



## стрессомер

**Р**оссийские ученые разработали уникальную методику — динамический тест, который позволяет определять уровень стресса у человека. Дело в том, что о степени нервного перенапряжения свидетельствует работа надпочечников, которые отвечают за выделение так называемых гормонов стресса — норадреналина, адреналина, дофамина. Именно по их уровню и соотношению в организме можно судить о психоэмоциональном состоянии человека. Этот метод позволяет сделать назначения медиков более точными и контролировать процесс лечения. Опираясь на данные, врач выписывает пациенту успокоительные средства, например натуральный препарат Персен; человек проходит рекомендованный курс терапии и повторно сдает тест, на основе результатов которого врач принимает решение: завершить лечение или продлить его.



## в гостях у Чебурашки

**В** мае в Музее Чебурашки появилась литературная гостиная. Открыл ее в торжественной обстановке в школе № 2031 сам автор знаменитой книги, писатель Эдуард Успенский. Музей Чебурашки начал работать в мае прошлого года на востоке Москвы, в микрорайоне Кожухово. Его экспозиция разместилась в детском саду № 2550 и по итогам 2008 года заняла первое место в московском конкурсе среди музеев образовательных учреждений. Необычный музей уже начал обрастать международными связями. Так, японские читатели необычного зверька подарили музею игрушку Чебурашки в образе самурая, одетого в национальный японский костюм и держашего два меча в лапах. Как ожидается, к годовщине музея у Чебурашки появится личный телефонный номер. Хозяйка «Дома Чебурашки» Наталья Морозова надеется, что это будет совсем короткий номер и ребенку будет достаточно нажать только одну кнопочку на телефоне, чтобы любимый герой ответил ему.

## хорошо живет на свете Винни-Пух

**В** Биологическом музее им. К.А. Тимирязева продолжает работать обновленная интерактивная выставка «ИСКспедиция в страну Винни-Пуха», посвященная 80-летию со дня выхода в свет первого издания повести А.А. Милна «Винни-Пух и все-все-все». Экспозиция воссоздает обстановку волшебного леса, в котором происходили удивительные события с участием



Кристофера Робина и его любимого мишки. Также представлены фотографии реально существующих мест, где, по замыслу автора, разворачивалось действие сказки. Отражена история перевода книги на русский язык Б. Заходером и рассказано об отечественных мультфильмах о Винни-Пухе.

## калории для мозга

**Ж**ирную пищу диетологи и их клиенты давно уже предали анафеме. А между тем полностью обезжиренная диета не рекомендуется взрослым и противопоказана детям. Исследователи из Университета Делавэра пришли к выводу, что недостаток жиров в рационе приводит к замедлению развития. Детям требуется на 5–10% больше калорий, полученных из жиров, чем взрослым. Это объясняется тем, что малыши очень активны, а их органы и ткани нуждаются в «строительном материале». От недостатка жиров страдает нервная система, иммунитет, кости и мышцы. Кроме того, без них невозможно усвоение витаминов А, D, E и K. Естественно, крайне важно, из каких именно источников поступает жир. Отдавать предпочтение надо натуральным животным и растительным жирам.