас!
аллопицца.рф **Москва**

Кухни на заказ. Скидка –50%!
Дизайн-проект бесплатно. Гарантия 2 года. Доставка и установка. Спешите!
wowkitchen.ru
Адрес и телефон Москва

НОВОСТИ ПАРТНЕРОВ



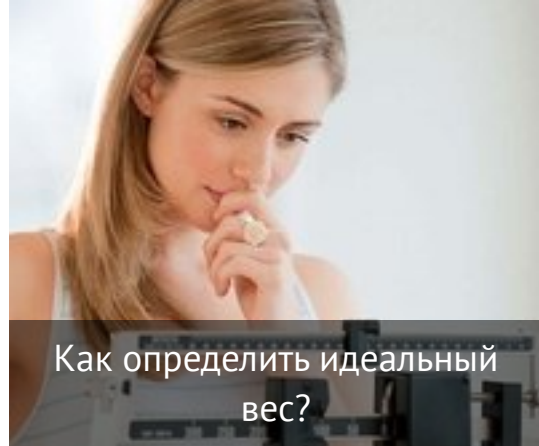
Как определить идеальный вес?



25 железных правил для женщин 45+



Возраст, когда женщине нельзя рожать



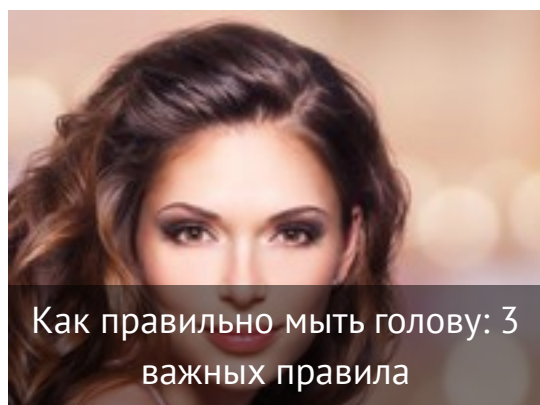
Как определить идеальный вес?



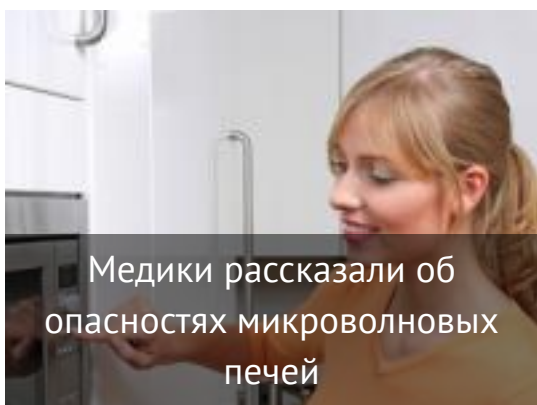
25 железных правил для женщин 45+



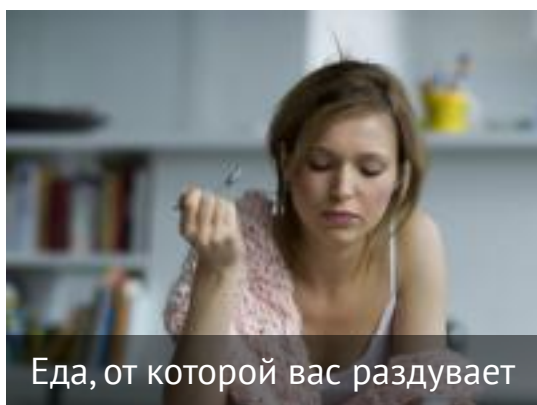
Возраст, когда женщине нельзя рожать



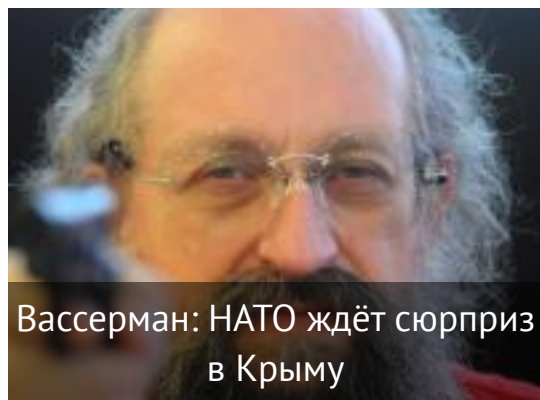
Как правильно мыть голову: 3 важных правила



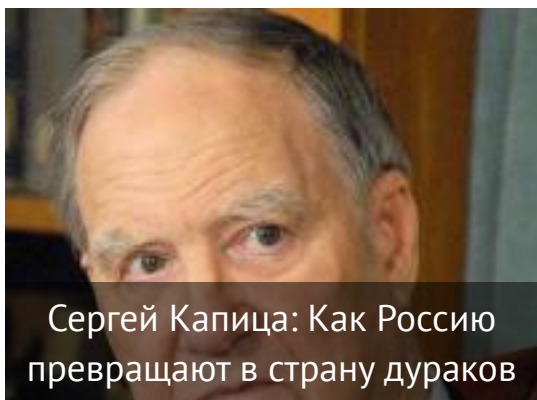
Медики рассказали об опасностях микроволновых печей



Еда, от которой вас раздувает



Вассерман: НАТО ждёт сюрприз в Крыму



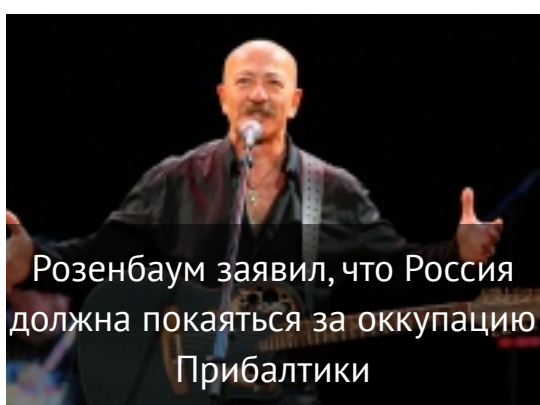
Сергей Капица: Как Россию превращают в страну дураков



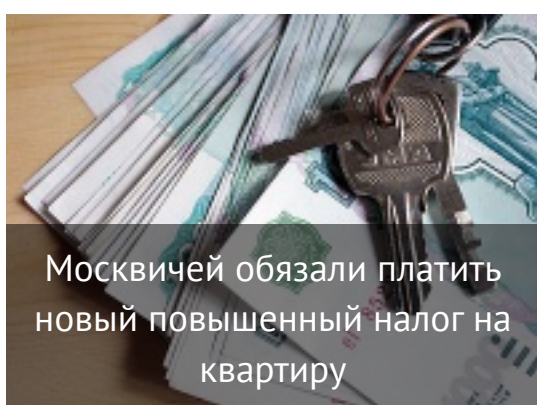
Непосредственно у границ США будет российская военная база



Порошенко перешел грани разумного



Розенбаум заявил, что Россия должна покаяться за оккупацию Прибалтики



Москвичей обязали платить новый повышенный налог на квартиру

«Группа Отелей Евразия»

★★★
Отели в центре города

Выходные в Петербурге со скидкой -20%

Дети до 14 лет проживают бесплатно!

«Группа Отелей Евразия»

★★★
Отели в центре города

Выходные в Петербурге со скидкой -20%

Дети до 14 лет проживают бесплатно!



НОВОЕ НА САЙТЕ



"Бархатный шансон"-2016: Ваенга вывела на сцену кума, а Буйнов показал жене олимпийский Сочи

14:02, 26 СЕНТЯБРЯ 2016

Фестиваль «Бархатный шансон» впервые отгремел в Сочи. Репортаж Sobesednik.ru

>>



Глеб Матвейчук поплатился за участие в "Точь-в-точь"

13:52, 26 СЕНТЯБРЯ 2016

Глеба Матвейчука после съемок в новом выпуске «Точь-в-точь» гаишники приняли за наркомана, узнал Sobesednik.ru

>>



Бьются за копейку. Как и почему протестуют российские ученые

13:04, 26 СЕНТЯБРЯ 2016

На прошлой неделе в крупнейших городах страны прошли протестные акции сотрудников РАН, узнал Solbesednik.ru

>>

Ранее

Бесплатная доставка *



* При заказе от 2000 рублей. АО «Связной Логистика», ОГРН 1057748731336, 115280, Москва,

Бесплатная доставка *



* При заказе от 2000 рублей. АО «Связной Логистика», ОГРН 1057748731336, 115280, Москва,

Бесплатная доставка *



* При заказе от 2000 рублей. АО «Связной Логистика», ОГРН 1057748731336, 115280, Москва,

18+

свидетельство о регистрации
СМИ: ЭЛ №ФС77-43277 от 24
декабря 2010 г. выдано
Роскомнадзором

© 1984 - 2016

ИД "Собеседник"

Авторы

Реклама на сайте

Контактная информация

учредитель — ООО
«Собеседник-Медиа»

(105318, г. Москва, ул.
Зверинецкая, д.13)

Шеф-редактор — Покровский
П.В.

+7 (495) 685-56-65 (Общие
вопросы, связь с журналистами)
+7 (495) 685-46-28 (Сайт)

Связь с отделами

Новости, политика:
versia@sobesednik.ru

Расследования:
delo@sobesednik.ru

Культура:
culsob@gmail.com

Общая почта сайта:
sobesedka@gmail.com

Подписка на издания

Собеседник

Только звезды

Между нами женщинами

Желтая газета ЗАЖИГАЙ!

Издания для детей

RSS-ленты • Обратная связь

Самые свежие новости сегодня на Со
новости дня, новости России, новости
новости спорта, видео новости, крими

Любая перепечатка материалов сайта
при наличии прямой индексируемой

Все пресс-релизы публикуются на пр

Партнер Рамблера • Дизайн



