

# Разгром «академиков»

Обзор спортивных мероприятий Перми за неделю

**«Амкар» разгромил румынский клуб, а «Звезда-2005» оказалась сильнее «Чертаново».**

Второй сбор позади

Заключительный, третий контрольный матч на тренировочном сборе в Австрии «Амкар» проводил с самой, пожалуй, слабой из двух предыдущих команд. «Академика Клинчени» — команда из второй румынской лиги, причём она является середнячком даже по её меркам: закончившийся сезон она завершила лишь на шестом месте.

Разница в классе двух коллективов сказалась и на итоговом счёте. Первый гол был забит пермяками уже на 11-й минуте, когда Алихан Шавбаев первым успел на добивание мяча. Чуть позже защитник «академиков» сыграл рукой в своей штрафной площади и тот же Ша-

ваев с 11-метровой отметки удвоил преимущество «красно-чёрных».

Под занавес первого тайма голом отметился нападающий Станислав Прокофьев, мастерски разобравшись с несколькими защитниками в штрафной гостей. Во втором тайме солировал исключительно Михаил Костюков. Это не означает, что лишь он один создавал опасность, но именно он трижды и забил!

Справедливости ради можно отметить, что у гостей был шанс: в первом тайме судья дал им возможность отличиться с пенальти, но игрок румынской команды пробил выше ворот. В итоге — победа «Амкара» со счётом 6:0.

Тем временем не утихают трансферные новости.

Ряды «Амкара» пополнил 26-летний сербский защитник Александр Милькович, который находился в расположении команды с первого дня сборов. Контракт с игроком подписан на два года. Милькович родился 26 февраля 1990 года в городе Бор в Югославии. Является воспитанником белградского «Партизана», вместе с которым дважды стал чемпионом: в сезонах 2011/12 и 2012/13. С 2013 по 2015 год выступал в португальской «Браге», с 2015-го — в хорватском РНК «Сплит».

Двухлетний контракт заключён с нападающим Станиславом Прокофьевым. Станислав родился 15 февраля 1989 года в Тюмени, является воспитанником одноимённого клуба, за который выступал с 2004 по 2007 год. Затем он играл в нижегородской «Волге» (сезон

2008/10), саранской «Мордовии» (2010), оренбургском «Газовике» (2011), вновь в «Тюмени» (сезон 2011/12), ульяновской «Волге» (сезоны 2012/13 и 2013/14), владивостокском «Луче-Энергии» (сезон 2014/15), «Тосно» (сезоны 2014/15 и 2015/16), «СКА-Хабаровск» (сезон 2015/16). Стоит отметить, что новый сезон для Прокофьева будет дебютным в Премьер-лиге.

Также стало известно, что пермский клуб продлил контракты с полузащитниками Сергеем Балановичем и Фёгором Огуде.

Нужная победа

Женский футбольный клуб «Звезда-2005» в рамках восьмого тура чемпионата России встречался в Перми со столичным клубом «Чертаново». До этой

встречи соперницы имели в своём активе одинаковое количество очков — по 10, но москвички опережали «звёздочек» на одну строчку в таблице по дополнительному показателю — результату очной встречи первого круга, в которой они праздновали победу 1:0 благодаря голу форварда сборной России Надежды Карповой.

Футболистки из Перми показали с первых минут, что настроены только на победу и реванш! Гости же демонстрировали строгую игру в обороне, не давая осуществить намерения нападающих «Звезды-2005» Олеси Курочкиной и Анастасии Поздеевой. Как раз Поздеева и имела выгодный шанс на 32-й минуте матча, но после прострела её удар на себя приняла штанга. Счёт во встрече открыли пермячки на 39-й минуте, когда полу-

защитник Юлия Корнеевцева на добивании буквально протолкнула мяч в сетку ворот.

Перерыв внёс свои коррективы. Было видно, что главный тренер «Чертаново» Сергей Лаврентьев нашёл нужные слова для своих подопечных. Но, как ни старались гости поймать соперника на ошибках, им это никак не удавалось. Точку в матче поставила лидер «звёздочек» Дарья Апанашенко на 59-й минуте встречи. Дарья на замахе убрала защитника, вырвалась один на один с вратарём и точным ударом переиграла голкипера москвичек. В итоге «Звезда-2005» одержала столь нужную победу со счётом 2:0, которая помогла пермским футболисткам перебраться на третью строчку в турнирной таблице.

## БОЛЬ В СПИНЕ НАЧИНАЕТСЯ С ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА

Остеохондроз в вопросах и ответах: возможно ли возвращение к активной жизни даже на фоне грыжи?



ца и нарушению питания сердечной мышцы вплоть до инфаркта.

А опасность шейного остеохондроза заключается в том, что разрушенные диски сдавливают не только нервные корешки, но и позвоночные артерии, снабжающие кровью мозг. Часто при этом появляются головные боли, головокружение, бессонница, снижается память и создаются условия для развития инсульта.

Как лечить поражение позвоночника?

Что такое остеохондроз?

При остеохондрозе «изнашиваются» диски между позвонками. Согласно психосоматической теории заболевание начинается с хронического стресса, «броней» от которого становятся напряжённые, «закаменевшие» мышцы. При этом кровообращение в области позвоночника замедляется, нарушая в нём обмен веществ. От недостатка кислорода и питательных веществ диски начинают деформироваться и разрушаться, появляются межпозвоночные грыжи...

Почему поражаются разные отделы позвоночника?

Психологические проблемы способны негативно отражаться на здоровье позвоночника. К примеру, привычка постоянно «сжимать волю в кулак» может привести к шейному остеохондрозу.

Поражение грудного отдела связано с грузом забот, который буквально «сгибает» человека. Неудивительно, что симптомы грудного остеохондроза иногда можно перепутать с болью в сердце.

При пояснично-крестцовом остеохондрозе человек часто испытывает трудности с самореализацией. В попытке оправдать ожидания люди неосознанно пытаются выпрямиться, напрягая мышцы поясницы. И чем дольше они живут в стрессе, тем сильнее страдают от болей в спине.

Чем опасен остеохондроз?

Порой при остеохондрозе возникают настолько сильные боли, что человек не может пошевелиться. Грыжа диска способна приводить и к снижению чувствительности в ноге, лишая человека возможности ходить.

Хроническое сдавливание позвоночного нерва рефлекторно может приводить к учащению ритма серд-

Важно снять психологическое напряжение и остановить дальнейшее разрушение дисков. В этом способна помочь магнитотерапия. Её успешно применяют для лечения заболеваний позвоночника и головного мозга. Магнитотерапия помогает восстановить кровообращение тканей в области позвоночника, ускорить обмен веществ. Это даёт возможность улучшить питание межпозвоночного диска. Кроме того, магнитное поле действует как анальгетик, способствуя снижению боли.

Что выбирает современная медицина?

В больнице и в домашних условиях часто используют медицинские аппараты магнитотерапии — АЛМАГ-01 и ДИАМАГ (АЛМАГ-03). Они могут помочь справиться с остеохондрозом и вернуть радость жизни.

Возможно ли улучшить самочувствие при запущенном остеохондрозе?

Комплексное лечение с регулярными курсами магнитотерапии даёт возможность остановить

прогрессирование болезни даже на поздних стадиях. Так что никогда не стоит сдаваться боли!

Каким аппаратом магнитотерапии пользоваться при пояснично-крестцовом остеохондрозе?

При пояснично-крестцовом или распространённом остеохондрозе больше подходит АЛМАГ-01, который более 15 лет используется для решения проблем со спиной. АЛМАГ-01 даёт возможность:

- устранить боль;
- уменьшить отёк и воспаление;
- улучшить усвоение лекарственных препаратов;
- остановить прогрессирование заболевания.



В АЛМАГе-01 физические параметры подобраны оптимально для лечения остеохондроза. Результативность аппарата доказали научные исследования с привлечением экспертов. АЛМАГ-01 — проверенное средство, одобренное медициной.

Что способно помочь при болях в шее, головной боли?

При нарушениях в шейном отделе помощь нужна не только позвоночнику — важно устранить вредные последствия остеохондроза для головного мозга. ДИАМАГ способствует улучшению питания тканей в воротниковой зоне и кровотока в позвоночных артериях. Кроме того, воздействие магнитным полем на голову (с помощью специальных насадок) помогает улучшить кровообращение в головном мозге.



ДИАМАГ даёт возможность:

- снять боль в плечах и шее;
- избавиться от головной боли;
- свести к минимуму приём обезболивающих средств;
- устранить головокружение;
- нормализовать давление;
- устранить тревожность и раздражительность;
- восстановить здоровый сон;
- избежать опасных осложнений, в том числе инсульта.

В честь дня рождения компании ЕЛАМЕД мы снизили цены!  
Только в июле **АЛМАГ-01 и ДИАМАГ с максимальной скидкой!**

«ПЕРММЕДТЕХНИКА» .... тел. (342) 270-07-07

«ПЕРМФАРМАЦИЯ» ..... тел. (342) 241-11-01

«ЦЕНТРЫ ДИАБЕТА» ..... тел. (342) 221-68-62

«АПТЕКИ ОТ СКЛАДА» ... тел. 8-800-55-000-33

«МЕДТЕХНИКА» ..... тел. (342) 229-77-00

«ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ» ... тел. (342) 219-84-84

Подробности о приобретении узнавайте у представителя завода по тел. (342) 277-60-51.

Телефон горячей линии завода  
**8-800-200-01-13** (звонок бесплатный).

Вы можете заказать нашу продукцию с завода (в том числе наложенным платежом): 391351, Рязанская обл., Елаьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод», ОГРН 1026200861620, сайт [www.elamed.com](http://www.elamed.com)

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ